

ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ՀԱՆՐԱՊԵՏՈՒԹՅԱՆ
ԳԻՏՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ԱԶԳԱՅԻՆ ԱԿԱԴԵՄԻԱ
ԳԻՏԱԿՐԹԱԿԱՆ ՄԻՋԱԶԳԱՅԻՆ ԿԵՆՏՐՈՆ

ՆԱԻՐԱ ԷԱԿՈՐՅԱՆ ԱՆԵԱ ԽԱԶԱՏՐՅԱՆ

ԱՐԱՅԻԿ ԾԻՐՅԱՆ



ՍՈՑԻԱԼԱԿԱՆ ԱՆՈՄԻԱ ԵՎ
ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ ՊԱՇՏՊԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

Ուսումնամեթոդական ձեռնարկ

ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ՀԱՆՐԱՊԵՏՈՒԹՅԱՆ
ԳԻՏՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ԱԶԳԱՅԻՆ ԱԿԱԴԵՄԻԱ
ԳԻՏԱԿՐԹԱԿԱՆ ՄԻՋԱԶԳԱՅԻՆ ԿԵՆՏՐՈՆ

ՆԱԻՐԱ ՀԱԿՈԲՅԱՆ ԱՆՆԱ ԽԱՉԱՏՐՅԱՆ ԱՐԱՅԻԿ ՖԻՐՅԱՆ

ՍՈՑԻԱԼԱԿԱՆ ԱՆՈՄԻԱ ԵՎ
ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ ՊԱՇՏՊԱՆՈՒԹՅՈՒՆ
ՈՒՍՈՒՄՆԱՄԵԹՈՂԱԿԱՆ ՁԵՌՆԱՐԿ

ԵՐԵՎԱՆ



ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ՀԱՆՐԱՊԵՏՈՒԹՅԱՆ
ԳԻՏԱԿՐԹԱԿԱՆ ՄԻՋԱԶԳԱՅԻՆ ԿԵՆՏՐՈՆ

2022

ՀՏԴ 316.758:159.9(07)
ԳՄԴ 60.524.126.3+88g7
Հ 177

Երաշխավորվել է տպագրության
ՀՀ ԳԱԱ Գիտակրթական միջազգային կենտրոնի
գիտական խորհրդի կողմից:

**Ուսումնամեթոդական ձեռնարկը տպագրվել է
21T-5A311 ծածկագրով «Հետպատերազմական շրջանում անձի արժեհամակարգի
ճգնաժամի և անոմիայի հիմնախնդիրը և հաղթահարման մեթոդաբանությունը»
գիտական թեմայի շրջանակներում**

Նաիրա Հակոբյան՝ հոգեբանական գիտությունների դոկտոր, պրոֆեսոր
Աննա Խաչատրյան՝ հոգեբանական գիտությունների թեկնածու, դոցենտ
Արայիկ Ֆիրյան՝ հոգեբանական գիտությունների թեկնածու

Մասնագիտական խմբագիր՝ Օֆելյա Ավագյան

Հակոբյան Նաիրա, Խաչատրյան Աննա, Ֆիրյան Արայիկ
Հ 177 Սոցիալական անոմիա և հոգեբանական պաշտպանություն: Ուսումնամե-
թոդական ձեռնարկ: Ն. Հակոբյան, Ա. Խաչատրյան, Ա. Ֆիրյան. - Եր.: «Տիր»
հրատ. 2022.- 160 էջ:

Սույն ուսումնամեթոդական ձեռնարկը լուսաբանում է սոցիալական անո-
միայի և հոգեբանական պաշտպանության առանցքային դրույթները: Ներկայացված
են խնդրի ուսումնասիրման հոգեբանական և հարակից այլ գիտակարգերի մի շարք
մեթոդաբանական մոտեցումները: Տրվում են սոցիալական անոմիայի, դրան նպաս-
տող արտակարգ իրավիճակների հոգեբանական բնութագրերը, վեր են հանվում
հոգեբանական պաշտպանության առանձնահատկությունները: Ձեռնարկը նախա-
տեսված է հոգեբանների, սոցիալական աշխատողների, սոցիոլոգների, ուսանողնե-
րի և հանրության լայն շրջանակների համար:

ISBN 978-9939-9294-4-6

ՀՏԴ 316.758:159.9(07)
ԳՄԴ 60.524.126.3+88g7

© Հակոբյան Նաիրա, 2022
© Խաչատրյան Աննա, 2022
© Ֆիրյան Արայիկ, 2022
© Տիր» հրատարակչություն, 2022

ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹՅՈՒՆ

ՆԱԽԱԲԱՆ.....	4
ՀԱՅԵՑԱԿԱՐԳԱՅԻՆ ԴՐՈՒՅԹՆԵՐ	6
Անումիայի փիլիսոփայական հայեցակարգի զարգացումը.....	6
Անումիայի սահմանումը սոցիոլոգիական գիտության մեջ.....	13
Անումիայի հետազոտության հոգեբանական տեսություններ	24
«Արտակարգ իրավիճակներ» հասկացության սոցիալ-հոգեբանական հայեցակետը.....	30
«Հոգեբանական պաշտպանություն» եզրույթը.....	38
Հոգեբանական պաշտպանության տիպաբանությունը.....	40
Հոգեբանական պաշտպանության կոմունյատիվ մոդել	50
Եզրույթի ընկալման բարդությունները	55
ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ ՊԱՇՏՊԱՆՈՒԹՅՈՒՆԸ ԵՎ ԵՍ-Ի ԱԴԱՊՏԻՎ ՄԵԽԱՆԻԶՄՆԵՐԸ.....	58
Հոգեբանական պաշտպանություն և ֆրուստրացիա.....	58
Հոգեբանական պաշտպանություն և ադապտացիա.....	62
Անձի ադապտացիայի ուսումնասիրման մեթոդաբանությունը	72
Արտակարգ իրավիճակներին անձի ադապտացիայի հոգեբանական ռեսուրսները	92
Հոգեբանական պաշտպանություն և ինքնիրացում	99
ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ ՊԱՇՏՊԱՆՈՒԹՅԱՆ ՄԻՋԱՎԱՅՐԱՅԻՆ ԳՈՐԾՈՆՆԵՐԸ... ..	106
Հոգեբանական պաշտպանությունը արտակարգ իրավիճակներում.....	106
Սոցիալական ադապտացիայի միջավայրի բնութագրումը	109
Հոգեբանական պաշտպանություն և էթնո-սոցիալական միջավայր	117
Հոգեբանական պաշտպանություն և սոցիալական կոնֆլիկտոգեն միջավայր	121
Անձի հոգեբանական ռեսուրսները սոցիալական ադապտացիայի միջավայրում	125
ԳԻՏԱՄԵԹՈԴԱԿԱՆ ՈՒՂՂՈՐԴՈՒՄ.....	139
ՎԵՐՋԱԲԱՆ.....	142
ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅԱՆ ՑԱՆԿ.....	143

ՆԱԽԱԲԱՆ

Հասարակական կյանքի ներկա պայմաններում, երբ առկա են հարափոփոխ տնտեսական, սոցիալական հարաբերություններ, աշխարհաքաղաքական տարաբովանդակ իրողություններ, էթնիկական կոնֆլիկտներ, հասարակական բնականոն կյանքն ու գործունեությունը խաթարող հոգեբանական գործոնների ուսումնասիրությունը, բացասական ներուժի մարման ուղիների վերհանումն ու գործարկումը դառնում է օրակարգային:

Հասարակության զարգացման ու փոխակերպումների հոլովություն կոնֆլիկտածին ու սթրեսածին մթնոլորտի, բացասական հոգեբանական ապրումների տարաբնույթ դրսևորումների երևույթները առավել տեսանելի են դառնում մասնավորապես սոցիալական անոմիայի համատեքստում, երբ անձի վարքի և ինքնության դրսևորումներն իրականանում են սոցիալապես կարևորվող նորմերի բացակայության կամ փոխակերպության պայմաններում, իսկ անձից պահանջվում է սոցալ-հոգեբանական հարմարման յուրատիպ մեխանիզմների ձևավորում, առկայություն ու իրարկում, հոգեբանական պաշտպանության մեխանիզմների դրական կոնստրուկտների ակտիվ գործառնություն:

Այսօր, առավել քան երբևէ, կապված տարածաշրջանում մոլեգնող հակամարտությունների հետ՝ ազգաբնակչության հոգեկան առողջությունը վտանգող բացասական գործոնների, սոցիալական անոմիայի մարմանն ուղղված հոգեախտորոշիչ ուսումնասիրությունները խիստ հրատապ են և բառացիորեն միտված են տարաբնույթ հոգեբանական բացասական գործոնների նվազեցմանն ու սոցիալական վարքագծում և ընկալումներում ապակառուցողական սթրեսածին դրսևորումների կանխմանը:

Այս տեսանկյունից անձի, իսկ ավելի լայն իմաստով՝ ազգաբնակչության հոգեբանական պաշտպանության մեխանիզմների առանձնահատկությունների ու յուրատիպությունների վերհանումն ու իմաստավորումը, կարծում ենք, արդիական և հրատապ գիտական խնդիր է:

Հասարակության ժամանակակից զարգացման միտումները նախանշում են միջավայրի համակարգային բարդացման գործընթացը, սոցիալական հարաբերությունների սթրեսածին մթնոլորտի ավելացումը: Այդ երևույթներն ավելի տեսանելի են դառնում սոցիալական անոմիայի պայմաններում, որտեղ անձից պահանջվում է հարմարման այնպիսի մեխանիզմների ձևավորում ու տիրապետում, որոնք հատկապես գործարկելի են դառնում արագ փոփոխվող հասարակական հարաբերությունների և, ընդհանրապես, արտակարգ իրավիճակների ստեղծման պայմաններում, երբ ակտիվանում են անձի վրա միջավայրային

Ճնշման եղանակները և ինտենսիվ զարգացում են ապրում անձի հարմարման գործոնները: Անձի հարմարման դրսևորումներից է նաև հոգեբանական պաշտպանության երևույթը:

Հոգեբանական պաշտպանությունն ապահովում է անձի սուբյեկտիվ հարմարումը բոլոր տեսակի լարվածության դրսևորումներում:

Տեսամեթոդական բազմաթիվ հետազոտություններում առաջ քաշված եզրակացությունները դառնում են առավել արդիական կյանքի դժվարին պայմաններում հայտնված անձանց համար՝ հոգեբանական պաշտպանության համակարգային հիմնահարցերը բարձրացնելու և քննության առնելու, ինչպես նաև ինքնառեակիզացիայի և ազգային ինքնագիտակցության հիմնադրույթները ձևակերպելու տեսանկյունից: Նման ենթատեքստում անհրաժեշտ է լինում նաև դիտարկելու անձի հոգեվիճակների զգացմունքային դաշտը, որը բավական լուրջ ազդեցություն ունի սոցիալական անոմիայի պայմաններում, երբ առօրյա միջանձնային հարաբերությունները զուգորդվում են ինքնության դրսևորման այնպիսի բաղադրիչներով, որոնք պաշտպանական բնույթ են կրում տազնապային և կոնֆլիկտային միջավայրում: Արտակարգ իրավիճակների, վախի և ապագայի նկատմամբ անորոշության պայմաններում է հենց ցայտուն կերպով դրսևորվում սոցիալական անոմիայի երևույթը, որի պայմաններում հոգեբանական պաշտպանության մեխանիզմները ուղղակիորեն ուղղված են հուզական լարվածության նվազեցմանը՝ կանխելով անձի վարքագծում և ընկալումներում ապակառուցողական սթրեսածին դրսևորումների ի հայտ գալը: Այս տեսանկյունից անձի, իսկ ավելի լայն իմաստով՝ ազգաբնակչության հոգեբանական պաշտպանության մեխանիզմների քննարկումը կարևորագույն գիտական խնդիր է, որը վերաբերում է անձի հոգեբանական առողջության ամբողջ համակարգին:

Անձի՝ պաշտպանության մեխանիզմներով հագեցած վարքագծի հիմնախնդիրը հանդիպում է ամենուրեք. այն արդիական է ինչպես կլինիկական հոգեբանության, այնպես էլ՝ սոցիալական ու զարգացման հոգեբանության ոլորտներում. ներկայացված է թե՛ տեսական ուղղություններում և թե՛ կիրառական հոգեբանության շրջանակներում¹:

¹ Աղուզումցյան Ռ. Վ., Ամիրյան Ս. Ս., Պապոյան Վ. Ռ., Գալստյան Ա. Ս., Խաչատրյան Ն. Գ., Հովհաննիսյան Հ. Ռ., Հարությունյան Ն. Ա., Սարգսյան Դ. Յ., Հոգեկան հուսալիության հետազոտման մեթոդաբանական մոտեցում: Անձի հոգեբանական անվտանգության հիմնախնդիրը, Կոլեկտիվ մենագրություն, Երևան, 2009, 113-131; Վարդանյան Կ. Ե., Անձի հոգեբանական առանձնահատկությունների դերը սուիցիդալ վարքի պատճառականության շրջայում, Երևան, 2008:

ՀԱՅԵՑԱԿԱՐԳԱՅԻՆ ԴՐՈՒՅԹՆԵՐ

Անումիայի փիլիսոփայական հայեցակարգի զարգացումը

Անումիան փիլիսոփայական և սոցիալ-հոգեբանական հայեցակարգ է, որն արտահայտում է հասարակության այն վիճակը, երբ անհատների և հասարակության միջև հարաբերությունները կարգավորող սոցիալական և բարոյական հրամայականների բացակայությունը կամ անկայունությունը հանգեցնում է բնակչության զգալի մասի օտարման:

Հասարակությունը կամ սոցիալական միջավայրն իրենից ներկայացնում է մարդկության պատմական զարգացման ընթացքում ձևավորված սոցիալական կառուցվածքների, գործառույթների և հարաբերությունների համեմատաբար կայուն և ինտեգրված համակարգ, որտեղ մարդկանց միավորման ձևերն իրականացվում են նրանց փոխգործակցության ընթացքում²:

Անումիան առաջացել է հունարեն *ἀνομία* բառից, որը թարգմանաբար նշանակում է անօրինություն:

Անումիան ցույց է տալիս հասարակության այն վիճակը, որը բնութագրվում է սոցիալական նորմերի և ինստիտուտների անկազմակերպվածությամբ, մարդկային գործունեության պայմանների անորոշությամբ և անկայունությամբ, հասարակության կողմից հռչակված նպատակների անհամապատասխանությամբ, ինչպես նաև դրանց հասնելու օրինական միջոցների բացակայությամբ:

Մեկ այլ սահմանման համաձայն՝ անումիան ներկայացնում է հասարակության հետ կապված անհատական հոգեբանական այն վիճակը, որը բնութագրվում է բարոյալքմամբ, հասարակության հետ կապերի թուլացմամբ և մարդկանցից օտարվածությամբ³:

Անումիան սոցիալական կամ անհատական գիտակցության վիճակ է, որը բնութագրվում է բարոյական նորմերի և արժեքահամակարգի փլուզմամբ⁴:

Այսպիսով՝ կարող ենք ասել, որ անումիան մեծապես արտացոլում է հասարակության մեջ տեղի ունեցող սոցիալ-հոգեբանական, բարոյական և հասարակական փոփոխությունները, դրանց առանձնահատկությունները և հաղթահարման հնարավորությունները:

² В. А. Эдельман, А. И. Симонов, ОБЩЕСТВО, Гуманитарный портал, <https://gtmarket.ru/concepts/6866>.

³ Большая российская энциклопедия, **Мертон Р.** Социальная структура и аномия // Социология преступности / Под ред. Б. С. Никифорова. М., 1966.

⁴ С.С. Фролов, Социология. Учебник для вузов / С.С. Фролов. - М: НОРМА, 2007. - с. 223, 256с.

Անոմիան սոցիոլոգիական տերմին է, որը ներմուծվել է Էմիլ Դյուրկհեյմի կողմից՝ բնութագրելու հասարակության այն վիճակը, երբ նրա անդամներից շատերը կորցնում են վստահությունը՝ գոյություն ունեցող նորմերի, արժեքների և ինստիտուտների նկատմամբ⁵:

Անոմիան հայեցակարգ է, որն արտահայտվում է մշակութային տարրերի ոչնչացման պատմականորեն ձևավորված գործընթացներում:

Այսպիսով՝ կարող ենք ասել, որ երբ առկա է անոմիա, հասարակությունն ապրում է էթիկական ճգնաժամ, գտնվում է անկայուն ու քառտիկ վիճակում, երբ քայքայվում է սոցիալական կառուցվածքը, կորչում են սոցիալական արժեքներն ու մշակութային նորմերը:

Անոմիան ներառում է անկարգություն, անկազմակերպություն և ներկայացնում է կոլեկտիվ անվտանգության սպառնալիք⁶: Սոցիալական ցնցումների ժամանակ անոմիան ազդում է բնակչության բոլոր շերտերի՝ հատկապես երիտասարդների վրա⁷:

Անոմիան լայնորեն տարածված է ինչպես սոցիոլոգիական, այնպես էլ հոգեբանական գիտության շրջանակներում և մատնանշում է հասարակության արժեքային և նորմատիվ համակարգի խախտումները: Վերջին տարիներին այս եզրույթն առավել հաճախ օգտագործվում է բնութագրելու համար երիտասարդ սերնդի սոցիալական զարգացման աստիճանը, քանի որ այն երևույթները, որոնք որոշակի պայմաններում ազդում են հասարակության խոցելի խմբերի վրա, ունենում են մեծ ազդեցություն հենց երիտասարդների շրջանում, իսկ անոմիան, որն այսօր ընկալվում է որպես սոցիալական նորմերի օտարում, ամբողջապես ներկայացնում է նոր և նախկինում ձևավորված արժեքային համակարգի հակազդումը:

«Անոմիա»-ն առաջացել է ավելի քան քսան դար առաջ Հին հունաստանում, որտեղ «*anomos*» եզրույթով մատնանշվել է հասարակության «անօրինական» և «անկառավարելի» վարքաձևը: Այն հանդիպում է նաև Եվրիպիդեսի և Պլատոնի աշխատություններում: Օրինակ՝ Պլատոնն օգտագործել է «անոմիա»-ն՝ ներկայացանելու անարխիան, անկարգությունը, անօրինականությունը և անարդարությունը:

Զուգահեռներ անցկացնելով գիտական գրականության այլ ասպեկտների հետ՝ տեսնում ենք, որ ոչ միշտ է «անոմիա»-ն գործածվել հասարակության մեջ գոյություն ունեցող ու հասարակությունը կազմալուծող երևույթները ներկայաց-

⁵ Большой психологический словарь. — М.: Прайм-ЕВРОЗНАК. Под ред. Б.Г. Мещерякова, акад. В.П. Зинченко. 2003.

⁶ Библиография: Оксфордский толковый словарь по психологии / Под ред. А. Ребера. — М.: Вече, АСТ, 2002.

⁷ Психология, словарь, Петровского А.В., Ярошевского М.Г., 1990.

ներու համար: Օրինակ՝ ֆրանսիացի փիլիսոփա Ժան Մարի Գույոն անումիան ներկայացրել է որպես դոգմատիկ իշխանությունից անհատի ազատագրումը մատնանշող դրական երևույթ, սակայն մեծամասամբ այս եզրույթը մատնաշում է օտարումն ու հակասոցիալական վարքի դրսևորումները:

«Անումիա»-ն իր լայն կիրառման համար պարտական է ֆրանսիացի փիլիսոփա, սոցիոլոգ և հոգեբան Էմիլ Դյուրկեյմին: Ի տարբերություն այլ հեղինակների՝ Դյուրկեյմն այն կապում էր սոցիալական պաթոլոգիայի տարբեր ձևերի հետ: Նրա դիտարկմամբ՝ անումիան «ավանդական հասարակությունից» իր «մեխանիկական» համերաշխությամբ արդյունաբերական հասարակության «օրգանական» համերաշխության թերի անցման արդյունքն է:

Կարող ենք ասել, որ Դյուրկեյմի անումիան ներկայացնում է աշխատանքի սոցիալական այն բաժանումը, որը կազմում է արդյունաբերական հասարակության հիմքը և զարգանում է ավելի արագ, քան նոր գիտակցությունը:

Անումիան առաջանում է մի կողմից կարիքների ու շահերի, մյուս կողմից՝ դրանք բավարարելու հնարավորությունների հակասության արդյունքում: Սա նշանակում է, որ այն դրսևորվում է նորմատիվային կարգավորման մասնակի կամ ամբողջական բացակայության ճգնաժամային և անցումային իրավիճակներում, երբ հին նորմերի ու արժեքների համակարգը քայքայված է, իսկ նորը դեռ չի հասցրել հաստատվել: Արդյունքում առաջանում է սոցիալական նորմերի ազդեցության ցածր աստիճան և անարդյունավետություն, որը ներկայացվում է որպես անհատների վարքի սոցիալական կարգավորման միջոց, որտեղ արժեքային նորմատիվ կողմնորոշումները, անորոշությունը, անկայունությունն ու անհամապատասխանությունը դրվում են առաջնային օղակներում: Հենց սրանով էլ պայմանավորված է անումիայի առաջացումը, որը կարող է դիտարկվել ինչպես կտրուկ և ակնհայտ վատթարացման, այնպես էլ կտրուկ և ակնթարթային բարգավաճման ժամանակ: Երկու դեպքում էլ քայքայվում է հասարակական կարգը, և թուլանում են նրա կարգավորիչ գործառույթները: Արդյունքում սոցիալական հավասարակշռությունը խախտվում է, մարդիկ հասարակության մեջ արագորեն կորցնում են իրենց դիրքերը, իսկ սոցիալական համակարգը ինքնին տատանվում և քայքայվում է:

Է. Դյուրկեյմն անումիան համարում էր «արդյունաբերական», այսինքն՝ կապիտալիստական հասարակության բնական վիճակ, երբ հասարակությունը խրախուսում է բոլորի համար անհատական հաջողության նույն նպատակներն ու արժեքները: Մարդկային ցանկությունները բավարարելու սահմանափակ հնարավորությունները կարգավորող և զսպող արդյունավետ նորմերի բացակա-

յությունը շատերին մղում է շեղված վարքի դրսևորման՝ ընդհուպ մինչև ինքնապանության:

Է.Դյուրկհեյմից հետո շատ գիտնականներ փորձեցին կիրառել մեթոդներ, որոնք հնարավորություն կտան ուսումնասիրելու անոմիա ունեցող հասարակության մեջ ապրող մարդկանց հոգեբանությունը: Ամերիկացի հետազոտող Լեո Սրոուլը առաջինն էր, որ իր առջև խնդիր դրեց բացահայտելու սոցիալական երևույթի հոգեբանական բովանդակությունը: Դյուրկհեյմից կես դար անց՝ 1951 թվականին, Սեֆրուլը ներկայացրեց ժամանակակից մարդու կերպարը՝ որպես ապրված անոմիայի գոհ: Վերադառնալով Դյուրկհեյմին՝ պետք է նշել, որ նա դիտարկում էր սոցիալական անոմիայի երկու դրսևորում՝ տնտեսական և ընտանեկան:

Ընտանեկան անոմիան դիտվում է որպես ընտանեկան բարոյականության կողմից տրամադրվող սոցիալական հավասարակշռության և կարգապահության խախտում, քանի որ ժամանակակից ընտանիքներում հիմնովին փոխվում են նախկինում ամուսինների զբաղեցրած դերերը, փոխակերպվում են արժեքային կողմնորոշումները, փոխվում է սերունդների հարաբերակցությունը:

Ընտանիքում անոմիայի դրսևորման հիմնական կողմերից մեկը, որը պետք է ավելի մանրամասն դիտարկել, իշխանությունը կրողի փոփոխությունն է: Եթե նախկինում ընտանիքում առաջատար դիրքը զբաղեցնում էր տղամարդը, ապա այժմ ավելի ու ավելի հաճախ ընտանիքի ղեկավարի դերը կատարում է կինը: Լինելով կենցաղային ոլորտում անվիճելի առաջատար՝ կինը, որպես կանոն, աշխատում է տղամարդուն հավասար, ինչի արդյունքում տնտեսապես կախված չէ նրանից: Այսպիսով՝ տղամարդը կորցնում է սոցիալական այն կարգավիճակը, որը նրան հեղինակավոր էր դարձնում կնոջ աչքում: Տղամարդը, որի գիտակցության և նույնիսկ ենթագիտակցության մեջ ամրագրված է նախնիների հազարամյա փորձը, դեռ հակված է իրեն համարելու ընտանիքի գլուխ, ինչը նշանակում է չենթարվել կնոջը՝ համարելով նրան ստորադաս, բայց, միևնույն ժամանակ, այդ նույն տղամարդն անհրաժեշտ ջանքեր չի գործադրում՝ ընտանիքում իր սասանված և իրենց վերագրված դիրքերն ամրապնդելու կամ սահմանելու համար:

Ինքնին ընտանիքում կնոջ գերիշխող դիրքը ոչ թե տղամարդու թուլության նշան է, այլ ժամանակակից ամուսնության հատկանիշ: Այս հատկանիշն ամենուր վերածվում է հոգեբանական լուրջ խնդրի, երբ ընտանիքում տղամարդը կորցնում է հեղինակությունն ու հարգանքը: Սովորաբար կինը, որ կարողացել է գերիշխող դիրք զբաղեցնել ընտանիքում, չի կիրառում «թաքնված առաջնորդի» մարտավարությունն իր ամուսնու հանդեպ: Այս խնդրի անուղղակի ազդեցությո-

յունն առաջին հերթին դրսևորվում է տղամարդու հեղինակության կորստով ոչ միայն կնոջ, այլև շրջապատի աչքում, ինչի արդյունքում հասարակությունը տղամարդուն տալիս է այնպիսի պիտակներ, որոնք նսեմացնում են նրա արժանապատվությունը: Դերերի հակասական այս դաշտում էլ սովորաբար առաջանում է քայքայիչ այն ազդակը, որն անվանում ենք անոմիա:

Անոմիայի հաղթահարումը լուրջ սոցիալական խնդիր է, որը չի կարող լուծվել միայն հոգեբանական միջամտությամբ: Երբ անհաղթահարելի իրավիճակը հասնում է իր կրիտիկական զանգվածին՝ անցնելով տանելի բոլոր սահմանները, հասարակությունը «ռեֆլեքսիվ» արձագանքում է արժեքների և նորմերի շտկմանը՝ նրանց տալով ավելի մեծ ներդաշնակություն, որոշակիություն և հստակություն:

Միանգամայն ակնհայտ է, որ տարբեր մարդկանց մոտ անոմիայի հետևանքները դրսևորվում են տարբեր կերպ. ոմանք ավելի դիմացկուն են, ոմանք՝ ոչ այնքան, քանի որ ոչ բոլորն են ի գործու կենսագործելու օտարման պայմաններում, երբ առկա է բարոյական դեգրադացիա և էմոցիոնալ անկման լայն շրջանակ: Այս համատեքստում հետաքրքիր է ուսումնասիրել անհատականության այն տեսակները, որոնք առավել կենսունակ են սոցիալական անոմիայի պայմաններում: Արդյունքում կարող ենք առանձնացնել հոգեբանական աջակցության այն միջոցները, որոնց օգնությամբ մարդկանց հնարավորություն է տրվում հաղթահարելու ճնշող և ոչ ցանկալի իրականությունը:

Այս հարցերի կառուցողական պատասխանները ոչ միայն արժեքավոր ներդրում կլինեն հոգեբանական գիտության մեջ, այլև կհանդիսանան սոցիալապես օգտակար կենսափորձ⁸:

Հասկանալու համար, թե իրականում ինչ է անոմիան և որոնք են նրա սոցիալ-հոգեբանական բաղադրատարրերը, նախ և առաջ անհրաժեշտ է ուսումնասիրել այն տեսական հիմքերը, որոնք բնորոշում են անոմիայի հակառակ բնեռը: Այս համատեքստում մեծապես անհրաժեշտ է դիտարկել օրենքն ու օրինականությունը, նորմերն ու կարգերը, սոցիալական ինտեգրումը, սոցիալականացումը և արժեքային համակարգը:

Օրինականությունը սահմանվում է որպես պետական կառավարման սկզբունք, ռեժիմ և եղանակ, որը հիմնված է օրենքների հրապարակման և կիրառման նկատմամբ վերահսկողության սահմանման վրա: Օրինականությունը պետական մարմինների, պաշտոնատար անձանց և քաղաքացիների կողմից օրենքի և դատարանների որոշումների պահանջների անվերապահ կատարման

⁸ Психология. А-Я. Словарь-справочник / Пер. с англ. К. С. Ткаченко. — М.: ФАИР-ПРЕСС. Майк Кордуэлл. 2000, 448 с.

սկզբունքն է: Այն ենթադրում է քաղաքացիների օրինական շահերի և իրավունքների արդյունավետ պաշտպանություն, ինչպես նաև՝ պաշտոնյաների գործողությունների դեմ դատական կարգով բողոքարկելու հնարավորություն: Օրինականությունը բնութագրվում է որպես համակարգ, որը հիմնված է հասարակության և պետության միասնության վրա և բնութագրվում է իրավական կարգերի ու նորմերի խիստ և պարտադիր պահպանությամբ⁹:

Իրավաբանական իմաստով **օրենքը** սահմանվում է որպես սահմանված կարգով պետական իշխանության գերագույն մարմնի կողմից հրապարակված և բարձրագույն իրավական ուժ ունեցող ակտ, որն արտահայտում է տիրող դասակարգի կամքը, իսկ առօրյա իմաստով՝ բարձրագույն իշխանության կողմից սահմանված և բոլորի համար պարտադիր կանոն և կարգ:

Նորմը գոյություն ունեցող օբյեկտների գնահատման և ստեղծման սահմանված չափորոշիչ է: Նորմեր գոյություն ունեն միայն այնտեղ, որտեղ կան մարդկային կարիքներ և, համապատասխանաբար, նպատակներ: Նորմը բնորոշում է օբյեկտի քանակական փոփոխությունների սահմանները, որոնցում այն պահպանում է իր որակը՝ որպես նպատակին հասնելու միջոց: Տարբերակվում են նորմերի ստորին կամ նվազագույն, վերին կամ առավելագույնը և նրանց միջև եղած «ոսկե միջին» կամ օպտիմալ սահման, որը հարաբերական է յուրաքանչյուր անհատի համար¹⁰:

Սոցիալական ինտեգրումը կամ վերականգնումն ու համալրումը անհատի ընդունումն է խմբի այլ անդամների կողմից:

Համեմատաբար անկախ, քիչ կապված սոցիալական օբյեկտների միջև օպտիմալ կապեր հաստատելու գործընթացը և դրանց հետագա վերափոխումը միասնական և ամբողջական համակարգի, որտեղ դրա մասերը համակարգված են և փոխկապակցված, հիմնված է ընդհանուր նպատակների և շահերի վրա: Հենց այս երևույթն անվանում են անհատի հաջող սոցիալականացում, ով հաղթահարել է իր իրավիճակի բացասական հետևանքները¹¹:

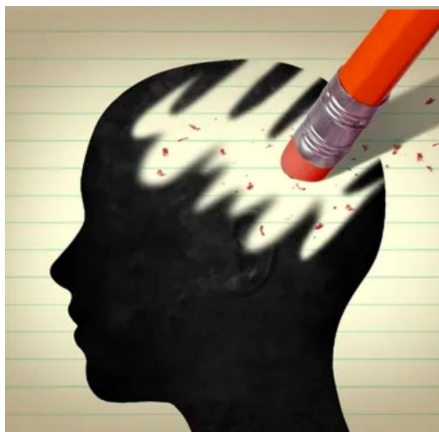
Ամփոփելով՝ կարող ենք ասել, որ գիտական բառարաններում անումիան ներկայացվում է որպես օտարման և հակասոցիալական վարքի դրսևորում, որը կազմալուծում է հասարակության բարոյահոգեբանական, սոցիալական և տնտեսական միջավայրը՝ պատճառ դառնալով քառտիկ իրականության և արժեքային համակարգի բախման:

⁹ **Емельянов Б. М.**, Правкин С. А. Теория государства и права. Ч. 2. М.: МИЭМП, 2010. Гл. 23. Законность, правопорядок, общественный порядок.

¹⁰ **Философская энциклопедия**, НОРМА,

https://dic.academic.ru/dic.nsf/enc_philosophy/837/%D0%9D%D0%9E%D0%A0%D0%9C%D0%90 .

¹¹ **Rubin, M.** (2012). Social class differences in social integration among students in higher education: A meta-analysis and recommendations for future research. *Journal of Diversity in Higher Education*, 5, p 22.



Անումիայի սահմանումը սոցիոլոգիական գիտության մեջ

Անումիայի խնդիրը ժամանակակից գիտական, սոցիալ-փիլիսոփայական և սոցիոլոգիական գիտակարգում ամենաքննարկվող հիմնախնդիրներից մեկն է: Անումիան ուսումնասիրելու անհրաժեշտությունը կապված է առաջացող ռիսկերի հետ, որոնք ժամանակակից հասարակությունը դարձնում են անկայուն, իսկ նրանցում տեղի ունեցող գործընթացները՝ քառտիկ: Սոցիալական գործընթացների կառավարումը պայմանավորված է բազմաթիվ գործոններով, որոնց մեջ առանձնահատուկ տեղ է զբաղեցնում հենց անումիան: Սոցիալական անումիայի թաքնված ազդեցությունը հանգեցրել է նրան, որ այս խնդիրը հաճախ մնում է ստվերում¹²:

Սոցիալական անումիայի ֆենոմենն առաջին անգամ նկարագրել է ֆրանսիացի ականավոր սոցիոլոգ Էմիլ Դյուրկհեյմը: Նա հայտնաբերել է անումիայի ֆենոմենը՝ ուսումնասիրելով ինքնասպանության պատճառները, որոնց շարքում առանձնացրել է անումիան՝ որպես շեղվող վարքի դրսևորում: Բացատրելով այս անումիան՝ նա ընդգծեց, որ սոցիալական կանոնները կարևոր դեր են խաղում մարդկանց կյանքի կարգավորման գործում, ուստի ճգնաժամերի կամ սոցիալական փոփոխությունների ժամանակ կյանքի փորձը դադարում է համապատասխանել սոցիալական նորմերի համատեքստում մարմնավորված իդեալներին: Արդյունքում մարդիկ զգում են շփոթություն և ապակողմնորոշում, սոցիալական նորմերը ոչնչացվում են, մարդիկ կորցնում են իրենց կողմնորոշումը և այս ամենը նպաստում է շեղվող վարքագծին: Շեղվող վարքագիծը մարդկային գործունեություն կամ սոցիալական երևույթ է, որը չի համապատասխանում տվյալ հասարակության մեջ պաշտոնապես կամ փաստացի հաստատված նորմերին, ենթադրում է հանցագործի մեկուսացում, բուժում, ազատազրկում կամ այլ պատիժ:

Է. Դյուրկհեյմի կարծիքով՝ սոցիալական կանոնները կարևոր դեր են խաղում մարդկանց կյանքը կարգավորելու գործում, քանի որ առաջադրվող նորմերը ղեկավարում են հասարակության վարքագիծը, ինչի արդյունքում մարդիկ գիտեն, թե ինչ սպասել ուրիշներից, ինչպես նաև գիտեն, թե ինչ են սպասում նրանցից հասարակության մյուս անդամները: Նրանց կյանքի փորձը քիչ թե շատ համահունչ է սոցիալական նորմերով պայմանավորված սպասումներին¹³:

Է.Դյուրկհեյմը նշեց, որ հասարակության մեջ անումիկ վիճակները հատկապես հաճախ են առաջանում տնտեսական ճգնաժամերի և դինամիկ բարեփո-

¹² Нарттов, Н. А. Социология: учебник для бакалавров / Нарттов Н. А. - Москва: Дашков и К, 2015, с. 426, 544с.

¹³ Дюркгейм Э. О разделении общественного труда. Одесса, 1900, с. 294, 432с.

խումների պայմաններում: Սոցիալական անկազմակերպության պահին՝ լինի դա ցավալի ճգնաժամի հետևանք, թե ոչ սպասելի բարենպաստ իրավիճակ, հասարակությունը ժամանակավորապես չի կարողանում անհրաժեշտ ազդեցություն գործադրել մարդու վրա¹⁴:

Է. Դյուրկհեյմը բնութագրում է անոմիայի հայեցակարգը որպես հասարակության վիճակ, որտեղ տեղի է ունենում հասարակական կարգը երաշխավորող նորմերի համակարգային քայքայում: Սոցիալական անոմիան վկայում է այն մասին, որ վարքագծի նորմերը լրջորեն խախտվում և թուլանում են: Անոմիան առաջացնում է հոգեբանական այնպիսի վիճակ, որը բնութագրվում է կողմնորոշման կորստի զգացումով, երբ մարդիկ բխվում են հակասական նորմերը պահպանելու անհրաժեշտությամբ¹⁵: Անոմիան առաջանում է, երբ աշխատանքի բաժանումը բավականաչափ արդյունավետ շփումներ չի առաջացնում հասարակության անդամների միջև, ինչի արդյունքում անտարբերության են մատնվում սոցիալական հարաբերությունների համարժեք կարգավորումները¹⁶:

Անոմիան մեխանիկականից օրգանական համերաշխության թերի անցման արդյունք է, քանի որ վերջինիս օբյեկտիվ հիմքը՝ աշխատանքի սոցիալական բաժանումը, ավելի արագ է զարգանում, քան բարոյական աջակցությունը՝ հավաքական գիտակցության մեջ: Անոմիայի առաջացման համար անհրաժեշտ պայման է կարիքների ու շահերի հակասությունը և դրանք բավարարելու հնարավորության բացակայությունը¹⁷:

Է.Դյուրկհեյմն իր դասական «Ինքնասպանություն» ուսումնասիրության մեջ տվեց անոմիայի ավելի ամբողջական սահմանումը. սոցիալական կամ անհատական գիտակցության վիճակ, որը բնութագրվում է բարոյական նորմերի և արժեքային համակարգի փլուզմամբ:

Է.Դյուրկհեյմի անոմիայի հայեցակարգը համարժեք գնահատելու համար անհրաժեշտ է այն դիտարկել հասարակության մասին նրա պատկերացումների համատեքստում՝ որպես հատուկ իրականություն, որը կանգնած է անհատներից վեր և իրականացնում է վերահսկողական գործառույթ: Այս համատեքստում հասարակությունը ներկայանում է որպես անհատների ինտեգրման միջավայր, որտեղ հեղինակը տալիս է ինքնասպանությունների էթոլոգիական դասակարգումը և առանձնացնում անհատ-հասարակություն փոխհարաբերությունների բնույթը¹⁸:

¹⁴ Дюркгейм Э. Самоубийство: Социологический этюд/ Под ред. В. А. Базарова—М.: Мысль, 1994, с. 237, 399 с.

¹⁵ Дюркгейм Э. Самоубийство: Социологический этюд/ Под ред. В. А. Базарова—М.: Мысль, 1994, с. 238, 399 с.

¹⁶ Дюркгейм Э. О разделении общественного труда. Одесса, 1900, с. 295 432 с.

¹⁷ С.С. Фролов Социология. Учебник для вузов/С.С. Фролов - М: НОРМА, 2007 - с 224, 256 с.

¹⁸ Дюркгейм Э. Самоубийство: Социологический этюд/ Под ред. В. А. Базарова—М.: Мысль, 1994 с. 345, 399 с.

Չնայած Է. Դյուրկհեյմի հայեցակարգը քննադատության է ենթարկվել, սոցիալական անկազմակերպվածության հիմնական գաղափարն ընկած է շեղված վարքի դրսևորման մեջ: Ըստ ամերիկացի սոցիոլոգ Ն. Սմելսերի՝ «սոցիալական անկազմակերպվածությունը» հասարակության այն վիճակն է, երբ մշակութային արժեքները, նորմերն ու սոցիալական կապերը բացակայում են կամ դառնում անկայուն¹⁹:

Է. Դյուրկհեյմից հետո անոմիայի մեկնաբանությունը զարգացել է 2 ուղղությամբ: Առաջին ուղղության ներկայացուցիչները անոմիան դիտարկել են որպես բարոյական անարխիայի և բարոյական կարգապահության բացակայություն՝ առանձնացնելով նորմատիվ լարվածությունն ու նորմերի բախումը, որը նկարագրում է իրավիճակը, որտեղ բարոյական արժեքներն ու նորմերը չեն համապատասխանում ներդրված նպատակների իրականացման հնարավորություններին: Այս ուղղության կողմնակիցները հակված են շահերի ցանկացած բախում և բաժանում դիտարկելու որպես գործառույթների ժամանակավոր անհավասարակշռություն:

Երկրորդ ուղղության կողմնակիցները ելնում են հասարակության տեսական մոդելից՝ որպես մշտական լարվածության և տարաբնույթ հակամարտությունների մեջ գտնվող խմբերի համակարգ, որը խթան է հանդիսանում սոցիալական փոփոխությունների համար: Այս միտումը շարունակում է Է.Դյուրկհեյմի այն միտքը, որ անոմիան իրականություն է և գրեթե ցանկացած բարդ հասարակության «նորմալ վիճակ»²⁰:

Անոմիայի հիմնական սոցիալ-պատմական պատճառներից մեկը սոցիալական վերահսկողության թուլացումն է: Տեսականորեն մարդու վարքագիծը Դյուրկհեյմի անոմիայի հայեցակարգի տեսանկյունից ներառում է երկու ասպեկտ. մեկը վերաբերում է որոշակի նպատակներով գործողության ապահովմանը, մյուսը՝ որքանով են այդ նպատակները իրագործելի: Հետևաբար, ժամանակակից սոցիոլոգիայում կան անոմիա հասկացության տեսական կիրառման երկու տարբեր ուղղություններ: Երկրորդ ասպեկտը նորմերի բախումն է մշակություն: Տեսության այս կողմնակալությունն ուսումնասիրվել է Ռ. Մերտոնի կողմից, ով Է. Դյուրկհեյմից հետո ամենակարևոր ներդրումն է ունեցել անոմիայի տեսության մեջ: Ըստ Ռ. Մերտոնի՝ անոմիան անհամապատասխանության և մշակութային կարգով սահմանված համընդհանուր նպատակների միջև կոնֆլիկտի արդյունք է²¹:

¹⁹ Смелзер Н. Социология. М., 1994. с. 208, 688 с.

²⁰ Мертон Р. К. Социальная структура и аномия // Социология преступности. М., 1966. с. 210, 313 с.

²¹ Мертон Р. К. Явные и латентные функции // Американская социологическая мысль. М., 1994. с. 379, 496с.

Ըստ Ռ. Մերտոնի՝ անոմիան առաջանում է, երբ մարդիկ չեն կարողանում հասնել հասարակության կողմից պարտադրված նպատակներին՝ իրենց կողմից սահմանված իրավական միջոցներով: Նա կարծում էր, որ անոմիան առաջանում է հասարակության մշակութային նպատակների և դրանց հասնելու սոցիալապես հաստատված միջոցների միջև եղած անջրպետից:

Անոմիայի ժամանակ բացակայում են իրավական և բարոյական նորմերի ընդհանուր ճանաչման տարրերը, որոնք հանգեցնում են սահմանված նպատակներին²²:

Նպատակին հասնելու համար մարդիկ օգտագործում են երկու տեսակի միջոցներ՝ օրինականացված, հասարակության կողմից հաստատված և ցանկացած կերպ հաջողության տանող:

Մերտոնի դիտարկմամբ նպատակին հասնելու միջոցների օրինականությունն ու արդյունավետությունը միշտ չէ, որ համընկնում են իրար, ուստի մարդիկ կանգնած են ընտրության առաջ. եթե նպատակները դառնում են առաջնահերթություն, ցանկացած միջոց համարվում է արդարացված և, հակառակը, եթե հիմնականը միջոցն է, նպատակը կորցնում է իր նշանակությունը: Մերտոնը նշում է, որ երբ մարդիկ ձգտում են ֆինանսական հաջողության, բայց համոզված են, որ դրան հնարավոր չէ հասնել սոցիալականորեն հաստատված միջոցներով, նպատակին հասնելու համար դիմում են անօրինական միջոցների և նույնիսկ հանցագործության: Նպատակների և միջոցների միջև անհավասարակշռությունը հանգեցնում է անոմիայի²³:

Կայուն հասարակության մեջ միջոցների և նպատակների համապատասխանությունն ապահովում է նորմատիվ վարքագիծ: Երբ նպատակները չափազանցված են, առաջանում է շեղված վարքագիծ, իսկ երբ չափազանցված են միջոցները՝ «ծիսական» տիպի վարքագիծ: Նպատակների ու միջոցների միաժամանակյա մերժումը կամ փոխարինումը հանգեցնում է հեղափոխական վարքագծի դրսևորման, ապստամբության և շրջադարձի: Երկրորդ տիպի վարքագիծը, երբ հիմնական դերում հանդես են գալիս նպատակներն, իսկ միջոցների ընտրությունն անտեսված է, հանգեցնում է հակասոցիալական վարքագծի կամ հանցագործության:

Մերտոնի դիտարկմամբ յուրաքանչյուր մարդ անոմիայի վիճակին հարմարվում է յուրովի՝ ցուցաբերում է կա՛մ ենթարկվող վարքագիծ, կա՛մ շեղվող վարք, որտեղ մերժում է հասարակության կողմից հաստատված գաղափարներն ու նորմերը: Սա է պատճառը, որ Մերտոնն մշակեց անհատի՝ շրջակա միջավայ-

²² Мертон Р. К. Явные и латентные функции // Американская социологическая мысль. М., 1994. с. 439, 496 с.

²³ Р. Мертон, Социальная теория и социальная структура 2006 - с. 631. 837 с.

րին հարմարվելու «անոմիկ» հինգ ուղի՝ համապատասխանություն, նորարարություն, ծիսականություն, նահանջ և ապստամբություն:

Ամերիկացի սոցիոլոգ Նիլ Սմելսերը նշում է, որ հաստատված նպատակին հասնելու միջոցները ներառում են ավանդական մեթոդներ, ինչպիսիք են՝ լավ կրթությունը և աշխատանքը, սակայն երբ մարդն առերեսվում է իրականությանն, պարզ է դառնում, որ բնակչության մեծամասնությանը հասանելի չեն սոցիալապես հաստատված միջոցներ, քանի որ մեծ թվով մարդիկ չեն կարողանում վճարել լավ կրթության համար, իսկ լավագույն աշխատանքները բաժին են ընկնում սահմանափակ թվով մարդկանց²⁴:

Անոմիան որոշ դեպքերում կարող է դրական դեր խաղալ հասարակության զարգացման համար: Օրինակ, ամերիկացի սոցիոլոգ և քրեագետ Հովարդ Բեքերը պնդում էր, որ ցանկացած հասարակության մեջ տեղի է ունենում սոցիալական անկատարություն:

Ամփոփելով՝ կարող ենք ասել, որ սոցիալական անոմիայի և շեղված վարքագծի խնդիրները մեծ նշանակություն ունեն սոցիալ-քաղաքական և տնտեսական բարեփոխումների համատեքստում, քանի որ ինչպես հայտնի է, հասարակության մեջ անհատների պահվածքն ուղղակիորեն կապված է երկրի ներքում տեղի ունեցող քաղաքական և տնտեսական գործընթացների հետ: Երկրում անկայուն վարքագիծը, որպես կանոն, ենթադրում է բացասական երևույթների աճ՝ թափառականություն, հանցագործություն, ալկոհոլիզմ, հանցագործությունների թվի աճ և այլն: Այստեղից էլ ծնվում է հասարակության ներքին նախատրամադրվածությունը, որը բնութագրվում է որպես շեղվող վարք, ինչի արդյունքում ոչնչացվում են բազմաթիվ հոգևոր և մշակութային արժեքներ: Սա հանգեցնում է այն մտքին, որ սոցիալական անոմիայի ազդեցությունը հասարակության սոցիալական գործընթացների կառավարման վրա մեծապես կախված է քաղաքական և պետական ինստիտուտներից, ինչպես նաև՝ պետական և քաղաքային իշխանությունների գործունեությունից, քանի որ կայուն հասարակության մեջ սոցիալական անոմիայի մակարդակն ավելի ցածր է: Մյուս կողմից, կայուն սոցիալական զարգացումը հնարավոր է միայն այն դեպքում, եթե կա իրավական, բարոյական և այլ նորմերի ու դրանց աջակցող սոցիալական ինստիտուտների արդյունավետ համակարգ²⁵:

Է.Դյուրկհեյմի այն գաղափարը, որ «աննորմալության» իրավիճակն առաջանում է, երբ նկրտումները բխվում են, և կարգավորող նորմերը ոչնչացվում, այժմ կրում է հակասական բնույթ, երբ հասարակության որոշ կառույցներ որո-

²⁴ Смелзер Н. Социология. с. 208-209. 688 с.

²⁵ Кох И. А. Социальная аномия и социальное управление / И. А. Кох // Известия Уральского государственного университета. — 2006 — N 42 — с. 65. 233 с.

շակի ճնշում են գործադրում հասարակության առանձին անդամների վրա՝ նրանց մղելով անհնազանդության²⁶:

Ինչպես Է. Դյուրկհեյմը, Ռ. Մերտոնը նույնպես հանցագործությունը դիտում էր որպես «նորմալ մարդկանց նորմալ արձագանք աննորմալ պայմաններին»²⁷:

Նրա համար չափազանց կարևոր է տարբերակել տեխնիկական արդյունավետությունը մշակութային նպատակներին հասնելու միջոցների օրինականությունից: «Յուրաքանչյուր սոցիալական խումբ պարտադիր համատեղում է իր ցանկալի նպատակների սանդղակը և նպատակներին հասնելու ընդունելի ու պահանջվող ուղիների բարոյական կամ ինստիտուցիոնալ կարգավորումը: Այս տեսակի կարգավորող նորմերն ու բարոյական հրամայականները պարտադիր չէ, որ համընկնեն այն նորմերին, որոնք որոշում են ներդրված մեթոդների նպատակահարմարությունը կամ արդյունավետությունը, քանի որ գործող միջոցների ընտրությունը սահմանափակված է ինստիտուցիոնալ նորմերով»²⁸:

Այսպիսով, եթե Է. Դյուրկհեյմն անումիա տեսնում էր նորմերի բացակայության, հասարակության նորմատիվ համակարգի ոչնչացման կամ թուլացման մեջ, ապա, Մերտոնն, անումիան ներկայացնում էր մշակույթի հատուկ կառուցվածքային հակասության, հակամարտության և արժեքների անհավասարակշռության միջոցների կիրառման դաշտում: Եթե, ըստ Է. Դյուրկհեյմի, անումիա առաջանում է միայն սոցիալական արագ փոփոխության ժամանակաշրջաններում, ապա Մերտոնի համար սոցիոմշակութային նպատակների և դրանց հասնելու իրավական միջոցների անհամապատասխանությունը սոցիալական համակարգում լարվածության մշտական գործոն է: Ռ. Մերտոնի տեսությունը, թեև ավելի ընդհանրական է, բայց և այնպես չի ներառում դյուրկհեյմյան հայեցակարգ: Ֆրանսիացի սոցիոլոգի մոտեցումը ներառում էր տնտեսական ասպեկտ, քանի որ նա անումիան համարում էր աշխատանքի բաժանման ոչ ընդունելի ձև, իսկ Ռ. Մերտոնն անումիան համարում էր սոցիալական տարբերակված իրավական միջոցների հասանելիություն և հաջողության հասնելու սոցիալ-հոգեբանական շեշտադրում²⁹:

Այսպիսով՝ կարող ենք ասել, որ Ռ. Մերտոնի հայեցակարգը ներառում է սոցիալական վարքագծի շարունակականություն, որի դասակարգումը որոշվում է անհատների կողմից ընդունված կամ մերժված նպատակների և միջոցների

²⁶ Мертон Р. К. Социальная структура и аномия // Социология преступности. М., 1966. с. 30, 313 с.

²⁷ Мертон Р. К. Социальная структура и аномия // Социология преступности. М., 1966. с. 299, 313 с.

²⁸ Мертон Р. К. Социальная структура и аномия // Социология преступности. М., 1966. с. 300, 313. с.

²⁹ Афанасьев В. Эволюция концепции аномии в социологии девиантного поведения // Рубеж. Сыктывкар, 1992. № 2. с. 74, 195 с.

հարաբերակցությամբ: Այս մոտեցմամբ պարզվում է, որ անոմիան շեղված վարքի հատուկ էթոլոգիական գործոն չէ, ուստի դիտարկվում է որպես անհրաժեշտ, բայց ոչ միակ նախապայման: Դրա հետ մեկտեղ նպատակահարմար է առանձնացնել այն գործոնները, որոնք պայմանավորում են հաջողության հասնելու օրինական միջոցների հասանելիությունը:

Ռ. Մերտոնի դիրքորոշման հաջորդ կարևոր կետը մշակութային նպատակների և ինստիտուցիոնալ նորմերի միջև անկայուն և աններդաշնակ հարաբերությունների հաստատումն է, քանի որ նպատակների նշանակությունը կարող է փոխվել՝ անկախ ինստիտուցիոնալ միջոցների նշանակության աստիճանից: Դրամական հաջողության և նյութական բարեկեցության ձեռքբերման ենթադրյալ գերակայությունը հանգեցնում է ցանկալիին հասնելու միջոցների կիրառման, մինչդեռ վերահսկողության ինստիտուցիոնալ եղանակները ձեռք են բերում երկրորդական նշանակություն»³⁰:

Է. Դյուրկհեյմի դիտարկմամբ անոմիան անկայուն իրավիճակ է, որն առաջանում է սոցիալական համախմբվածության և համերաշխության բացակայությունից և ուղեկցվում է սոցիալական արագ փոփոխություններով: Անոմիայի՝ Ռ. Մերտոնի տեսության համաձայն՝ մեծ թվով մարդիկ փորձում են հասնել մշակութային նշանակալի նպատակների, իսկ երբ հասարակությունը չի տրամադրում լեգիտիմ միջոցներ՝ մշակութային նշանակալի նպատակներին հասնելու համար, առաջ է գալիս այլընտրանքային ուղիների կիրառում:

20-րդ տարեվերջին և 21-ի սկզբին գիտնականների շրջանում անոմիայի խնդրի նկատմամբ հետաքրքրությունը ցույց տվեց, որ ավելի քան երկու հազարամյակ անոմիայի խնդիրը չի կորցրել իր արդիականությունը³¹: Անոմիայի զարգացման վրա մեծապես ազդում են հասարակության կյանքում կրոնի դերի նվազումը, գլոբալացման գործընթացները, արժեքային համակարգերի փոփոխությունները, որոնք հանգեցնում են ժողովուրդների մշակութային ինքնության կորստի և ավանդական մշակույթից անջատման: Այս դիրքորոշումը արդարացիորեն քննադատվում է, քանի որ հաշվի չի առնվում ժամանակակից հասարակության մշակութային բազմազանությունը³²: Նույնիսկ քրիստոնյաների կրոնական տեքստերում անոմիան նկարագրվում է ոչ միայն որպես հասարակության վիճակ, այլ անհատականության բնութագիր: Նման հայեցակարգ քննարկվել է ամերիկացի սոցիոլոգներ Ռոբերտ Մաքսայվերի և Դեյվիդ Ռիսմանի աշխատութ-

³⁰ Р. Мертон, Непреднамеренные последствия преднамеренного социального действия [Текст] / Р. Мертон // Социологический журнал. - 2009. - № 2. - с. 13, 103 с.

³¹ Passas N, Agnew R. The future of Anomie Theory. Northeastern University Press. 1997. p.1, 240 p.

³² Adler F., Laufer W.S. (Ed.), The Legacy of Anomie Theory. – New Brunswick, NJ: Transaction Publishers. 2000. p. 15, 439 p.

յուններում: Մաքայվերն անումիան ներկայացնում էր որպես «անհատի՝ հասարակությանը պատկանելու զգացողության ոչնչացում»: Ըստ հեղինակի՝ անումիան վիճակ է, երբ անհատը պոկված է իր բարոյական արմատներից, չունի վարքագծի նորմեր, և գործում են միայն ցրված դրդապատճառները³³:

Դեյվիդ Ռիսմանն անումիան համարում էր անձի անկարողություն՝ ապրելու հասարակության մեջ: Այս անհամարժեքության պատճառը անհատի բնավորության անհամապատասխանությունն է դարաշրջանին բնորոշ մշակութային առանձնահատկություններին: Արդյունքում, մեծ թվով մարդիկ, որոնք չեն համապատասխանում տվյալ հասարակության մեջ գերակշռող նորմերին, դառնում են կա՛մ անումիկ, կա՛մ ինքնավար³⁴:

Դ. Ռիսմանի հայեցակարգը, սակայն, ամբողջությամբ չի ներառում այն խնդիրները, որոնք անմիջականորեն կապված են հասարակության շրջանում նորմերի և արժեքների տարածման հետ: Այս համատեքստում հեղինակը հաշվի չի առնում լրատվամիջոցների ազդեցությունը: Թերթերը, ռադիոն և հեռուստատեսությունը մշտապես հեռարձակում են վարքի և արժեքների ընդհանուր ընդունված նորմեր՝ նպաստելով անհատների կողմից այդ նորմերի յուրացմանը: Այս դիտարկումը մեծապես կարևորվեց 20-րդ դարի վերջին և 21-րդ դարի սկզբին, երբ համացանցը ձեռք բերեց զանգվածային տարածում, քանի որ համացանցային հաղորդակցությունն այսօր համեմատելի է իրական կյանքում տարվող հաղորդակցության հետ, ուստի այս հարթակը դառնում է նորմերի և արժեքների ազատ փոխանցման ամենամեծ ու հասանելի դաշտը³⁵:

Ամերիկացի սոցիոլոգ Լեո Սրոուլը գիտական շրջանառության մեջ մտցրեց «անումիա» տերմինը՝ անհատական մակարդակում անումիա ներկայացնելու համար: Նրա դիտարկմամբ անումիան անհատականության մակարդակում սոցիալապես պայմանավորված երևույթ է³⁶:

Անումիան անհատական մակարդակում դիտարկելու գաղափարը հավանության արժանացավ գիտական հանրության կողմից:

Ամերիկացի սոցիոլոգ Էլվին Փաուելը, որ իր աշխատություններից մեկը նվիրել է անումիայի այս նոր ըմբռնմանը, նշել է, որ այն պայմաններում, երբ անհատի գործունեության նպատակները դառնում են հակասական, անհասանելի

³³ MacIver. R. M. The Ramparts We Guard. – Macmillan, New York, 1950. p.84, 152 p.

³⁴ Riesman D., Reuel D., Glazer. N. The lonely crowd. – New Haven: Yale University Press, 1950. p.287, 386 p.

³⁵ Taylor C. Alienation and Community // Universities and Left Review, № 5 (Autumn 1958), 1959. pp. 11-18, p. 16.

³⁶ Феофанов К.А. Социальная аномия: обзор подходов в американской социологии // Социологические исследования. 1992. № 5. с. 88-92, с. 89.

կամ աննշան, անոմիայի վիճակը սրվում է և ուղեկցվում ապատիայի զգացումով ու կողմնորոշման ընդհանուր կորստով³⁷:

Ամերիկացի հետազոտող Ռոբերտ Դուբինը ներկայացրեց փոփոխական, որն արտացոլում է անհատի փոխհարաբերությունները խմբի հետ և տարբերակում իրական վարքագիծն ու հաստատված նորմերը³⁸:

Կառուցողական քննադատությունը նպաստեց անոմիայի տեսության զարգացմանը:

Ամփոփելով՝ կարող ենք ասել, որ այժմ մեր երկրում տեղի է ունենում բարդ անցում տոտալիտար հասարակությունից դեպի ժողովրդավարական: Այս ֆոնի վրա մեծապես ակտիվանում են անոմիկ գործընթացները: Նախկին սոցիալական նորմերը կորցնում են իրենց նշանակությունը, իսկ նորերը դեռ սաղմնային շրջանում են: Այս պայմաններում ինտենսիվորեն առաջանում են իրավիճակներ, երբ նախընտրելի է դառնում վարքագծի շեղված ձևերի ընտրությունը:

Անոմիայի և սոցիալական կարգի խնդիրն արդիականացվում է աշխարհում տեղի ունեցող ժամանակակից վերափոխումների հետ, երբ հասարակության առջև ծառացած դժվարությունների շարքում դասվում են, սոցիալական այնպիսի չարիքներ, ինչպիսիք են՝ կոռուպցիան, հանցագործությունը, ահաբեկչությունը և քաղաքական անտարբերությունը:

Սոցիալ-փիլիսոփայական առումով սոցիալական կարգի անոմիայի ուսումնասիրությունը հետաքրքրություն է առաջացնում հասարակության ամբողջականության պահպանման, սոցիալական ինտեգրման, հասարակությունը վտանգավոր վիճակից դուրս բերելու և կառավարման ռազմավարությունը հասկանալու առումով³⁹:

Ամփոփելով վերը նշվածը՝ գալիս ենք այն եզրահանգման, որ սոցիալական անոմիան հասարակության մեջ սոցիալական գործընթացների վերահսկողության լատենտ գործոն է: Մա հատկապես ակնհայտ է քաղաքական և սոցիալ-տնտեսական ճգնաժամի համատեքստում: Կյանքի մակարդակի կտրուկ անկումը և գործազրկության աճը հանգեցնում են հասարակական - քաղաքական անկայունության և սոցիալական բարձր լարվածության: Առօրյա ապրելակերպի ոչնչացումը, սոցիալական ենթակառուցվածքների վատթարացումը և սոցիալական ինստիտուտների դերի թուլացումը բացասաբար են անդրադառնում բնակչության կյանքի բոլոր ասպեկտների վրա: Զուգահեռաբար սկսում է գործել քա-

³⁷ Powell E.H. Occupation, Status, and Suicide: Toward a Redefinition of Anomie // American Sociological Review. Vol. 23. No. 2, (Apr., 1958). Pp. 131-139.c. 132.

³⁸ Dubin R. Deviant Behavior and Social Structure: Continuities in Social Theory//ASR. 1959. April. p. 164, 343 p.

³⁹ Социальное: истоки, структурные профили, современные вызовы/под ред. П.К. Гречко, Е.М. Курмелевой. — М.: РОССПЭН, 2009. с.150, 440 с.

ղաքական անումիան, որը բնութագրվում է անհատների բացասական վերաբերմունքով քաղաքական նորմերին և արժեքներին:

Ուսումնասիրելով սոցիալական անումիայի տեսությունն՝ անհրաժեշտ է առանձնացնել սոցիալական վերահսկողությունը, քանի որ հենց սա է ազդում անհատի և հասարակության ամբողջական զարգացման վրա:

Սոցիալական վերահսկողությունը կարելի է բաժանել երկու տեսակի՝ ներքին և արտաքին: Արտաքինը որոշակի մեխանիզմների շարք է, որոնք երաշխավորում են հասարակության կողմից վարքագծային նորմերի պահպանումն ու առանձնացնում են պաշտոնականն ու ոչ պաշտոնականը: Օրենքներն ու այլ իրավական ակտերը ծառայում են որպես պաշտոնական սոցիալական վերահսկողության, իսկ ոչ ֆորմալ վերահսկողության շարքին դասվում են սոցիալական արժեքներն ու բարոյական նորմերը:

Վերահսկողության երկրորդ տեսակը կոչվում է ինքնատիրապետում կամ ներքին վերահսկողություն: Այն գործում է, երբ մարդիկ վերահսկում են իրենց պահվածքը՝ հիմք ընդունելով հասարակության կողմից ընդունված և ներքնայնացված նորմերը: Ապրելով հասարակության մեջ և դառնալով առաջադրվող նորմերի կրող՝ անհատը վարում է այնպիսի ապրելակերպ, որը խրախուսելի և ընդունելի է համարվում հասարակության լայն զանգվածների կողմից, և հետաքրքիրն այն է, որ շատ հաճախ ներքին վերահսկողությունն իրականացվում է ենթագիտակցորեն կամ ներդրվում փոքր հասակում՝ սոցիալականացման գործընթացի շրջանակներում:

Է. Դյուրկհեյմը, ներկայացնելով հասարակության զարգացման իր տեսությունն, ընդգծել է ագրարային հասարակությունից արդյունաբերականի անցնելու կարևորությունը, որտեղ հասարակության մեջ սոցիալական կարգի պահպանումը տեղի է ունենում սոցիալական ինտեգրման և կարգավորման միջոցով⁴⁰:

Ագրարային հասարակությունից արդյունաբերականին անցնելու ժամանակաշրջանում տարածվում են նոր նորմեր և արժեքներ, որոնք քայքայում են ավանդական հասարակության մեջ ձևավորված հավասարակշռությունը և կոտորում կրոնական ինստիտուտները, ավանդական հավատալիքներն ու սահմանված կարգերը, ուստի, կարող ենք ասել, որ անումիա առաջանում է, քանի որ աշխատանքի բաժանումը բավականաչափ դրական շփումներ չի առաջացնում հասարակության անդամների միջև և չի ստեղծվում սոցիալական հարաբերությունների արդյունավետ կարգավորում: Նման փոփոխությունները ստիպում են

⁴⁰ Самоубийство: социологический этюд / Э. Дюркгейм; пер. с фр. А.Н. Ильинского; изд. подгот. Вал. А. Лукова. — СПб., 1998, с. 158, 399 с.

մարդկանց կասկածի տակ դնել հին մշակութային նորմերի և կանոնների արդյունավետությունը, ինչը հանգեցնում է անումիայի կտրուկ աճի⁴¹:

Համեմատելով հասարակությունների տարբեր բնութագրեր՝ գալիս ենք այն եզրահանգման, որ հասարակությունը, որտեղ գերակշռում է տարբերակումն ու անհատականությունը, առավել հակված է աճող անումիայի վիճակին:

Այսպիսով՝ ժամանակակից անումիայի պատճառները առաջ են գալիս արդյունաբերական հեղափոխության դարաշրջանում աշխատանքի բարդ բաժանման և քայքայման արդյունքում: Այդ մասին իր աշխատության մեջ խոսել է նաև է նաև ամերիկացի տնտեսագետ և սոցիոլոգ Կառլ Պոլանին՝ պնդելով, որ հասարակության մեջ կարգավորվող նորմերի բացակայությունը հանգեցնում է սոցիալական հարաբերությունների շուկայական ինտեգրման⁴²:

Այս իրավիճակում կարգը և վերահսկողությունը դառնում են համարժեք հասկացություններ, որոնք արտացոլում են դիտարկվող երևույթի դինամիկան, քանի որ սոցիալական կարգն այն բաղադրիչն է, որը ստեղծվում է կառավարման արդյունքում: Կառավարումն իր հերթին իրականացվում է տարբեր «գործիքներով»՝ պետություն, զանգվածային լրատվություն, հասարակություն, գաղափարախոսություն և այլն:

Շուկայական տնտեսությունը, որը գործում է վերահսկողությունից դուրս, առաջացնում է սոցիալական ավերածություններ: Իր մասշտաբների հեղափոխական փոփոխություններ արդյունքում սոցիալական վերահսկողության խնդիրն իրականում չի գիտակցվում ո՛չ իշխանությունների, ո՛չ հասարակության կողմից⁴³:

Անհատի գիտակցությունն ու վարքագիծը պայմանավորված է ոչ միայն առկա աքսիոլոգիական և սոցիալ-փիլիսոփայական տեսություններով, այլ դրանց փոխանցման և ներդաշնակեցման մեխանիզմներով, սոցիալական օրինաչափություններով և անհատի գործունեության միջսուբյեկտիվ հարաբերություններով, որոնք ուսումնասիրվում են սոցիալականացման տեսության շրջանակներում, իսկ սոցիալականացումը՝ որպես սոցիալական դինամիկայի կառուցվածքային տարր, կրում է որոշակի ֆունկցիոնալ բեռ⁴⁴:

⁴¹ Zhao, R. Social change and anomie: A cross-national study / R. Zhao, L. Cao // Social forces. — Vol. 88, Nr. 3. — March 2010. — p. 1209, 1229 p.

⁴² Поланьи, К. О вере в экономический детерминизм / К. Поланьи // Избр. работы. — М.: Территория будущего, 2010. с. 26, 200 с.

⁴³ Zhao, R. Social change and anomie: A cross-national study [Text] / R. Zhao, L. Cao // Social forces. — Vol. 88, Nr. 3. — March 2010. — p. 1211, 1229 p.

⁴⁴ Сорокин П.А. Социальная стратификация и социальная мобильность // Человек. Цивилизация. Общество. М., 2002. с. 187, 373 с.

Ժամանակակից հասարակությունը, որը գտնվում է սոցիալական և քաղաքական խորը վերափոխումների պայմաններում, բախվում է բազմաթիվ կործանարար գործոնների, որոնց դիմակայելը դառնում է կարևոր խնդիր և պայման ամբողջ սոցիալական համակարգի գոյատևման համար: Բացասական երևույթներից կարելի է առանձնացնել ծայրահեղական սոցիալական և կրոնական շարժումների ակտիվության աճը, էթնիկ հանդուրժողականության մակարդակի նվազումը, հոգեակտիվ նյութերի օգտագործման աճը, ինքնասպանությունները, արտաքին միգրացիայի ազդեցությունը և անոմիան: Այս ամենը դառնում է խնդիր արդիականացման զարգացման ընթացքում առաջացող բացասական ձևերին հակազդելու մեխանիզմների մշակման ժամանակ:

Ամփոփելով՝ կարող ենք ասել, որ հասարակության մեջ գործող նորմերի և պարտադրվող կարգերի հակազդումն առաջացնում է քառտիկ իրականության զգացում, որը յուրաքանչյուրի կողմից ընկալվում և հաղթահարվում է յուրովի: Սոցիալ-քաղաքական գործոնների քայքայումը կամ ոչ բավարար յուրացումը մեծապես ազդում է հասարակության հոգեբանական զարգացման վրա, ինչը ժամանակի ընթացքում հանգեցնում է այնպիսի միջավայրի զարգացման, որը բարենպաստ հող է դառնում անոմիկ հասարակության զարգացման համար:

Անոմիայի հետազոտության հոգեբանական տեսություններ

Ցանկացած հասարակության հաջող և արդյունավետ զարգացման գրավականը ազգաբնակչության սոցիալ-տնտեսական և հոգեբանական բարեկեցությունն է: Ժամանակակից հասարակությունն ապրում է հերթական քաղաքական, տնտեսական և սոցիալ-հոգեբանական ճգնաժամը, որի ֆոնին ակնհայտորեն դրսևորվում են շեղվող վարքագծի տարբեր ձևեր: Արդյունքում, հասարակության վերափոխման համատեքստում, մարդկային վարքի պատճառների և բնութագրերի ավելի ամբողջական և խորը ուսումնասիրության համար անհրաժեշտ է դառնում հասկանալ դրանց առաջացման հիմքերն ու պատճառները: Մեթոդաբանության մեկնարկային այս դիրքորոշումն առաջին հերթին մարդու հոգեկան աշխարհի նկարագիրն է, որն ունի սոցիալական բնույթ և միևնույն ժամանակ հանդես է գալիս որպես պատմության արդյունք՝ ստանալով իր բովանդակային մարմնավորումը որոշակի նյութական և հոգևոր մշակույթի ոլորտներում: Այս համատեքստում որպես մեթոդաբանական գործիք օգտագործվում է հոգեբանական և պատմական վերակառուցման ընթացակարգը, որն ուղղված է

որոշակի դարաշրջանի մարդկանց հոգեկանի տարբեր դրսևորումների վերստեղծմանը և վերլուծությանը⁴⁵:

Հասարակության մեջ սոցիալական նորմերը կարող են լիարժեք գործել, եթե առաջին հերթին՝ կա գիտելիք առաջադրված և գործող նորմերի ու դրանց խախտման դեպքում սահմանված պատժամիջոցների մասին, երկրորդ՝ հասարակության մեջ ձևավորվում է արժեքային վերաբերմունք գործող նորմերի նկատմամբ, և երրորդ՝ նորմերի իմացությունը և դրանց նկատմամբ արժեքային վերաբերմունքի ներդրումը որոշում է նորմերին համապատասխան գործելու հմտության ձևավորում: Հասարակության մեջ սահմանված նորմերից զանգվածային շեղումը հանգեցնում է դնիանտ վարքի տարբեր ձևերի դրսևորման, քանի որ խախտվում է նորմերի նկատմամբ վերաբերմունքի ամենաէական և արժեքային բաղադրիչը: Դա տեղի է ունենում մի հասարակությունում, որտեղ կանոններն ու արժեքները չեն անհետացել, օրենքները չեղյալ չեն համարվել, բայց քչերի կողմից են պահպանվում: Անոմիան, հետևաբար, դառնում է ոչ թե լիակատար քառսի, այլ բոլոր նորմերի արժեզրկման իրավիճակ⁴⁶:

Անոմիայի հոգեբանական հայեցակարգը մեծապես ուսումնասիրվել է ամերիկացի սոցիոլոգ և հոգեբան Էդո Սրոուլի կողմից: Նա առաջարկեց անոմիան դիտարկել որպես անհատական փորձ և չափել անոմիայի անհատական սուբյեկտիվ փորձառությունները: Որպես անոմիա ապրող անձին բնորոշ փորձ նա առաջարկեց հինգ տարբերակ, որոնցից մեկի հետ համաձայնությունը ցույց է տալիս, որ անհատն ունի անձնական անոմիա՝

1. Ես զգում եմ, որ հասարակության մեջ մեծ ազդեցություն ունեցող մարդիկ անտարբեր են իմ խնդիրներին և կարիքներին:
2. Այն հասարակության մեջ, որտեղ չկա կարգուկանոն, և ոչ ոք չգիտի, թե ինչ կլինի վաղը, քիչ բանի կարելի է հասնել:
3. Կյանքի ամենակարևոր նպատակներին հասնելու հնարավորությունները աստիճանաբար պակասում են:
4. Ինչ էլ անեմ, ստացվում է, որ կյանքս իզուր վատնում եմ:
5. Ես գնալով ավելի եմ համոզվում, որ չեմ կարող հույսս դնել բարեկամական աջակցության և շրջապատի վրա⁴⁷:

Գիտակցության այս մակարդակում գտնվող անձինք օտարվում և մեկուսանում են հասարակությունից՝ իրենց բոլոր խնդիրների լուծումը փնտրելով բո-

⁴⁵ Кольцова В.А. История психологии: проблемы методологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2008. с. 14, 511с.

⁴⁶Бурова Ю.В., Коваль Е.А. Нормативные основания механизмов преодоления дезадаптации современной молодежи в условиях социальной аномии (на примере Республики Мордовия). Саранск, 2014, с.45, 383 с.

⁴⁷ Лабиринты одиночества. /Сост. Н.Е. Покровский М., 1989, с.127, 624 с.

լորին մեղադրելու յուրացված համակարգում, որտեղ իսպառ բացակայում է սեփական ես-ի մեղավորության գաղափարը:

Անոմիայի հոգեբանական հայեցակարգը հետագայում մշակվել է Ռոբերտ Մակայվերի և Դեյվիդ Ռիսմանի կողմից: «Հոգեբանական անոմիա»-ն, ըստ Մակայվերի, անհատականության այնպիսի վիճակ է, երբ անհատը «պոկվում է իր բարոյական արմատներից և այլևս չի ունենում վարքագծային նորմեր, ինչի արդյունքում մնում են միայն ցրված շարժառիթներ և ոչ ամբողջական պատկերացումներ միասնության մասին»⁴⁸:

Մակայվերն առանձնացնում է անձի անոմիայի երեք տեսակ՝

1. երբ անհատի կյանքը դառնում է աննպատակ՝ էական արժեքների բացակայության պատճառով.
2. երբ էներգիան ու հնարավորություններն օգտագործում են միայն սեփական անձի բարեկեցության համար.
3. երբ անհատը զրկված է միջանձնային կապերից և հարաբերություններից:

Ամերիկացի սոցիոլոգ Դեյվիդ Ռիսմանը կարծում էր, որ անոմիան մարդու՝ հասարակության մեջ ապրելու անկարողությունն է: Նրա դիտարկմամբ ցանկացած հասարակությունում կան «արտաքին կողմնորոշվածություն», «ներքին կողմնորոշվածություն» և «ավանդական կողմնորոշվածություն» ունեցող անհատներ: Նա, ով չի կարողանում հարմարվել հասարակության մեջ տարածված և տիրող նորմերին, դառնում է անոմիկ: Եթե ժամանակակից հասարակության մեջ առաջատար նպատակներն են ֆինանսական հաջողությունը, համբավը և հաղթանակն ուրիշների հետ մրցակցային պայքարում, ապա այդպիսի հասարակությունում իրենց տեղը գտնում են նրանք, ովքեր ունեն արտաքին կողմնորոշվածություն: Մյուսներն, ում կողմնորոշումն ավանդական է՝ կամ ներքին է, ունենում են միայնության զգացում, քանի որ իրենց օտար են զգում մի աշխարհում, որի արժեքները չեն կիսում:

Անոմիան՝ որպես անձի անհատական վիճակ, ուսումնասիրել է ամերիկացի սոցիոլոգ և հասարակական գործիչ Էլվին Փաուելը: Նա նշում էր, որ այն պայմաններում, երբ «անհատի գործունեության նպատակները դառնում են հակասական, անհասանելի կամ աննշան, անոմիայի վիճակը սրվում է: Այն բնութագրվում է կողմնորոշման ընդհանուր կորստով և ուղեկցվում «դատարկության» ու ապատիայի զգացումով, որի արդյունքում անհատը կարող է զգալ պարզապես անիմաստ ու դատարկ միայնություն»⁴⁹:

⁴⁸ Кара-Мурза С.Г. Аномия в России: причины и проявление. М.: Научный эксперт, 2013, 264 с., с.7.

⁴⁹ Powell E.H., Occupation, Status and Suicide: Toward a Redefinition of Anomie // American Sociological Review. Vol. 23. No. 2. 1958. pp. 131-139 (9 pages), p.132

Ահատական մակարդակում անոմիայի դրսևորման ևս մեկ նշանակալից բնութագիր տվել է գերմանացի սոցիոլոգ, փիլիսոփա և սոցիալական հոգեբան Էրիխ Ֆրոմը՝ համարելով, որ հասարակության հիվանդության հիմնական ցուցանիշը անտարբերությունն է անձի հանդեպ: Այս առումով Ֆրոմի ներկայացրած անոմիկ արդյունքները դիտարկվում են այնպիսի երևույթների դրսևորման ժամանակ, ինչպիսիք են՝ «նարցիսիզմ»-ը, «նեկրոֆիլիա»-ն, «սադիզմ»-ը, «մազոխիզմ»-ը և այլն⁵⁰:

Անհատական անոմիայի հայեցակարգի հեղինակը ամերիկացի սոցիոլոգ Ռոբերտ Ագնյուն է, ում տեսությունը հիմնված է Մերտոնի այն գաղափարի վրա, որ անհատի մոտ սոցիալական և հոգեբանական լարվածության առաջացումը պատճառ է դառնում իրավական միջոցների օտարման, ինչի արդյունքում նպատակին հասնելու համար սահմանվում են հակաօրինական միջոցներ: Ագնյուն ստեղծել է «Լարվածության ընդհանուր տեսություն», որում ներկայացվում են սոցիալ-հոգեբանական լարվածության տարբեր աղբյուրներ՝ ներառյալ նպատակների և դրանց հասնելու միջոցների անհամապատասխանությունը: Միևուրեք մակարդակում անոմիայի առաջացման պատճառ կարող է դառնալ անհատի համար նշանակալի խմբի անդամներից մեկի նկատմամբ առաջացած բացասական վերաբերմունքը: Անհատական մակարդակում անոմիկ լարվածության աղբյուրը միշտ «բացասական հարաբերություններն են ուրիշների հետ, այլ կերպ ասած՝ հարաբերություններ, որոնցում անհատը չի ընկալվում այնպես, ինչպես կցանկանար, որ իրեն ընկալեն»⁵¹:

Ամփոփելով՝ կարող ենք ասել, որ հաղորդակցության մեջ ձևավորվող հակասական իրավիճակներում անհատը փորձում է խուսափել բացասական գնահատականներից, թաքցնում է իր ձախողման պատճառները կամ ընդհանրապես խուսափում է ցանկացած գործունեությունից և փոխազդեցությունից՝ նախընտրելով միայնություն:

Անոմիկ հասարակության մեջ դրսևորվող մեկ այլ սոցիալ-հոգեբանական երևույթ է *ապատիան*: Ապատիան հունարենից թարգմանաբար նշանակում է անկիրք և անտարբեր վիճակ, որը բնութագրվում է հուզական պասիվությամբ, շրջակա միջավայրի իրադարձությունների նկատմամբ անտարբերությամբ, շարժառիթների և շահերի թուլացմամբ:

Սոցիալական ապատիան հասարակության բարեկեցությունն է, որն արտահայտվում է փախուստով և կյանքի իմաստի կորստով: Անհատական մակարդակում ապատիան դրսևորվում է ընդգծված ինֆանտիլիզմով (օրգանիզմի զար-

⁵⁰ **Фромм Э.** Анатомия человеческой деструктивности. М., 1994, с. 184, 635 с.

⁵¹ **Agnew R.** Pressured into Crime: An Overview of General Strain Theory. Los Angeles: Roxbury Pub., 2006, p. 50, 238 p.

զացման կասեցում, որի դեպքում հասուն տարիքում մարդու մոտ պահպանվում են ֆիզիկական և հոգեկան զարգացման մանկական գծերը), միջանձնային հաղորդակցությունից վիրտուալ իրականության շեղումով: Հաղորդակցման և տեղեկատվական ժամանակակից հնարավորությունները մի կողմից խնայում են անհատի ժամանակը, ինչը թույլ է տալիս հաղթահարել տարածական և ժամանակային սահմանները, մյուս կողմից՝ զրկում են նրան իրականության զգացումից, կշռադատ մտածողությունից և սեփական գործունեությունները համակարգելու կարողությունից: Այս հորինված իրականության արդյունքում խաթարվում է առօրյա կյանքը և առաջ է գալիս իրականության զգացողության բացասում:

Հոգեբանական անոմիայի ևս մեկ դրսևորման դերում հանդես է գալիս բարոյական անտարբերությունը, որն իրենից ներկայացնում է անտարբերություն սեփական անձի նկատմամբ: Անձնական մակարդակում բարոյական անտարբերությունը բնորոշ է առաջին հերթին կամային թույլ, ինֆանտիլ և անպատասխանատու անձնավորությանը: Անոմիկ հասարակության մեջ նման անհատների թիվն անխուսափելիորեն աճում է և հանգեցնում զանգվածների բարոյական անտարբերության⁵²:

Մեր ժամանակների մեկ այլ կարևոր հատկանիշ է ոչ անձնավորված արժեքների տարածումը, երբ խոսում ենք «անհերոս ժամանակների» կամ «հակահերոս»-ների մասին: Նման իրավիճակը կապված է իդեալների բացակայության, բարոյական ընտրության անորոշության, հասարակության կողմից սոցիալապես հաստատված վարքագծային մոդելների բացակայության կամ թերի յուրացման հետ, ինչը վաղ թե ուշ հանգեցնում է անոմիայի դրսևորման: Այս դարի ամենաանկատ արհավիրքներից մեկը «հակահերոսի» համախտանիշն է, որը ոչնչացնում է գործող բոլոր պատկերացումն ու արժեքները: Հակահերոսներն օրինակ են դարձել մեծ թվով երիտասարդների համար: Պատահական չէ, որ տղամարդու և կնոջ կերպարի այլասերված ըմբռնումը, որը դրոշմված է երիտասարդների գիտակցության մեջ, հանգեցնում է արժեքային համակարգերի այնպիսի խեղաթուրման, ինչը պատճառ է դառնում նորմատիվային փոփոխությունների, արժեհամակարգի և նախկինում ներդրված կարգերի քայքայման:

Հոգեբանության գիտակարգում սկզբունքորեն անոմիա կարող է առաջանալ նաև այս հակասական դաշտում ներկայացվող անձնական ճգնաժամը, որի արդյունքում վերակազմավորվում է անհատի համոզմունքների համակարգը՝ արմատապես փոխելով նրա բարոյական և նորմատիվային վերաբերմունքը: Իրողը կյանքի ընթացքում մարդը կարող է բախվել տարբեր խնդիրների ու ճգնա-

⁵² Бурова Ю.В., Коваль Е.А. Нормативные основания механизмов преодоления дезадаптации современной молодежи в условиях социальной аномии (на примере Республики Мордовия). Саранск, 2014., с. 149, 383. с.

Ժամերի: Դրանցից մի քանիսը կապված են կյանքի տարբեր փուլերում անձի զարգացման կամ այն սովորական, բնական իրադարձությունների հետ, որոնք տեղի են ունենում յուրաքանչյուր մարդու կյանքում և սահմանազատում են կյանքի մի փուլից մյուսի անցումը:

Ցանկացած «բնական» իրադարձություն մարդու կյանքում (ամուսնություն, երեխայի ծնունդ, դպրոց, հարազատի մահ, հիվանդություն և այլն) և դրա հետևանք անխուսափելիորեն առաջացնում է որոշակի խնդրահարույց իրավիճակ կամ ճգնաժամ, որն անհատից պահանջում է սեփական ռեսուրսների մոբիլիզացիա: Դրանք կոչվում են նորմատիվային սթրեսներ: Մյուս խնդիրներն ու ճգնաժամերը, որոնց պետք է բախվի ժամանակակից մարդը, առաջանում են ոչ նորմատիվ իրադարձությունների պատճառով: Դրանք ներառում են վաղաժամ մահ, ամուսնալուծություն, աշխատանքի կորուստ, ձերբակալություն, բնական աղետ, գնաճ, գործազրկություն, պատերազմ և այլն: Այս համատեքստում բարոյական անտարբերության և ագրեսիայի դրսևորումները ներկայացվում են մոտավորապես հավասար հաճախականության դրսևորումներով:

Պատահական չէ, որ Տ. Պարսոնսը շեղված շարժառիթների առաջացումը բացատրում է ակնկալիքների չիրագործման հետ: Նա դեռահասների և երիտասարդների վարքագիծը դիտարկում է անոմիայի հայեցակարգի լույսի ներքո. մի վիճակ, որտեղ արժեքներն ու նորմերն այլևս պատշաճ վարքի հստակ ցուցիչներ չեն կամ կորցրել են իրենց նշանակությունը: Այս համատեքստում կարևորվում է արժեքային համակարգի պարադոքսալ բնույթը, որում կենտրոնական տեղում անձնական հաջողություններն ու արժեքներն են: Դրանց հետևելը մեծացնում է հասարակության կառուցվածքային տարբերակումը, ինչը հանգեցնում է կոնֆլիկտների և շեղված վարքագծի դրսևորման:

Այսպիսով՝ կարող ենք ասել, որ հոգեբանության մեջ անոմիան դրսևորվում է հակասոցիալական վարքի և արժեքային համակարգի շարունակական քայքայման արդյունքում: Այս համատեքստում կարևոր է դառնում մեկնաբանել սոցիալական նորմի հայեցակարգը, որը հանդես է գալիս որպես ցանկացած շեղումների ուսումնասիրության մեկնարկային կետ: Ըստ ընդունված սահմանման՝ շեղված վարքագիծը շեղումն է սոցիալական նորմերից, քանի որ ցանկացած համակարգի գոյության հիմնական պայմաններից մեկը նրա կարողությունն է, որն անհրաժեշտ է պահպանել որոշակի հավասարակշռության վիճակում:

Մարդկության պատմությունը տալիս է համոզիչ օրինակներ, երբ անկարգություններն ու չպահպանվող նորմերը վերածվում են կործանման: Նորմերը այն մեխանիզմն են, որոնք սոցիալական համակարգը պահում են կենսունակ

հավասարակշռության մեջ՝ անխուսափելի փոփոխության պայմաններում: Սոցիալական նորմերը կարող են ձևավորվել ինքնաբերի, օրինակ՝ ավանդույթների տեսքով կամ նպատակային՝ օրենքների, պաշտոնական կանոնակարգերի կամ արգելքների տեսքով: Հոգեվերլուծության հիմնադիր Զիգմունդ Ֆրեյդը կարծում էր, որ յուրաքանչյուր մարդու նորմալությունն ու աննորմալությունը որոշվում են նրա անհատականության մեջ այս կամ այն իդեալական տիպի գերակշռության աստիճանով: Այս դեպքում «իդեալ» տերմինը այլ նշանակություն է ձեռք բերում և ենթադրում վերացական տարբերակ, որը գիտության մեջ ընդունված է որպես ուղեցույց:

Անձի հարմարողական վարքագծի ձևավորման համար կարևոր նախապայման է հասարակության մեջ ներդրված որակների համապատասխանությունը անձնային որակների հետ, որտեղ էական նշանակություն են ստանում անհատականության տեսակները, հասարակության վերաբերմունքը և ձևավորված նորմերի կենսունակությունը:

«Արտակարգ իրավիճակներ» հասկացության սոցիալ-հոգեբանական հայեցակետը

Անձի ադապտացիայի հիմնախնդրի տեսական մշակվածության աստիճանը և գիտական ձեռքբերումները ներկայացնելիս անվերապահորեն առնչվում ենք այն հիմնարար հասկացությունների հետ, որոնք բնորոշում են անձի ադապտացիայի անհրաժեշտությունը, ուստի ներկայացնելու համար անձի ադապտացիայի ուսումնասիրվածությունը գիտական հարթակներում հարկ է բացահայտել այն իրավիճակների հասկացության շրջանակները, որոնցում ի հայտ են գալիս անձի ադապտացիայի գործընթացները: Այդպիսի իրավիճակները հաճախ անվանվում են «կենսական դժվարություններ», «դժվար կենսական իրավիճակներ», «սթրեսային իրադրություններ», «էքստրեմալ իրավիճակներ»: Չնայած որ այդ հասկացությունները լայնորեն օգտագործվում են հոգեբանության մեջ, այնուամենայնիվ, դրանք մինչ այժմ լիովին չեն գործարկվել⁵³: Ընդհանուր առմամբ այս եզրույթները կիրառելով՝ հետազոտողները հասկանում են դեպքերի լայն սպեկտր, որը ենթադրում է անձի և նրա հարմարվողական մեխանիզմների, ռեսուրսների մեծ ներուժ պահանջող իրավիճակներ: Այս ցանկի մեջ ներառվում են ոչ միայն բացասական կենսական իրադրություններ՝ սկսած կոնֆլիկտներից մինչև առողջությանը և կյանքին վտանգ ներկայացնող իրադ-

⁵³ Бурлачук Л.Ф., Коржова Е.Ю. Психология жизненных ситуаций: Учебное пособие, М., 1998. - 263 с.

րությունները, այլև տարաբնույթ դրական իրավիճակներ: Հետազոտողները համաձայն են մեկ հարցի շուրջ. դժվար են մարդկանց համար այն իրավիճակները, որոնք հրահրում են սթրեսի զարգացում, այսինքն՝ նրանք, որոնք դուրս են գալիս սովորական, առօրյա կենսակերպից, սակայն, կյանքի դժվարություններ ասելով, հիմնականում հասկանում ենք իրավիճակներ կամ դեպքեր, որոնք ֆրուստրացնում են մարդու այս կամ այն պահանջմունքները՝ իրենց հերթին առաջացնելով հոգեբանական սթրես⁵⁴:

Արտակարգ իրավիճակների հոգեբանությունը հանդես է գալիս որպես ժամանակակից հոգեբանության առաջատար ճյուղերից մեկը: Այն բնութագրվում է գիտատեսական հիմքերի զարգացման և խնդիրների լայնածավալ շրջանակի կիրառականության փոխկապակցվածությամբ: Արտակարգ իրավիճակների հոգեբանությունը ներառում է ոչ միայն ժամանակակից հոգեբանության տեսական կոնցեպտների նվաճումները, այլև այդ կոնցեպտների փորձարկման լայն դաշտը, ինչը տեսամեթոդական ուղեցույց է արտակարգ իրավիճակներում հոգեբանական դիագնոստիկայի և աջակցության մեխանիզմների մշակմանն ու կիրառմանը:

Արտակարգ իրավիճակների ուսումնասիրությունը նախ և առաջ ընդգրկում է նման իրավիճակների դասակարգման իրականացումն ու տեսակավորումը: Հայրենական հոգեբանության մեջ այդ խնդիրը ուսումնասիրել են մի շարք հեղինակներ, որոնք անդրադարձել են ինչպես արտակարգ իրավիճակների բնութագրման տեսամեթոդաբանական հարցերին, այնպես էլ՝ արտակարգ իրավիճակների ստեղծման յուրահատկություններին միջանձնային որոշակի հարաբերությունների ոլորտներում: Մ.Մկրտումյանը ներկայացրել է արտակարգ իրավիճակների հոգեբանության ուսումնասիրման առարկան՝ որպես անսովոր, ոչ ստանդարտ, ռիսկ պարունակող, վտանգի առկայություն պարունակող գործունեության յուրահատուկ առանձնահատկությունների, գործունեության պահանջներին համապատասխան մարդկանց ընտրության, նրանց հետագա բազմակողմանի հոգեբանական պատրաստության հիմնախնդիրների, արտակարգ պայմաններում գործող մասնագետների, առանձին անձանց արդյունավետ գործունեություն ծավալելու հոգեբանական հիմնախնդիրների, ինչպես նաև՝ աղետների, դժբախտ պատահարների, վտանգի պայմաններում ազգաբնակչության փրկարարական և հոգեբանական կանխարգելման, վերականգնողական գործընթացների կազմակերպման առանձնահատկությունների ամբողջություն: ⁵⁵ Անձի հոգեկանում արտակարգ իրավիճակների սահմանային, մարզինալ լինելու

⁵⁴ Lasarus R.S., Folkman S. Stress, appraisal, and coping, N.Y., 1984, 235 p.

⁵⁵ Մկրտումյան Մ., Արտակարգ իրավիճակների հոգեբանության կանխարգելման և վերականգնողական հիմնախնդիրները, Երևան 2008, էջ 11:

գաղափարը բացահայտել է Ն. Հակոբյանը, որը մանրամասն ներկայացրել է փոխակերպվող հասարակությունում մարզինալության սոցիալ-հոգեբանական հարցադրումն⁵⁶: Արտակարգ իրավիճակների կոնֆլիկտայնության հիմնախնդիրները բարձրացրել է Ս. Գևորգյանը, որը ուսումնասիրել է պետծառայողների սոցիալական խմբերում կոնֆլիկտային իրավիճակների առաջացման և դրանց հաղթահարման հոգեբանական մեխանիզմները: Սոցիոգեն արտակարգ իրավիճակներին, մասնավորապես սահմանամերձ գոտում գտնվող անձանց հետպատերազմական աղապտացիայի հիմնախնդիրներն է բարձրացրել Լ. Արամյանը⁵⁷:

Անձի կենսագործունեության անցանկալի, խոչընդոտող արտաքին պայմանները գիտական հարթակներում ստացել են բազմաթիվ արձագանքներ և ձևակերպումներ: Այսպես՝ «արտակարգ», «ճգնաժամային», «էքստրեմալ» իրավիճակների սահմանումները հաճախ լինում են հարակից ու միմյանց փոխլրացնող: Տ. Շիրուտանին «ճգնաժամին» զուգահեռ կիրառում է «կրիտիկական ժամանակահատված» եզրույթը, Ս. Ռուբինշտեյնը՝ «կյանքի ուղու շրջադարձ», իսկ Ֆ. Վասիլյուկը՝ «կրիտիկական իրավիճակ» եզրույթները⁵⁸: Պահպանելու համար ճգնաժամային և արտակարգ իրավիճակների տերմինաբանական կիրառելիության հավաստիությունը նշենք առաջինի առանձնահատկությունը՝ որպես անձի կյանքի ուղու օբյեկտիվ և անբաժանելի մաս, որը ենթադրաբար շաղկապում է անձի հոգեկանի զարգացման աստիճանական փոփոխությունները: Նման ճգնաժամային փուլեր կարող են համարվել, օրինակ, տարիքային՝ որպես հոգեֆիզիոլոգիական կամ կրթական՝ որպես սոցիալական որոշակի անցումներ⁵⁹: Բացի դրանից՝ ճգնաժամային իրավիճակներ կարող են ստեղծվել որպես անձի հոգեկանի անհատական փուլեր և բնութագրվել որպես կյանքի իմաստագրկում, ինքնատիրապետման կորուստ և այլն: Ինչ վերաբերում է արտակարգ իրավիճակների սահմանմանն ու տարանջատմանը ճգնաժամային փուլերից, ապա հարկ է առանձնացնել արտակարգ իրավիճակների յուրահատկությունը՝ որպես անձի կենսագործունեության արտաքին պայման: Այն կարող է հանդես գալ օբյեկտիվ՝ բնական աղետներ, համաճարակներ և այլն, և սուբյեկտիվ՝ բռնություններ, հանցագործություններ և այլ պատճառաբանությամբ⁶⁰:

⁵⁶ Հակոբյան Ն. Ռ., Մարզինալության դրսևորման յուրահատկությունները փոխակերպվող հասարակությունում, Երևան, Ջանգալ, 2004, 290 էջ:

⁵⁷ Արամյան Լ. Յու., Սահմանամերձ գոտու երիտասարդների հետպատերազմյան ժամանակահատվածի հոգեվիճակների դրսևորման առանձնահատկությունները, ԵՊՀ-ի հոգեբանության ամբիոնի աշխատակիցների գիտական հոդվածների ժողովածու, Երևան, 2003, էջ 26-37:

⁵⁸ Василюк Ф. Е., Психология переживания: Анализ преодоления критических ситуации, М., 1984; Шибутани, Т., Социальная психология. Москва, 2002.

⁵⁹ Короленко Ц.П., Психофизиология человека в экстремальных условиях, Л., 1978, 210 с.

⁶⁰ Муздыбаев К. Дилеммы распределения ресурсов // Вестн. Санкт-Петербург. ун-та. 1992. Сер.6. Вып. 1. с. 62-69; Нуркова В.В., Василевская К.Н. Автобиографическая память в трудной ситуации: новые феномены. // Вопросы психологии; 2003. №5. с. 95- 102.

Իրավիճակները, որոնք մարդկանց առջև պահանջներ են դնում և բարձրացնում են նրանց սովորական հարմարվողական ներուժը, նկարագրվում են տարբեր տերմիններով՝ կենսական դժվարություններ, ճգնաժայի՜ն իրավիճակներ, բացասական կենսական իրադարձություններ, սթրեսային կենսական իրադարձություններ, տրավմատիկ իրադարձություններ, անցանկալի իրադարձություններ, կենսական ճգնաժամեր, տնտեսական դեպրիվացիա, արհավիրքներ⁶¹: Այս իրավիճակներից յուրաքանչյուրը իր մեջ պարունակում է կամ մարտահրավեր, կամ վտանգ մարդու կենսագործունեության համար, նաև բերում է անվերադարձ կորուստների: Այս իրադարձություններից յուրաքանչյուրը սահմանափակում է անհատի ակտիվությունը, նրա առջև դնում պահանջներ, որոնք նրա կարողություններից, բարոյական և նյութական ռեսուրսներից վեր են: Բոլոր այս տարաբնույթ իրավիճակները սթրեսորների ազդեցություն են ունենում, այսինքն՝ այնպիսի գործոնների ազդեցություն, որոնք առաջացնում են սթրես⁶²:

Արտակարգ իրավիճակները լինում են հիմնականում անկանխատեսելի և անսպասելի: Նրանց էքստրեմալ լինելու հանգամանքը թերևս արտահայտվում է արդեն հասկացության «արտակարգ, կարգ ու կանոնից տարբերվող» հատկանիշով, ինչը ենթադրում է անձի գոյատևման ու ինքնաարտահայտման համապատասխան դրսևորումներ: Այս պարագայում ճգնաժամային իրավիճակները կարող են նաև հետևել արտակարգ իրավիճակներին⁶³: Քանի որ արտակարգ իրավիճակները կարող են ստեղծվել թե՛ լայնամասշտաբ և թե՛ ինդիվիդուալ մակարդակներում, ապա կարող ենք եզրակացնել, որ արտաքին միջավայրի որևէ արտակարգ փոփոխություն՝ լինի դա սոցիումի մակարդակում ընթացող (պատերազմ, բնական աղետներ, այլ անսպասելի իրավիճակներ), թե անձի սուբյեկտիվ վերապրումի արդյունք (բռնություն, դժբախտ պատահար, այլ), որպես արտակարգ իրավիճակ, անվերապահորեն ստեղծում են սոցիալական արտակարգ պայմաններ: Այդ պայմանների ներքո առաջանում է անձի ադապտացման պահանջմունք և հոգեբանական ռեսուրսների համապատասխան վերաբաշխում: Անձի համար դժվար և սթրեսային կարող է համարվել կյանքի կարծրատիպերի յուրաքանչյուր փոփոխություն: Այդ խնդրին անդրադարձել է Դ. Հորովիցը, որը հաստատել է կյանքում մեծ փոփոխությունների քանակության, կարևոր կենսա-

⁶¹ Муздыбаев К., Стратегия совладания с жизненными трудностями,- Журнал социологии и социальной антропологии. Т.1, Вып. 2. 1998; Зотова О.И., Кряжева И.К., Некоторые аспекты социально-психологической адаптации личности,- Психологические механизмы регуляции социального поведения, М., 1979, с. 219- 232.

⁶² Лебедев, В.И., Экстремальная психология. Психическая деятельность в замкнутых системах. Москва, 2001; Маклаков, А.Г., Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогноз в экстремальных условиях. Психологический журнал. Москва, № 1, 2001, с.16-24.

⁶³ Соловьева С.Л., Психология экстремальных ситуаций, СПб., 2003, 128 с.; Тарас, А. Е. Сельченко, К. В. (сост.) Психология экстремальных ситуаций: Хрестоматия, Москва, 2000.

կան իրավիճակների և տարբեր հիվանդությունների ռիսկի աստիճանի միջև կախվածությունը⁶⁴: Ցույց է տրված նաև կենսական փոփոխությունների ինտենսիվության ու քանակի և մարդու հիվանդության ծանրության միջև կապը: Այս ամենը վկայություն է այն բանի, որ կարևոր կենսական իրավիճակները «մաշում են» մարդու ադապտացիոն պահուստները: Այսպիսի իրավիճակների մեծ քանակությունը իջեցնում է «ադապտացիոն նշաձողը», խանգարում է հավասարակշռությանը, որն ընկած է անձի և միջավայրի հարաբերությունների հիմքում և դառնում է տարբեր խանգարումների զարգացման ռիսկի գործոն՝ լինի դա ներոտիկ, թե մարմնական բնույթի:

Լ. Անցիֆերովան և Ս.Նարտովա-Բոչավերը ուսումնասիրել են դժվար իրադրության սուբյեկտիվ և օբյեկտիվ տեսակները⁶⁵: Այս տարբերակումը կապված է ինչպես անձի կողմից որևէ իրադրության սուբյեկտիվ գնահատման գործոնի հետ, այնպես էլ՝ անձի անհատական-հոգեբանական առաձնահատկությունների: Կարելի է անձի վրա ներգործող իրավիճակի բացասական ազդեցության աստիճանը որոշել նրանով, թե որքան է նրա համար այդ իրադրությունը անձնապես կարևոր, որքանով է այն ազդում նրա կենսագործունեության արդյունավետության վրա:

Հոգեբանության մեջ արտակարգ իրավիճակի հիմնախնդիրը արդիակա նացվում է սթրեսային իրավիճակի և տրավմատիկ կամ հոգետրավմատիկ իրավիճակի հասկացությունների շրջանակներում: Ըստ Տարաբրինայի՝ տրավմատիկ է այն իրավիճակը կամ իրադարձությունը, որը մարդու մոտ առաջացնում է հոգեբանական տրավմա: Այդպիսի իրավիճակների թվին են դասվում նաև աղետները: Սթրեսային իրադրությունը որոշվում է որպես կատաստրոֆիկ կամ սպառնալի իրավիճակ (իրադարձություն), որը կարող է առաջացնել դիսթրես համարյա թե ամեն անհատի մոտ:⁶⁶

Իրադրության էքստրեմալությունը որոշվում է նրանով, թե անձի համար որքան կարևոր է այն բնագավառը, որին սպառնում է տվյալ իրադարձությունը, թե որքան ուժեղ է այն ֆրուստրացնում հիմնարար պահանջմունքները, որոնք Մասլոուի կողմից դասակարգված են որպես ֆիզիոլոգիական, անվտանգության, սիրո և խրախուսման, հարգանքի և ինքնահարգանքի պահանջմունքներ: Մասլոուի կողմից սահմանված հիմնարար պահանջմունքներից մեկի՝

⁶⁴ Horowitz D. L. Ethnic Groups in Conflict, New York, 1985.

⁶⁵ Нартова-Бочавер С.К. «COPING BEHAVIOR» в системе понятий психологии личности // Психол. журн., Т. 18, 1997, № 5, с. 20 – 30; Анциферова Л.И., Личность в трудных жизненных условиях // Психологический журнал, 1994, с.3-18.

⁶⁶ Тарабрина Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса: СПб.: Питер, 2001, 272 с.

անվտանգության պահանջմունքի ֆրուստրացման դեպքում ի հայտ են գալիս անձի համար վտանգ ներկայացնող իրադարձությունները:

Դժվար կենսական իրադարձությունները (դեպքերը) պատահարներ են, որոնք խանգարում են կյանքի նորմալ ընթացքը և ֆիզիկական կամ հոգեկան ցավի պատճառ են հադիսանում, իսկ եթե իրադարձությունը անսպասելի և զարմացնող է, բռնի և վտանգավոր՝ մարդու կյանքի համար, ապա այն անվանում են տրավմատիկ իրադարձություն: Տրավման ենթադրում է հանկարծակի, հսկայածավալ և անհաղթահարելի վտանգ մարդու անվտանգության համար [62, էջ 62-69; 61]:

Կ. Մուզդիբաևը, այսպիսով, տրավմատիկ իրավիճակը բնորոշել է որպես մարդու կյանքի համար անսպասելի, բռնի և վտանգավոր իրավիճակ՝ տրավման սահմանելով որպես հանկարծակի, խոշորամասշտաբ և անհաղթահարելի վտանգ մարդու անվտանգության համար: Նա ադապտացիայի գիտական ուսումնասիրության որակապես նոր հնարավորություններ է բացահայտում՝ մատնանշելով մարդկանց սովորական հարմարվողական ներուժի բարձրացման և կենսական դժվարությունների, ճգնաժայիլի իրավիճակների, բացասական կենսական, տրավմատիկ և անցանկալի իրադարձությունների, կենսական ճգնաժամերի, տնտեսական դեպրիվացիայի ու արհավիրքների կապը⁶⁷: Այս իրավիճակներից յուրաքանչյուրը իր մեջ պարունակում է կա'մ մարտահրավեր, կա'մ վտանգ մարդու կենսագործունեության համար, նաև բերում է անվերադարձ կորուստների: Այս իրադարձություններից յուրաքանչյուրը սահմանափակում է անձի ակտիվությունը, նրա առջև դնում պահանջներ, որոնք նրա կարողություններից, բարոյական և նյութական ռեսուրսներից վեր են: Բոլոր այս տարաբնույթ իրավիճակները սթրեսորների ազդեցություն են ունենում, այսինքն՝ այնպիսի գործոնների ազդեցություն, որոնք առաջացնում են սթրես:

Սթրես հասկացությունը նշանակում է մարդու պատասխան հակազդումների համալիր այն իրավիճակներին հանդիպելիս, որոնք խանգարում են նրա բարեկեցությանը: Այս երևույթները կարող են ընթանալ մարդու ֆիզիոլոգիական, իմացական, հուզական և վարքագծային մակարդակներում: Սթրես ասելով՝ հաճախ հասկանում են մեծ պահանջների, բայց սահմանափակ ռեսուրսների իրավիճակ: Սթրեսի վերջին սահմանումը ավելի շատ ցույց է տալիս ճգնաժամային իրավիճակի բնույթը, քան կյանքի անբարենպաստ իրադարձությունների հանդեպ մարդու պատասխան գործողությունները⁶⁸:

⁶⁷ Муздыбаев К., Стратегия совладания с жизненными трудностями,- Журнал социологии и социальной антропологии. Т.1, Вып. 2. 1998.

⁶⁸ Лазарус Р. Теория стресса и психофизиологические исследования //Эмоциональный стресс - Л-д, 1970 с.178-208.

Ճգնաժամի ամենալուրջ և դրամատիկ ձևը արհավիրք-իրադարձություններն են, որոնք կենտրոնացած են ժամանակի և տարածության մեջ, երբ հասարակությունը կամ, գոնե, նրա ինքությունը հատվածը մեծ վտանգի մեջ է, և իր անդամներին ու ֆիզիկական միջավայրը այնպիսի զրկանքների է ենթարկում, որ սոցիալական կառույցը կազմալուծվում է և բոլոր կամ մի քանի կարևոր գործառույթների իրականացումը դառնում է անհնար: Բացասական կենսական իրադարձությունները համարվում են արհավիրքային այն ժամանակ, երբ նրանց ազդեցության ինտենսիվությունը և հարձակման արագությունը այնքան մեծ են, որ փոփոխությունները, որոնք առաջանում են այդ իրադարձությունների պատճառով, անցնում են միջավայրի սովորական փոփոխությունների տարածաժամանակային և սոցիալական սահմաններից, իսկ նրանց արդյունքները ընդունվում են դրամատիկորեն: Բոլոր այս իրադարձությունները իրենց հետ բերում են կենսական դժվարություններ: Նրանք բոլորը ստեղծում են արգելքներ հասարակության և անձի համար, որոնց հաղթահարումը պահանջում է մեծ ջանքեր, աշխատանքային կորուստներ և գերլարում:

Այսպիսով՝ արհավիրքը այնպիսի իրադրություն է, որը կազմալուծում է հասարակության կենսական կարևորություն ներկայացնող գործառույթները: Այն ազդում է կենսաբանական գոյատևման համակարգի և մարդկանց մոտիվների ու արժեհամակարգի վրա՝ կախված սթրեսորների տեսակից ու բնույթից: Սթրեսորները դասակարգվում են՝ ըստ կենսական իրադարձությունների տիպերի կամ ըստ դժվարությունների տեսակների, ըստ ինտենսիվության (սուր, միջին, չափավոր), ըստ կորուստների կամ վտանգի մեծության, ըստ երկարության (քրոնիկական, կարճաժամկետ), ըստ իրադարձությունների կառավարելիության աստիճանի (վերահսկվող, չվերահսկվող), ըստ ազդեցության մակարդակի (մակրո- և միկրոսթրեսորներ):

Սթրեսորների առանձնացված տիպերը և բնութագրերը շատ կարևոր են առաջին հերթին բացասական կենսական իրադարձությունների հաղթահարման ռազմավարության ընտրման, անհատական և կոլեկտիվ ռեսուրսների մոբիլիզացման համար: Միատիպ պայմանների վերապրման բնույթը և ինտենսիվությունը տարանջատվում է՝ կախված այդ պայմանների նշանակությունից: Սթրեսային իրավիճակների գնահատականները ներառում են, օրինակ, կորուստների, վնասների, վտանգների, մարտահրավերների գնահատականները: Սթրեսային, մասնավորապես, արտակարգ իրավիճակների դիտարկումը դրանց բացասական հետևանքների հաղթահարման, կենսագործունեության նախկին ռիթմի վերականգնման տեսանկյունից անվերապահորեն հանգեցնում է արտա-

կարգ իրավիճակի սոցիալ-հոգեբանական հայեցակետի մշակմանն ու կարևորմանը, քանի որ սթրեստորների վերոնշյալ դասակարգումը նշանավորվում է ոչ թե ինքնին, այլ անձի ու կոլեկտիվի գոյատևման հնարավորությունների վերականգնման, հասարակությունում անձի ինքնիրացման հոգեբանական դաշտի պահպանման առումով: Արտակարգ իրավիճակների և դրանց առաջացնող կամ խորացնող սթրեստորների ուսումնասիրվածությունը հանգեցրեց հիմնախնդրի սոցիալ-հոգեբանական բացահայտումներին, որոնք բնութագրեցին անձի կենսագործունեության առանձնահատկությունները հասարակության արտակարգ զարգացման պայմաններում: Նման բացահայտումներ են արել Մ. Մկրտումյանը և Ն.Հակոբյանը՝ ուսումնասիրելով փոխակերպվող հասարակության առանձնահատկությունները և նրանում անձի գոյատևման յուրահատկությունները: Մ. Մկրտումյանի համոզմամբ՝ «միջավայրում տեղի ունեցող յուրաքանչյուր փոփոխություն անհետք չի անցնում դրանցում ապրող մարդկանց առողջության, ապրելակերպի ու հատկապես հոգեկան համակարգի գործառությանը համակարգերի հարմարողական հնարավորությունների» համար: Նա փոխակերպվող հասարակությունը բնութագրել է որպես սոցիալական տազնապի միջավայր, որին բնորոշ է համարում գործունեության բոլոր բնագավառներում իրականացվող բարեփոխումների համատարածությունը, որոնք, թեև ուղղված են հասարակության բարեկեցիկ կյանքի պայմանների ստեղծմանը, սակայն, որպես օրինաչափություն, դրանք ազգաբնակչության լայն շրջանակներում առաջ են բերում բավականին լուրջ անհարմարություններ⁶⁹: Այդպիսի անհարմարությունների սուր և արտակարգ դրսևորումները, հետևապես, անհրաժեշտություն են առաջացնում հասարակական նոր պահանջներին մարդկանց ադապտացիային: Ն. Հակոբյանը փոխակերպվող հասարակությունները քննել է անձի մարզինալության դրսևորումների ուսումնասիրության տեսանկյունից և բացահայտել է մարզինալ անձի ադապտացիայի սոցիալ-հոգեբանական առանձնահատկությունները: Նա մարզինալությունը դիտարկում է որպես փոխակերպվող հասարակության հիմնական բնութագրերից մեկը: «Փոխակերպվող հասարակության մեջ արտակարգ ու աննախադեպ իրավիճակները, սոցիալական գործընթացների անսովոր բովանդակությունը, մարդկանց կյանքում արմատական փոփոխությունները անմիջականորեն ազդում են հասարակության սոցիալ-հոգեբանական ոլորտի՝ մարդկանց տրամադրության, ինքնազգացողության, հոգեվիճակի, համոզմունքների, գնահատականների, դիրքորոշումների ու վարքագծի վրա⁷⁰»:

⁶⁹ Մկրտումյան Մ., Արտակարգ իրավիճակների հոգեբանություն, Երևան, 2013:

⁷⁰ Հակոբյան Ն. Ռ., Մարզինալության դրսևորման յուրահատկությունները փոխակերպվող հասարակությունում, Երևան, Զանգակ, 2004, 290 էջ:

Արտակարգ իրավիճակների ամփոփ դասակարգումը տվել է Մ. Մկրտումյանը՝ առանձնացնելով արտակարգ իրավիճակների հետևյալ ցուցանիշները՝ ըստ ծագման ոլորտի, արտադրական կազմակերպության պատկանելիության և հավանական հետևանքների ծավալների: Այս ցուցանիշների ներքո դիտարկվում են տեխնածին, բնական աղետները և բնապահպանական պատահարների հետևանքով առաջացած փոփոխությունները⁷¹:

Արտակարգ իրավիճակներին անձի ադապտացիայի յուրահատկությունները ներկայացնելու համար անհրաժեշտ է նախ և առաջ տալ արտակարգ իրավիճակի սոցիալ-հոգեբանական համապատասխան արժևորումը:

Արտակարգ իրավիճակների վերոնշյալ ձևակերպումները թույլ են տալիս շեշտադրել հիմնախնդրի ուսումնասիրման սոցիալ-հոգեբանական հայեցակետը: Այն ներ է առնում անձի կենսագործունեության բնականոն ընթացքը խաթարող բոլոր այն իրադրությունները, որոնք, առաջացնելով անձի մոտ հոգեֆիզիոլոգիական համապատասխան դրսևորումներ, սոցիալապես ապակառուցողական են և արտահայտվում են սոցիալական միջավայրում անձի գոյատևման պայմանների անսպասելի և կտրուկ փոփոխություններով: Արտակարգ իրավիճակները տարաբնույթ ճգնաժամերի անբաժանելի մաս են կազմում: Արտաքին միջավայրի որևէ արտակարգ փոփոխություն՝ որպես արտակարգ իրավիճակ, անվերապահորեն ստեղծում է սոցիալական արտակարգ պայմաններ: Այդ պայմանների ներքո առաջանում է անձի ադապտացման պահանջմունք և հոգեբանական ռեսուրսների համապատասխան վերաբաշխում:

«Հոգեբանական պաշտպանություն» եզրույթը

Ժամանակակից հոգեբանական գիտակարգում հոգեբանական պաշտպանության ուսումնասիրման հայեցակարգային դրույթներն այս կամ այն առումով ձևակերպվել են տարբեր հոգեբանական դպրոցներ և ուղղություններ ներկայացնող հետազոտողների կողմից:

Հոգեվերլուծաբանական դպրոցը սահմանում է հոգեբանական պաշտպանության եզրույթը՝ որպես անձի ներքին կամ արտաքին տրավմատիկ վիճակները նվազեցնող մեխանիզմների մի ամբողջություն:

«Հոգեբանական պաշտպանություն» եզրույթն առաջին անգամ կիրառել է Ջ. Ֆրեյդը 1894 թ. «Պաշտպանական նեյրոպսիխոզներ» աշխատությունում: Հե-

⁷¹ Մկրտումյան Մ., Արտակարգ իրավիճակների հոգեբանության կանխարգելման և վերականգնողական հիմնախնդիրները, Երևան 2008:

տագայում հեղինակը այդ եզրույթով մատնանշում է կոնֆլիկտային իրավիճակում Ես-ի կողմից օգտագործվող բոլոր միջոցները⁷²:

Ձ. Ֆրեյդի կողմից այդ եզրույթն սկսեց պարբերաբար փոխարինվել «արտամղում»-ով՝ որպես գիտակցությունից դեպի անգիտակցականը սթրեսածին տեղեկատվության տեղափոխում և պաշտպանություն անընդունելի իրողության գիտակցության մեջ թափանցելուց:

Հոգեբանական պաշտպանության մասին տեսական մշակումների զարգացումները կապված են Ա. Ֆրեյդի անվան հետ: Կախված սպառնալիքի աղբյուրից՝ Ա. Ֆրեյդը տարբերում է բնագոյից և աֆեկտից առաջացող պաշտպանության տեսակները:

Հոգեբանական պաշտպանության գործարկման հիմքերը. Ա. Ֆրեյդ	
Բնագոյների կանխում կամ թուլացում	Գիտակցական մակարդակում աֆեկտի ազդեցության թուլացում

Առաջին դեպքում պաշտպանության գործընթացը նպատակ ունի կանխելու բնագոյային գաղափարները, որոնք վտանգ են ներկայացնում Ես-ի առողջության համար: Աֆեկտից առաջացող պաշտպանության գործարկումը պայմանավորված է վտանգավոր ցանկությունների և աֆեկտների գիտակցության մեջ ներթափանցման հնարավորությամբ: Բացի դրանից՝ Ա. Ֆրեյդը ներկայացրել է պերմանենտ պաշտպանական երևույթը, որը բնութագրում է «անցյալում շատ ուժեղ պաշտպանական գործընթացների մնացորդները, որոնք դուրս են եկել իրենց նախնական իրավիճակների ենթատեքստից և վերածվել մշտական բնույթ ունեցող բնավորության հատկությունների⁷³»:

Ա. Ֆրեյդը ձևակերպեց պաշտպանական մեխանիզմների առաջին սահմանումը:

«Պաշտպանական մեխանիզմները սկսվում են այն ժամանակ, երբ «Ես»-ը ենթարկվում է իմպուլսների չափազանց մեծ ակտիվությանը կամ նրա համար վտանգավոր ազդեցություններին: Պաշտպանության մեխանիզմները սկսում են գործել ավտոմատ կերպով:»

⁷² Геворкян С. Р., Психологические особенности конфликта в сфере управления // Проблемы педагогики и психологии, Ереван, N3, 2011, 80-91.

⁷³ Фрейд А., Эго и защитные механизмы // Теория и практика детского психоанализа: в 2 т. М.: Апрель-Пресс, ЭКСМО-Пресс, 1999, Т. 1, 115-245.

Ա. Ֆրեյդի աշխատությունները հետաքրքրություն են ներկայացնում ոչ միայն հոգեբանական պաշտպանության առաջին տեսության առաջաձևան, այլև օնտոգենեզում պաշտպանիչ մեխանիզմների ձևավորման հաջորդականության ուսումնասիրության և պաշտպանական մեխանիզմների դասակարգման չափանիշների ձևակերպման տեսանկյուններից: Ա. Ֆրեյդը զարգացրեց Ջ. Ֆրեյդի գաղափարը պաշտպանական միջոցների և պաթոլոգիական խանգարումների փոխկապվածության, ինչպես նաև անհատական զարգացման նորմատիվ և պաթոլոգիկ դրսևորումներում պաշտպանիչ մեխանիզմների առանձնահատկությունների մասին:

Հոգեբանության տարբեր ուղղությունների ներկայացուցիչները, անշուշտ, զարգացրին հոգեբանական պաշտպանության տարբեր հիմնախնդիրների ուսումնասիրությունները:

Հոգեբանական պաշտպանության տիպաբանությունը

Հարկ է նշել նաև հոգեբանական պաշտպանության մեխանիզմների դասակարգման, տարբերակման և գործառույթների վերաբերյալ կուտակված տեսական տարակարծիք մոտեցումների առկայությունը: Լ. Վասիլյուկի կարծիքով՝ հոգեբանական պաշտպանության բոլոր մեխանիզմների հիմքում ընկած է արտամղման մեխանիզմը, որն ուղղված է վախի զգացումի թուլացմանը կամ քողարկման⁷⁴: Հոգեբանական պաշտպանության մեխանիզմների ուսումնասիրության տեսանկյունից առանձնահատուկ հետաքրքրություն են ներկայացնում Ջ. Պարֆենովայի մշակումները⁷⁵: Հեղինակը առանձնացնում է հոգեբանական պաշտպանության գիտակցական, ենթագիտակցական և սոցիալական տեսակները: Հակիրճ ներկայացնենք դրանցից յուրաքանչյուրը: Ենթագիտակցական պաշտպանության ձևը անձի փորձի և անհատական զարգացման արդյունք է: Գիտակցական պաշտպանությունը առաջանում է անմիջական շրջապատի նորմերի և դիրքորոշումների յուրացման արդյունքում: Երրորդ՝ պաշտպանության սոցիալական տեսակը ներկայացվում է որպես բարդ, երկակի հասկացվող երևույթ: Հեղինակն այն նմանեցնում է ինչպես ենթագիտակցական տեսակին, այնպես էլ՝ գիտակցականին, քանի որ այն հասարակության ավանդույթների և նորմերի յուրացման արդյունքն է: Հենց այդ տեսակին է ամենից շատ առնչվում սոցիալական անոմիայի պայմաններում հոգեբանական պաշտպանության մե-

⁷⁴ Васильюк Ф. Е., Психология переживания: анализ преодоления критических ситуаций. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984.

⁷⁵ Ску` Долгорукова В. И., Кондратьева О. А., Психологическая защита, Москва, 2014.

խանիզմների եզրույթը, որն, անկասկած, սահմանակից է ինչպես սեփական մշակութային արժեքների ու նորմերի համակարգին, այնպես էլ՝ հարևան մշակութային: Ավելին, անումիկ պայմաններում հոգեբանական պաշտպանության մեխանիզմների առաջացումն, իր բնույթով լինելով սոցիալական, բնութագրվում է երկու տարբեր մշակութային փոխազդեցություններով: Այլ խոսքերով, հնարավոր է դառնում տարանջատել հոգեբանական պաշտպանության ներքին՝ անձնային, և արտաքին՝ սոցիալական մակարդակները:

Տարանջատվում են առաջնային և երկրորդային պաշտպանական մեխանիզմների տեսակներ:

Առաջնային պաշտպանական մեխանիզմներ	
Վերահսկում	Սեփական անձի ընկալումը՝ որպես աշխարհում տեղի ունեցող ամեն ինչի պատճառ ⁷⁶ :
Դիսոցացիա	Մարդը սկսում է ընկալել այն, ինչ կատարվում է իր հետ, կարծես դա տեղի է ունենում ոչ թե իր, այլ մեկ ուրիշի հետ:
Նույնականացում	Մասնավորապես, նույնականացումը ագրեսորի հետ, արտաքին աշխարհից ընկալվող այլ մարդկանց հայացքների, դրդապատճառների, վերաբերմունքի և այլնի անգիտակից ընդգրկումն է ներաշխարհում ⁷⁷ :
Ժխտում	Տիպիկ իրավիճակի ամբողջական ժխտում ⁷⁸ :
Իդեալականացում	Մեկ այլ անձի՝ որպես իդեալական և ամենակարող էակի ընկալումը:
Մեկուսացում	Փախուստ իրականությունից դեպի այլ՝ մեկուսի հոգեկան վիճակ:
Պրոյեկտիվ նույնականացում	Անգիտակցաբար դրսևորվող ինչ-որ մեկին որևէ երևույթ պարտադրելու փորձ, որն արտահայտվում է տվյալ անձի մասին երևակայությամբ:
Պրոյեկցիա	Ներքին գործընթացների սխալ ընկալում՝

⁷⁶ Нартова-Бочавер, Софья Кимовна. Дифференциальная психология. — Флинта, МПСИ, 2008. —с. 97, 280 с. — (Библиотека психолога). — 3000 экз. — ISBN 978-5-89349-435-8, ISBN 978-5-89502-423-2.

⁷⁷ Мак-Вильямс Н. «Психоаналитическая диагностика: Понимание структуры личности в клиническом процессе», изд. «Класс», 1998, с. 351, 592 с.

⁷⁸ Нэнси Мак-Вильямс, «Психоаналитическая диагностика», глава «Параноидные личности», с. 155, 382с.

	արտաքին աշխարհից որևէ ընկալման հետ անձի նույնականացմամբ պայմանավորված:
Էզոյի պառակտում	Անձին վերագրվող գնահատականից միանգամայն տարբերվող բնորոշում:
Սոմատիզացիա կամ փոխակերպում	Հոգեբանական սթրեսին ի պատասխան ֆիզիոլոգիական անհանգստություն զգալու միտում:

Երկրորդային պաշտպանական մեխանիզմներ	
Չեղարկում կամ վերադարձ	Բացասական իրադարձության ազդեցությունը «չեղարկելու» անգիտակցական փորձ՝ ձևավորելով ինչ-որ դրական իրադարձության մասին պատկերացում:
Ռեպրեսիա կամ ճնշում	Գիտակցությունից ինչ-որ իրադարձության հեռացում:
Փոխարինում կամ տեղաշարժ	Իմպուլսի կամ զգացողության անգիտակցական վերակողմնորոշումն իր սկզբնական օբյեկտից մյուսին:
Անտեսում կամ խուսափում	Վախեցնող հոգեբանական ազդեցության աղբյուրի կամ նման ազդեցության խեղաթյուրված ընկալման, դրա առկայության կամ բնույթի մասին տեղեկատվության վերահսկում և սահմանափակում:
Նույնականացում	Սեփական անձի նույնականացում մեկ այլ անձի կամ մարդկանց խմբի հետ:
Աֆեկտի մեկուսացում	Գիտակցության մեջ տեղի ունեցողի հուզական բաղադրիչի հեռացում:
Ինտելեկտուալիզացիա	Հույզերն ու ազդակները վերահսկելու անգիտակից ցանկություն՝ հիմնված իրավիճակի ռացիոնալ մեկնաբանության վրա:
Փոխհատուցում կամ գերփոխհատուցում	Սեփական թույլ կողմերը կոծկելու մղում՝ ընդգծելով ուժեղ կողմերը կամ հաղթահարելով հիասթափությունը մի ոլորտում՝ այլ ոլորտներում գերբավարարվածությամբ:
Բարոյականացում	Միջոցի որոնում՝ համոզելու սեփական անձին

	կատարվածի բարոյական անհրաժեշտության մեջ:
Առատագրեսիա	Արտաքին օբյեկտի նկատմամբ բացասական ազդեցության ներքին վերափոխում:
Առանձնացված մտածողություն	Փոխադարձ բացառող դիրքորոշումների համադրություն՝ պայմանավորված նրանց միջև հակասությունը չճանաչելու պատճառով:
Ռացիոնալացում	Սեփական վարքի մեկնաբանությունն այնպես, որ այն խելամիտ և լավ վերահսկվող թվա:
Ռեակտիվ ձևավորում	Արգելված ազդակներից պաշտպանություն՝ հակառակ ազդակների վարքի և մտքերի արտահայտման միջոցով:
Հեղափոխություն	Կյանքի սցենարի վերափոխում՝ դրանում առկա երևույթների կամ առարկաների տեղերի փոփոխությամբ:
Հետընթաց	Վերադարձ մանկական վարքի ձևերին:
Սուբլիմացիա	Ազդակների վերահղում դեպի սոցիալապես ընդունելի գործունեության:

Հոգեբանական պաշտպանության մեխանիզմների եզրույթը ներկայացնում է անձի կայունացման և ինքնադրսևորման որոշակի համակարգ, որն ուղղված է պաշտպանելու անցանկալի, տրավմատիկ ապրումներից, ներքին և արտաքին կոնֆլիկտային իրավիճակներից և որն ապահովում է անձի հոգեբանական անվտանգությունը նման իրավիճակներում:

Անձի պաշտպանության մեխանիզմների շարքում տարանջատվում են հոգեֆիզիոլոգիական և սոցիալ-հոգեբանական մեխանիզմները, որոնց համալիր, փոխկապակցված քնությունը հնարավորություն է տալիս դիտարկելու նրանց մեկ ամբողջության մեջ:

Անձի հոգեբանական պաշտպանության հոգեֆիզիոլոգիական մեխանիզմներից կարևորվում են արտամղման, ժխտման, սահմանափակ վարքածի ձևավորման, ներհոգեկան ադապտացման, պաշտպանության և կոնցեպտուալիզացիայի մեխանիզմները⁷⁹:

Արտամղման մեխանիզմը գիտակցությունից խուճապ առաջացնող գործոնների արտամղումն է: Արտամղվող գործոնների շրջանակի ընդլայնումը

⁷⁹ Медведев В. И., О проблеме адаптации // Компоненты адаптационного процесса, Л.: 1984, с. 3–18; Березин Ф.Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека. – Л., 1988. – 270 с.

զուգակցվում է իրավիճակի ճգնաժամային վերլուծության կարողության, նրա ադեկվատ կառուցման ունակության վատթարացմամբ: Արտամղման մեխանիզմի ծայրահեղ ակտիվացման պայմաններում խանգարվում է ինտեգրված ադապտացիոն վարքի կառուցման գործընթացը, որը տանում է մարդ-միջավայր համակարգի հավասարակշռության հետագա խանգարմանը:

Ժխտման ներհոգեկան պաշտպանության մեխանիզմը կապված է խուճապ առաջացնող գրգռիչների և հենց խուճապի ժխտման հետ, որը տանում է իրավիճակի ծայրահեղ լավատեսական գնահատականին, սեփական հնարավորությունների չափազանցմանը, կանխատեսման անադեկվատությանը, անիրական նպատակների կառուցմանը, վարքագծի անիրական պլանավորմանը:

Խուճապի ֆիքսացիան և սահմանափակ վարքագծի ձևավորումը արտահայտվում է նրանում, որ խուճապը ֆիքսվում է որոշակի գրգռիչների վրա, որոնք կարող են կապ չունենալ խուճապ առաջացնող իրական պատճառների հետ: Ստեղծվում է կանոնների համակարգ, որոնց կատարումը օգնում է լավածության ռեդուկցիային և ստեղծում է հնարավոր վտանգի վերացման զգացողություն: Դա թույլ է տալիս նեղացնել իրավիճակների շրջանակը, որոնք տազնապ են առաջացնում: Իրավիճակի կանխատեսման ժամանակ մարդիկ, որոնք նախընտրում են այդ մեխանիզմը, ձգտում են կանխատեսել իրավիճակի զարգացման բոլոր հնարավոր տարբերակները: Երկարաժամկետ լավածության պայմաններում տազնապայնության բարձր մակարդակի պահպանումը նպաստում է մարդու ադապտացիոն ռեսուրսների մաշվելուն: Այն բավականին ծախսատար ներհոգեկան մեխանիզմ է, որը «մաշում է» մարդու հոգեբանական հոգեֆիզիոլոգիական ռեսուրսները երկարաժամկետ սթրեսի ժամանակ:

Ներհոգեկան ադապտացման մեխանիզմը, որն ապահովում է տազնապի ռեդուկցիա սկզբնական պահանջմունքների արժեքի և նրանց սուբյեկտիվ նշանակության իջեցման շնորհիվ, ուղղված է ֆրուստրացիա և տազնապ առաջացնող դրդապատճառների և իրավիճակների քանակի նվազեցմանը: Արդյունքում փոքրանում է ակտիվությունը և վարքագծի սպոնտանությունը, մեծանում է հեռանկարների վատատեսական գնահատականը և դեպրեսիան: Միաժամանակ աճում է միջավայրի հետ խորը շփումների հաստատման ձգտումը, նրանցից կախվածությունը: Այս մեխանիզմի օգտագործման ժամա-

նակ իջնում է իրավիճակի նպատակաուղղված ձևափոխման և փոփոխվող պայմաններին ճկուն հակազդման հնարավորությունը:

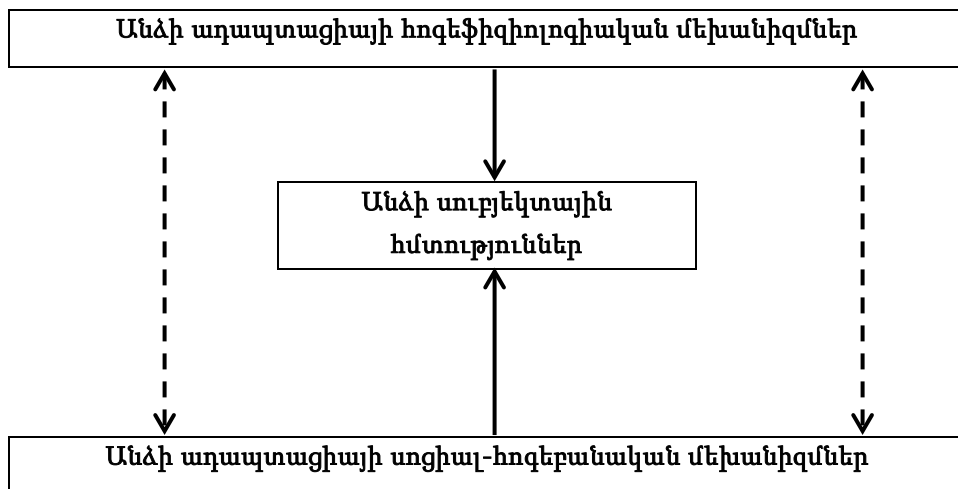
Ֆ. Բերեզինը սահմանում է հոգեբանական ադապտացիան՝ որպես անձի և շրջապատող միջավայրի օպտիմալ համապատասխանության հաստատման դինամիկ գործընթաց, որը թույլ է տալիս անհատին բավարարել ակտուալ պահանջմունքները և իրականացնել նրանց հետ կապված կարևոր նպատակները՝ միաժամանակ ապահովելով մարդու հոգեկան գործունեության և նրա վարքագծի համապատասխանեցումը միջավայրի պահանջներին: Նա տարանջատում է հոգեբանական ադապտացիայի երկու տեսակ՝ ակտիվ հոգեկան՝ արտաքին, վարքագծային մակարդակում իրականացվող և ինտրահոգեկան: Հեղինակը առանձնացնում է անձի տեղեկատվական պաշտպանության հատուկ համակարգի նշանակությունը, որը սահմանափակում է տեղեկատվության ներհոսքը: Այս համակարգը ներառում է նաև տեղեկատվության սեմանտիկայի ուղղորդված փոփոխությունը, նրա ֆիլտրացիան և ինտրահոգեկան պաշտպանության մեխանիզմները: Այն մասնակցում է նաև իրականության կոնցեպտուալ սուբյեկտիվ մոդելի ձևավորմանը, որի հիման վրա էլ կառուցվում է ադապտացիոն գործընթացը, քանի որ այն թույլ է տալիս համեմատել ադապտացիայի կառուցվածքը և արտահայտվածությունը միջավայրի օբյեկտիվ բնութագրերի և նրա սուբյեկտիվ գնահատման հետ:

Ֆ. Բ. Բերեզինը առանձնացնում է ներհոգեկան պաշտպանության մի քանի մեխանիզմներ, որոնք ապահովում են մարդու հոգեկան ադապտացիան սթրեսին: Այն իրավիճակում, երբ մարդու հարմարման ռեսուրսներին առաջադրվում են նորմալ պահանջներ, այս մեխանիզմները բավականին արդյունավետ են դառնում, բայց իրավիճակում, երբ մարդու հարմարման ռեսուրսներին առաջադրվում են գերպահանջներ, նրանք դառնում են գործոններ, որոնք արգելակում են հոգետրավմատիկ գործոնների արդյունավետ մշակումը:

Հաջորդ՝ կոնցեպտուալիզացիայի մեխանիզմը արտահայտվում է երկու ձևով՝ տազնապի սոմատիզացիայով և հույզերի երկրորդային վերահսկողությամբ: Նրանք ուղղված են տազնապի մակարդակի իջեցմանը և նրա մեկնաբանման փոփոխությանը որոշակի հիմնադրույթների կառուցման հիման վրա: Որպես ներհոգեկան հարմարման գերակա մեխանիզմ՝ տազնապի սոմատիզացիան (մարմնականացումը) սահմանում է վարքագծի կողմնորոշումը և արժեհամակարգի փոփոխությունը, երբ մարդն իր ուշադրությունը տեղափոխում է սեփական խնդիրներից դեպի սոմատիկ գործընթացներ: Անկախ ինչպիսիք է հարմարման արդյունքում աճում է անբարենպաստ ֆիզիկական զգա-

յությունների բազմազանությունը մինչև լուրջ սոմատիկ հիվանդության առկայության խաբկանք: Հույզերի երկրորդային վերահսկողությունը նույնպես ուղղված է տեղեկատվության ընտրողականության և կայուն, դժվար շտկելի հինադրությունների մշակման հիման վրա տագնապի իջեցմանը: Տեղեկատվության ընտրության սելեկտիվությունը իջեցնում է իրավիճակի մեկնաբանման իրականությունը, քանի որ ինֆորմացիան, որը հակասում է եղած կոնցեպցիային, արհամարհվում է:

Աղապտացման սոցիալ-հոգեբանական մեխանիզմները բնորոշվում են հոգեֆիզիոլոգիական մեխանիզմների սոցիալական «մշակվածությամբ», սոցիալական նորմերի ու արժեքների միջոցով արտահայտված տվյալ արտակարգ իրավիճակի գնահատականով և սոցիալական միջավայրի նկատմամբ անձի սուբյեկտային հմտությունների ձևավորմամբ:



Սոցիալական աղապտացիայի գործընթացում արտացոլված սոցիալական միջավայրի նորաստեղծ պայմանների յուրացումը, անշուշտ, կիրառելի է դարձնում այս կամ այն չափով խուճապ և տագնապ առաջացնող հոգեֆիզիոլոգիական մեխանիզմները՝ ուղղելով կամ դեպի խուճապ առաջացնող գործոնների արտամղում կամ էլ խուճապի սուբյեկտիվ ժխտում: Այդ գործընթացը ուղեկցվում է վարքագծի պասիվ/ակտիվ դրսևորումներով և արժեքների հղկվածությամբ: Սոցիալական աղապտացիայի գործընթացը, այսպիսով, կարող է ընթանալ սոցիալական միջավայրի կողմից գործարկվող որոշակի մեխանիզմների միջոցով, որոնք, մեր կողմից բնորոշվելով որպես արտաքին մե-

խանիզմներ, արտահայտվում են սոցիալական ինստիտուտների և նորմերի միջոցով:

Նոր, բարդ և էքստրեմալ պայմաններին հարմարման գործընթացում մարդու մոտ ստեղծվում են շրջապատող միջավայրի և նրանում սեփական տեղի ընկալման սուբյեկտիվ մոդելներ: Իրականության հետ այս մոդելների ադեկվատությունից է կախված հետագա հարմարվողական ռազմավարությունը:

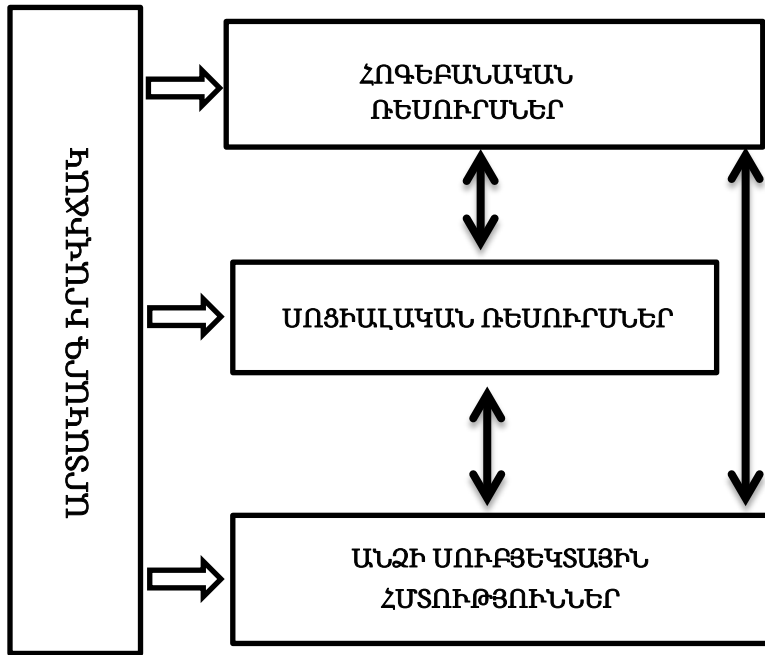
Սոցիալական ադապտացիայի սուբյեկտիվ դրսևորումները իրենց հերթին ներկայանում են անձնային մեխանիզմների գործարկմամբ և բնորոշում անձի հարմարվողականությունը արտակարգ իրավիճակում ստեղծված նոր սոցիալական նորմերին ու ինստիտուտներին: Սոցիալական ադապտացիայի արդյունավետությանը նպաստում է, ուրեմն, արտակարգ իրավիճակում ստեղծված օբյեկտիվորեն տրված կենսասոցիալական պայմանների և այդ պայմաններին հարմարվող անձի փոխգործողությունը: Սոցիալական ադապտացիայի մեխանիզմների ձևավորումը ընթանում է անձի սոցիալական գործունեության, հաղորդակցման և ինքնագիտակցության մակարդակներում, որոնցում կատարվում է անձի հարմարումը արտակարգ արտաքին միջավայրին:

Սոցիալական գործունեության մեխանիզմը ընդգրկում է արտակարգ իրավիճակում ստեղծված անձի պահանջմունքները, որոշումների իրականացման մոտիվացիան, դրանց իրագործումն ու գնահատումը:

Սոցիալական հաղորդակցության մեխանիզմը նպատակաուղղում և ընդլայնում է սոցիալական արժեքների յուրացման հնարավորությունները միջավայրի հետ հաղորդակցման միջոցով:

Թվարկված մեխանիզմներին գուգահեռ առանձնացվում է անձի սոցիալական ինքնագիտակցության մեխանիզմը, որը կառուցում է արտակարգ իրավիճակում անձի սոցիալական պատկանելիության ու դերի ստանձնման կամ փոփոխման գործառույթը:

Այդ մեխանիզմների գործարկման աստիճանից է կախված արտակարգ իրավիճակում հայտնված անձի սոցիալական նույնության պահպանումը, նախկին կենսասոցիալական միջավայրի փլուզման հետևանքով կարգազուրկ կամ դերագուրկ վիճակում գտնվող անձի վերաթևորումն ու նոր սոցիալական դերի ընդունումը [4]: Այդ գործընթացը մեր կողմից նշանավորվում է որպես անձի սուբյեկտային հմտությունների ձեռքբերման գործընթաց, որը անձի ադապտացման հոգեֆիզիոլոգիական և սոցիալ-հոգեբանական մեխանիզմների արդյունք է:



Արտակարգ

Արտակարգ իրավիճակով պայմանավորված սուբյեկտային հատկությունների ձեռքբերման և սթրեսի կառավարման հարցում մեծ նշանակություն է տրվում աղետին նախապատրաստվելուն, աղետից հետո սոցիալական աջակցությանը, էմոցիոնալ փորձի գիտակցմանը, շրջապատող միջավայրի բնորոշիչներին, որոնցում տեղի է ունեցել արհավիրքը, փուլերին, հոգեբանների, հոգեբույժների և սոցիալական աշխատողների մասնագիտական օգնության թույլատվությանը⁸⁰։ Մի շարք հեղինակների կողմից առանձնացվում են հետևյալ գործոնները, որոնք ազդում են սթրեսային հարմարման վրա՝ սթրեսի ազդեցությունը (ծանրությունը, հաճախականությունը, երկարությունը), ընտանիքի անդամների և այլ նշանակալի մարդկանց ընկալելի և իրական անվտանգությունը (սոցիալական աջակցություն և այլն), պատրաստվածության ընկալվող մակարդակը, մինչև աղետը հոգեբանական գործարկման մակարդակը, մինչև աղետը հոգեօգնական սթրեսի արտահայտվածությունը (խոցելիություն, ճկունություն), անձնական պատմության փաստերի, համոզմունքների համակարգի, սթրեսի այժմյան և

⁸⁰ Horowitz D. L. Ethnic Groups in Conflict, New York, 1985.

անցյալ հակազդումների միջև փոխհարաբերությունները, ներառյալ սթեսների ազդեցությունը նախկինում՝ պատերազմ, բռնություն, դժբախտ դեպքեր⁸¹:

Սոցիալ-հոգեբանական հայեցակետից հոգեկան տրավմայից հետո վերականգնման գործընթացի վրա առավել դրական ազդեցություն է ունենում սոցիալական աջակցության առկայությունը հասարակության և հատկապես հարազատ շրջապատի կողմից: Այն առանձնահատուկ կարևորություն է ներկայացնում անձի ադապտացիայի համապատասխան ռեսուրսների կիրառելիության և զարգացման նկատառումներով, ուստի արտաքին միջավայրում ստեղծված արտակարգ իրավիճակների սոցիալ-հոգեբանական ցանկացած հետազոտություն ենթադրում է սոցիալական նորմերի, փոխհարաբերությունների ու արժեքների ուսումնասիրում, քանի որ հետաքրքրության կենտրոնում մնում է անձը՝ արտակարգ իրավիճակով պայմանավորված նոր, փոփոխական սոցիալական միջավայրով: Անձի վրա ներգործող սոցիալական արտակարգ պայմանների ներքո ընթացող անձ – հասարակություն փոխներգործությունը կարող է բնութագրվել որպես նոր պայմաններին հարմարում: Այն մեր կողմից սահմանվում է իր մեխանիզմների կոնստրուկտիվ և դեստրուկտիվ հատկանիշներով, որոնք ամբողջանում են անձի կոմպենսատորային ադապտացման եզրույթով: Ադապտացիայի մեխանիզմների կոնստրուկտիվ հատկանիշը արտակարգ իրավիճակի պայմաններում անձի հոգեբանական ռեսուրսների այնպիսի արտահայտություն է, երբ անձն իր հոգեկերտվածքով ոչ միայն դրականորեն նույնականացվում է սոցիալական նոր պայմանների հետ, այլև, ձեռք բերելով սուբյեկտային որոշակի հմտություններ, ունակ է այս կամ այն չափով ազդելու արտաքին պայմանների վրա՝ վերացնելու սոցիալական միջավայրի էքստրեմալ, սահմանային կացությունը: Նման պատկերը հանգեցնում է սոցիալական նոր ավանդույթների ստեղծման ու ամրակայման, նոր սոցիալական նորմերի ձևավորման գործընթացին: Այս դեպքում կարելի է խոսել նոր պայմանների նկատմամբ ոչ միայն անձի, այլև արտաքին միջավայրի ադապտացիայի մասին⁸²: Անձի ադապտացիայի մեխանիզմների դեստրուկտիվ հատկանիշը նախորդի հակապատկերն է, երբ սոցիալական նոր իրավիճակում անձին չի հաջողվում ինքնառեալիզացվել և անձի ադապտացիայի կամ հարմարման ջանքերը ձախողվում են: Այդ երկու հատկանիշները բնութագրում են ադապտացման մեխանիզմների կոմպենսատորային բնույթը, որն ենթադրում է արտակարգ իրավիճակով պայմանավորված սոցիա-

⁸¹ Young, B.H., Ruzek, J.I., & Ford, J.D. (in press). Cognitive-behavioral group treatment for disaster-related PTSD. In B.H. Young & D.D. Blake (Eds.), Group treatment for post-traumatic stress: Conceptualizations, themes, and processes. Washington, 2006; Тарабрина Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса: СПб.: Питер, 2001, 272 с.

⁸² Дьяченко, М.И. Кандыбович, Л.А., Психологические проблемы готовности к деятельности, Минск, 1976

լական արտակարգ պայմաններում անձի հոգեբանական ռեսուրսների վերաբաշխման ու կառավարման արդյունքում արտակարգ իրավիճակի բացասական ազդեցության փոխհատուցում անձի համապատասխան սոցիալ-հոգեբանական դրսևորումներով:

Մանրամասներն այս դրույթը: Անձի զարգացման հետ զուգընթաց անընդհատ բախվում ենք սոցիալական որոշակի նորմերի, մեխանիզմների ու արժեքների յուրացման սոցիալ-հոգեբանական անհրաժեշտության հետ⁸³: Դրա մասին են վկայում անձի սոցիալականացման զանազան ինստիտուտներն ու անձի գործունեության նպատակաուղղվածությունը:

Հոգեբանական պաշտպանության կոմպլյաստիվ մոդել

Հոգեբանական պաշտպանության մեխանիզմների քննությունն ընդհանուր առմամբ բացահայտում է ազգաբնակչության կենսակայունության մակարդակի արդիականացման հիմնախնդիրը: Այլ խոսքերով, հոգեբանական պաշտպանության մեխանիզմները հնարավոր է նաև ներկայացնել ազգաբնակչության կենսակայունության ցուցանիշների միջոցով և դիտարկել արժեքային համակարգի կառուցվածքում:

Հետևելով մի շարք հեղինակների կողմից ներկայացված ներգրավվածության, վերահսկողության և վտանգի ստանձնման կենսակայունության ցուցանիշների տարբերակման փորձին՝ կարելի է վերհանել այդ ցուցանիշների և հոգեբանական պաշտպանության մեխանիզմների փոխկապվածության պատկեր⁸⁴:

Կենսակայունության ցուցանիշներ. Ներգրավվածություն

Ս. Մադդիի կողմից տրվել է ներգրավվածության հետևյալ սահմանումը՝ որպես համոզմունք առ այն, որ ներկա սոցիալական գործունեության մեջ ներգրավվածությունը հնարավորություն է տալիս անձին գտնելու հետաքրքիր և սոցիալապես արժևորվող որևէ զբաղմունք⁸⁵: Այսինքն՝ ներգրավվածության ցուցանիշի առկայության դեպքում անձը հաճույքով է իրականացնում իր սոցիալական գործունեությունը և բացի դրանից՝ իրեն մասնակից և պատասխանատու է զգում հանրային կայունության ապահովման գործում:

⁸³ Hakobyan N., Gevorgyan S., Petrosyan L., Khachatryan A., The Problem of Personal Development in the Context of Social Anomie, Wisdom, 2022, 22(2), 7-14.

⁸⁴ Гладких А.Г. Связь жизнестойкости с различными видами интеллекта // Психология XXI века: Материалы X Междунар. Межвузовской науч.-практ. конф. / Под ред. Б.В. Чеснокова. СПб., 2007, 208-209.; Аймаганбетова О. Х., Психология этнических конфликтов // Вестник КазНУ, Серия психологии и социологии. №1 (8), 2002, 48-51.

⁸⁵ Maddi S.R., Personality theories: a comparative analysis Homewood, Ill: Dorsey Press, 1968.

Կենսակայունության ցուցանիշներ. վերահսկողություն

Վերահսկման ցուցանիշը ներկայացնում է կենսակայունության ընդհանուր համակարգի կամային բաղադրիչը, այն է՝ անձի կողմից ձևավորվում է համոզմունք առ այն, որ ինքն ունակ է դիմակայելու արտաքին միջավայրի անցանկալի կամ շրջադարձային պայմաններին և կառուցելու գործունեության սեփական ռազմավարությունը: Նշենք Ջ. Ռոթերի տեսության հետ այս ցուցանիշի հարակից լինելը: Այն դեպքում, երբ Ջ. Ռոթերը ներկայացնում է վերահսկողության արտաքին և ներքին ուղղվածության տարատեսակները (լոկուսները)՝ որպես անձի գործունեության արդյունքների նկատմամբ արտաքին (սոցիալական) կամ ներքին (սեփական) ուժերի պատասխանատվության դրսևորում, կենսակայունության համակարգի բաղադրիչ հանդիսացող վերահսկման ցուցանիշն իր մեջ է ներառում այդ երկու գաղափարները միաժամանակ: Մանրամասնենք այդ դիտողությունը:

Ջ. Ռոթերի թեզը միավորում է վերահսկողության և պատասխանատվության եզրույթները, ինչի շնորհիվ հնարավոր է դառնում առանձնացնել դրանց արտաքին և ներքին տեսակները, իսկ մեր կողմից մատնանշվող վերահսկողության եզրույթը ներկայանում է, առաջին հերթին, անձի կամային դրսևորումներով, ինչի արդյունքում կարելի է շեշտը դնել անձի հոգեբանական կայունության՝ որպես կենսակայունության արտահայտություններին և վերահսկողության գաղափարը դիտարկել անձի արժեքային համակարգի ենթատեքստում:⁸⁶

Կենսակայունության ցուցանիշներ. վտանգի ստանձնում

Վտանգի ստանձնման ցուցանիշն առավել արդիական է արտակարգ իրավիճակներում ազգաբնակչության կենսակայունության բնութագրման տեսանկյունից: Այդ ցուցանիշն արտահայտվում է անձի կենսափորձից դուրս բերվող այն գիտելիքի և հմտությունների կուտակման մեջ, որը կարևորվում է անձի զարգացման և արտաքին միջավայրային պայմաններին հարմարման գործընթացում: Հատկանշական է, որ անձի կենսակայունության բարձրացման տեսանկյունից կարևորվում է ինչպես դրական, այնպես էլ բացասական փորձի առկայությունն ու արժևորումը⁸⁷:

⁸⁶ Տե՛ս՝ Беджанян А. Т., Балансированное взаимодействие компонентов структуры личности и безопасность личности // Материалы межвузовского консорциума, Ереван, N 1, 2015; Богомаз С.А., Непомнящая В.А. К проблеме поиска психологических оснований развития инновационной компоненты личности в юности и молодости // Сибирский психологический журнал. 2007. Вып. 25. с. 78-82.

⁸⁷ Տե՛ս՝ Дробинина Л. В., Жизнестойкость как интегральная характеристика инновативной компоненты личности // Проблемы актуализации молодежного потенциала в условиях инновационного развития России: Материалы Молодежного сибирского психологического форума, Томск, 2007, 92-97; Дробинина Л. В., Изучение взаимосвязи жизнестойкости и креативности как характеристик инновативной компоненты личности, - Студенты в научном поиске: Тезисы докладов 4-й Всероссийской студ. науч.-практ. конференции, под ред. Р. А. Ахмерова, Е. Д. Дорофеева, С. П. Дырина.

Այժմ ներկայացնենք սոցիալական անոմիայի պայմաններում ազգաբնակչության հոգեբանական պաշտպանության մեխանիզմների արդյունավետ մոդելի ձևավորման առանձնահատկությունները, որոնք նպաստում են կենսակայունության ցուցանիշների ամրապնդմանն ու արժեքային համակարգում դրանց ամրակայմանը: Մեր կողմից մեխանիզմների գործարկման այդ մոդելը բնութագրվում է արտահայտման կոմուլյատիվ բնույթով. այն դրսևորվում է երկար ժամանակահատվածում արժեքային համակարգի վրա հոգեբանական պաշտպանության մեխանիզմների ազդեցության կուտակման և կենսակայունության ցուցանիշների միջոցով արտահայտման մեջ: Այդ երևույթը մեր կողմից նկատվել է ներքոնշյալ մեթոդների, հարցազրույցի և դիտարկումների իրականացման և վերլուծման ընթացքում, այն է՝ հոգեբանական պաշտպանության որոշ մեխանիզմների դրսևորումներ նպաստում են կենսակայունության մակարդակի արտահայտմանը, ինչն իր հերթին արտահայտվում է արժեհամակարգում:

«Հոգեբանական պաշտպանության մեխանիզմ»-«կենսակայունության մակարդակ» - «արժեհամակարգ» շղթայի բաղադրատարրերը գտնվում են փոխազդեցության մեջ, այսինքն՝ արժեհամակարգում ազգային կոնսոլիդացիայի, անկախության և վերահսկման դրսևորումները, որոնք նախկինում հոգեբանական պաշտպանության որոշ մեխանիզմների և կենսակայունության ցուցանիշների արտահայտության արդյունք էին, տարիների ընթացքում իրենց հետքն են թողնում հոգեբանական պաշտպանության մեխանիզմների վրա՝ էլ ավելի ուժեղացնելով դրանց հետագա ազդեցությունը շղթայի մյուս բաղադրատարրերում: Մեր կարծիքով՝ կոմուլյատիվ մոդելի շղթայաձև փոխկապվածությունը նպաստում է նրան, որ սոցիալական անոմիայի պայմաններում նկատելի դառնա ազգային ինքնագիտակցության, հոգեբանական ընդհանուր նկարագրի կառուցվածքում դրական կոնստրուկտների կուտակման երևույթը: Անձն արդյունքում իր գործողություններում աստիճանաբար դառնում է ավելի վստահ, ձեռք է բերում շրջապատի մասին կայուն դիրքորոշումներ, որոնք հիմնված են սեփական ձեռքբերումների նկատմամբ հպարտության զգացման ամրապնդման վրա: Նշենք նաև մոդելի կոմպենսատորային բնույթի մասին: Կոմպենսացիան այն հոգեբանական մեխանիզմն է, որն արտահայտվում է անձի գործունեության որոշակի ուղղվածությամբ՝ որպես անձի թերությունների և թույլ կողմերի քողարկման և ուժեղ կողմերի ներկայացման ռազմավարություն:

Սոցիալական անոմիայի պայմաններում կոմպենսացիայի հոգեբանական պաշտպանության մեխանիզմի դրսևորումների քննությունը թույլ է տալիս եզրակացնելու կոմպենսացիայի ցուցանիշի կուտակման հետևյալ եղանակների մասին՝

1. գործունեության այն բնագավառներում, որոնք առնչվում են վտանգի արդիականացման հետ, նկատվում է դիմադրությունն ու պաշտպանությունը ապահովող միջոցների հասանելիության և կատարելագործման միտվածություն;

2. ուժեղանում է սոցիալական ինստիտուտների կարևորությունը, որոնց վրա է դրվում վտանգին դիմակայելու պատասխանատվությունը, ինչի արդյունքում անձը հոգեբանորեն ձերբազատվում է ինքնապաշտպանության մեխանիզմների իրագործումից և իր ակտիվությունն ուղղում դեպի սոցիալական կամ մասնագիտական գործունեության այլ բնագավառներ⁸⁸:

Նշված վարքագծային տարբերակներից երկուսի դեպքում էլ նկատվում է պաշտպանական հատկանիշների ուժեղացման ռազմավարությունը՝ տարբեր ուղղվածությամբ:

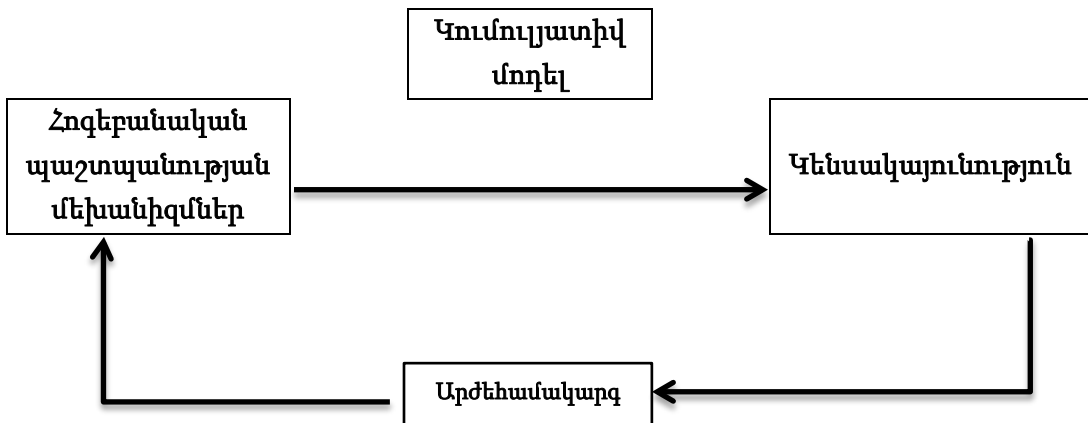
Առաջին դեպքում պաշտպանական հատկանիշների ուժեղացումն արտահայտվում է ուղղակիորեն՝ վտանգին դիմակայելու միջոցների կատարելագործման շնորհիվ: Այդ եղանակը գիտակցվում է անձի կողմից, արտահայտվում է պաշտպանական ունակությունների կուտակմամբ (զբաղմունք ուժային սպորտաձևերով, զենքի տիրապետման գիտելիքի ձեռքբերում, վտանգի աղբյուրի վերաբերյալ տեղեկատվության նկատմամբ հետաքրքրության աճ, «որքան շատ գիտես թշնամու մասին, այդքան ավելի պաշտպանված ես» սկզբունքի կիրառում և այլն:

Երկրորդ եղանակի կիրառման պարագայում պաշտպանական հատկանիշների ուժեղացումն արտահայտվում է անուղղակի միջոցներով. սեփական պաշտպանական ակտիվությունը փոխարինվում է պետական կառույցների արդիականացմամբ և ժողովրդավարական ինստիտուտների առաջնահերթության գիտակցմամբ⁸⁹:

⁸⁸ Карапетян В. С., Необходимость активной творческой деятельности личности для оздоровления общества. Всероссийский форум “Здоровье нации – основа процветания России.”, М., т 3, часть 1, с. 70-72, 2007; Чешев В. В., Поведенческая и деятельностная адаптация: общее и особенное // Вестн. Томского гос. пед. ун-та (Tomsk State Pedagogical University Bulletin). Вып. 4, 2012, 230–234.

⁸⁹ Леонтьев Д. А., Современная психология мотивации, М., 2002; Романова Е. С., Гребенников Л. Р., Механизмы психологической защиты, М., 2001.

Հոգեբանական պաշտպանության կոմույատիվ մոդելի կառուցվածքը



Հոգեբանական պաշտպանության կոմույատիվ մոդելի բաղադրիչները

Հոգեբանական պաշտպանության մեխանիզմներ (ըստ Ռ. Պլուտչիկ-Շ. Քելլերմանի դասակարգման)	Կենսակայունության ցուցանիշներ (ըստ Դ.Ա. Լեոնտև. Ի. Ռասկազովայի դասակարգման)	Արժեքային համակարգի բաղադրիչներ (ըստ Մ. Ռոկիչի դասակարգման)
Պրոյեկցիա	Վտանգի ստանձնում	Տերմինալ արժեքներ
Իրականության ժխտում	Ներգրավվածություն	Կոնկրետ / վերացական
Արտամղում	Վերահսկում	Մասնագիտական ինքնառեալիզացիայի / անձնական
Ռացիոնալիզացիա		Ինստրումենտալ արժեքներ
Ռեակտիվ կազմավորում		Էթիկական / հաղորդակցման / աշխատանքային
Ռեգրեսիա		Անհատական / կոնֆորմիստական / այլտրուիստական
Տեղափոխում		Ինքնահաստատման / այլակենտրոն
Կոմպենսացիա		

Արտակարգ իրավիճակներին անձի կոմպենսատորային ադապտացիայի մոդել.

Բնութագրում	Կոնստրուկտիվ հատկանիշ	Ղեւորուկտիվ հատկանիշ	Կոմպենսատորային ադապտացիա
Անձի հոգեբանական ռեսուրսներ	Աֆեկտիվ, կոգնիտիվ և վարքային բաղադրիչների դրական արտահայտվածություն	Բաղադրիչների բացասական արտահայտվածություն	Բաղադրիչներից մեկի գերակշռում մյուսների նկատմամբ
Ուղղվածություն	Համակարգում	Կազմալուծում	Հարմարում
Արդյունք	Հոգեբանական կայունություն, «Ես»-ի վերափմաստավորում	Հոգեբանական անկայունություն, «Ես»-ի ճգնաժամ	Անձի «Ես»-ի կոմպենսատորային բնութագիր

Դիտարկելով արտակարգ իրավիճակների պայմաններում անձի ադապտացման հոգեբանական ռեսուրսների կիրառման ուղղվածությունը՝ այսպիսով՝ առանձնացվում են հոգեբանական ռեսուրսների կոգնիտիվ, աֆեկտային և վարքային բաղադրիչները: Նրանց գործարկման արդյունքում առանձնացվել են դեպի սոցիալական համակարգում տանող կոնստրուկտիվ հատկանիշները և սոցիալական կազմալուծում ենթադրող դեստրուկտիվ հատկանիշները: Այդ հատկանիշները այս կամ այն չափով ընդգրկվելով կոմպենսատորային ադապտացման պատկերի մեջ, հետևապես, բնութագրում են տվյալ արտակարգ իրավիճակում անձի հարմարման դրական կամ բացասական ուղղվածությունը, անձի «Ես»-ի ճգնաժամային կացությունը և ընդհանուր առմամբ հնարավորություն են տալիս տեսնելու նոր պայմաններում «Ես»-ի կոմպենսատորային բնութագիրը:

Եզրույթի ընկալման բարդությունները

«Սոցիալական անումիա» և «հոգեբանական պաշտպանություն» եզրույթներն այսօր բավականին ընդլայնված են հասկացվում՝ ի տարբերություն ավանդաբար ձևավորված հոգեվերլուծական կողմնորոշման գաղափարների: Միևնույն ժամանակ տեսակետների և կարծիքների համալիր քննությունը հանգեցնում է այն եզրակացության, որ այսօր հոգեբանական ուղղությունների հայեցակարգերում արտահայտված մեկնությունները հիմնվում են տեսական և մեթոդական տարբեր սկզբունքների վրա, ինչի արդյունքում նկատվում է ներկայաց-

վող խնդրի շուրջ հետազոտողների ընդգծված տարակարծությունը: Մոտեցումների անորոշությունը հաճախ արտահայտվում է նաև նույն տեսական համակարգի ներսում և արտահայտվում կամ տերմինաբանական տարբեր մեկնությունների, կամ էլ ուսումնասիրման մեթոդների խիստ բազմազանության մեջ: Ակներև է, որ խնդրո առարկա հանդիսացող երևույթի բազմիմաստության հիմնական պատճառը «հոգեբանական պաշտպանության» հասկացությամբ բարդությունն է, դրա կառուցվածքային կապվածությունը անձի պաշտպանական վարքագծի հետ, ինչն էլ նպաստում է բազմանշանակ և բազմաբնույթ կարծիքների միաժամանակյա շրջանառմանը:

Միևնույն ժամանակ հստակեցված չեն այդ բարդ ֆենոմենի զարգացման օրինաչափություններն ու մեխանիզմները, ձևավորված չէ հոգեբանական պաշտպանության ուսումնասիրության համալիր գործիքակազմը, ինչի արդյունքում մշակված չէ պաշտպանության մեխանիզմների դասակարգումը՝ ըստ տեսամեթոդական հիմնադրությունների, իսկ գոյություն ունեցող տեսական մեկնությունները կիրառելի են հիմնականում որոշակի սոցիալ-հոգեբանական վիճակներում:

Նկատելի են նաև հոգեբանական պաշտպանության մեթոդական ուսումնասիրության պակասը, պաշտպանության մեխանիզմների ախտորոշմանն ուղղված մեթոդների անբավարար զարգացումը և անձի պաշտպանության կառուցվածքի օպտիմալացման և բարելավման համար կիրառվող համալիր ընթացակարգերի գրեթե լիակատար բացակայությունը: Դրան հակառակ՝ ներկայումս նկատվում է սոցիալական տարբեր բնագավառներում անձի լարվածության և տագնապայնության մակարդակի բարձրացման ընդհանուր միտվածություն, ինչն իր հերթին խթանում է հետաքրքրությունը հոգեբանական պաշտպանության ձևերի ամրապնդման նկատմամբ: Արդիական են դառնում մասնագիտական վարքի ձևավորման, արտակարգ իրավիճակներին, ինչպես նաև հոգեբանական, սոցիալական, տնտեսական, քաղաքական և այլ իրողություններին անձի դիմադրողական և արդյունավետ գործունեության կազմակերպման մեխանիզմներն ու մեթոդները:

Վերոնշյալ ուսումնասիրությունների արդյունքում ստացված տեսական եզրակացությունները և մատնանշված էմպիրիկ նյութը գերազանցապես ներկայացվում են ընդհանրացված, քիչ են հանդիպում սոցիալական անոմիայի արդյունքում ձևավորված հոգեբանական պաշտպանության մեխանիզմների վերաբերյալ գրանցումներն ու տեսամեթոդական մեկնությունները: Պատճառներն ակնհայտ են. անոմիայի տարբեր վիճակներում գտնվող սոցիալական փոխհարաբերությունները ներկայանում են հետազոտողին հուզական բարձր լարվա-

ծության, փոխվստահության կորստի և անտրոպոգեն արտակարգ իրավիճակների պայմաններում, ինչը բավական դժվարացնում է հոգեբանական հետազոտության ընթացքը: Այդ խնդիրներն առավել ակնհայտ են երևում այն անձանց մոտ, որոնք գտնվում են անմիջական վտանգի և վախի մթնոլորտում: Ժամանակակից կոնֆլիկտաբանության և հոգեբանության մեջ առանձնացվում են կոնֆլիկտագեն արտակարգ իրավիճակներն արտահայտող գործողությունների առաջնային և երկրորդային նպատակներ: Առաջնային նպատակը մարդկային, տարածքային կորուստներ, բարոյական և նյութական վնաս պատճառելն է, իսկ երկրորդայինն այդ կորուստների հետևանքներն են, օրինակ, ցավի և կորստի զգացումը, զայրույթը, վախի մթնոլորտը, սեփական ուժերի թերագնահատումը: Նման իրավիճակները սոցիալական անոմիայի պայմաններում գտնվող անձանց մեջ հաճախ հանգեցնում են որոշակի հուզական դաշտի ձևավորմանը, ինչը բնութագրվում է հոռետեսությամբ, ներկայի և ապագայի նկատմամբ անվստահությամբ, սպառնալիքների սպասման հոգեվիճակով, հուզական գրգռվածությամբ և այլն: Ինչպես իրավացիորեն նշում է Չ. Դ. Սպիլբերգերը, սպառնալիք ներկայացնող իրավիճակներն անձի կողմից ընկալվում են որպես սթրեսային, որոնց նկատմամբ ձևավորվում է համապատասխան պաշտպանության մեխանիզմների համալիր՝ միտված այդ սուբյեկտիվ ընկալվող սպառնալիքի կամ վտանգի չեզոքացմանը:

Ներկայումս նշված հարցադրումների կարևորության գիտակցումը առավել նկատելի է պրակտիկ-գործնական ուսումնասիրություններում: Հաճախ «հոգեբանական պաշտպանություն» եզրույթն աղավաղվում է, ներկայացվում զուտ հոգեբանական թրեյնինգների ենթատեքստում կամ մեկնաբանվում որպես հոգեբանական օգնության ցուցաբերման հնարավոր արդյունք: Նման միակողմանի կարծիքների տարածման հայտնի հարթակ է դարձել համացանցը, որը հազեցած է «հոգեբանական պաշտպանության մեթոդների» առաջարկներով, խարդախությունների դեմ հոգեբանական պաշտպանության, տեղեկատվության ծանրաբեռնվածության կամ տեղեկատվական մանիպուլյացիաներից խուսափելու վերաբերյալ խորհուրդներով: Նման հարցադրումները դառնում են պահանջված հատկապես այն շրջաններում, որտեղ անձը գտնվում է սոցիալ-հոգեբանական լարված իրավիճակում, ապրում է կյանքին սպառնացող պայմաններում և ստիպված կրում է այդ սպառնալիքներից բխող հետևանքները: Այս իրողությունն արտահայտում է քննվող թեմայի գիտական վերլուծության և մեկնաբանման անհրաժեշտությունը:

ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ ՊԱՇՏՊԱՆՈՒԹՅՈՒՆԸ ԵՎ ԵՍ-Ի ԱՂԱՊՏԻՎ ՄԵԽԱՆԻԶՄՆԵՐԸ

Հոգեբանական պաշտպանություն և ֆրուստրացիա

Անձի վրա դժվար իրավիճակների ներգործության խնդրի վերլուծությունը գլխավորապես իրականացվում է ֆրուստրացիայի հետևանքների ուսումնասիրության հայեցակետից:

Ընդհանուր առմամբ, ֆրուստրատիվ իրավիճակների վրա անձի հակազդումները կարելի է տարբերակել՝ ըստ դրականի և բացասականի: Դրական հակազդումներն ուղեկցվում են դժվար իրավիճակների հաղթահարման կառուցողական մոտեցմամբ: Նպաստավոր արդյունքն ապահովվում է խնդրի հանգուցալուծմանն ուղղված մեծ ճիգերի գործադրման շնորհիվ: Ըստ այդմ՝ մի շարք գիտական հայտնագործությունների, տեխնիկական և մշակութային նվաճումների համար խթան էին հանդիսանում մարդկանց կյանքում երևան եկած ֆրուստրատիվ երևույթները: Ֆրուստրացիայի բացասական հակազդումների շարքին են դասվում ագրեսիան, ռեգրեսիան, ռեպրեսիան, Ժխտողականությունը և մերժողականությունը: Վերջինիս վառ արտահայտման դեպքում երևան է գալիս իրավիճակի նկատմամբ անտարբերությունը, անհատի մոտ զարգանում է սեփական անձին վերաբերող պրոբլեմների և դժվարությունների հաղթահարմանը չմասնակցելու միտումը:⁹⁰

Ռեպրեսիվ հակազդումների պարագայում մարդը փորձում է արգելափակել և գիտակցության ոլորտից հեռացնել սթրեսորների և ֆրուստրատորների թողած տհաճ տպավորությունները: Այստեղ գործում է «Պրոբլեմը անհետանում է, եթե նրա մասին չես մտածում» որոշակի տարածում գտած սկզբունքը: Այդ սկզբունքին համապատասխան գրանցվել են նաև զրույցի այնպիսի մանրամասներ, երբ որոշ անձինք կարծիք են հայտնել, որ իրենք ապրում են «բոլորի նման», տվյալ իրավիճակում հայտնվելը «ոչնչով չի տարբերվում» այլ անձանց մոտ առկա իրավիճակից և այլն:

Հոգեբանական և սոցիալ-հոգեբանական ֆրուստրատիվ գործոնների տևական և լարված ներազդումը կարող է հանգեցնել հոգեբանական սթրեսի զարգացմանը:

Սթրեսը օրգանիզմի և նրա հոգեկանի լարվածությունն է, որն առաջանում է ներքին և արտաքին գործոնների՝ սթրեսորների ազդեցության տակ: «Սթրես» (ճնշում, լարվածություն) բառը շրջանառության մեջ է մտել 19-րդ դարում: Այս եզրը առաջին անգամ գործածել է Ու. Քենոնը, իսկ նրա սկզբունքները մշակել և

⁹⁰ Сукиасян С. Г., Агрессия: Социальный или биологический феномен, Ереван, 2002.

զարգացրել է կանադացի բնագետ Հանս Սեյլեն: Ըստ Սեյլենի՝ հաճելի ապրումների հետ կապված սթրեսը էվսթրես է, տհաճ ապրումների հետ կապվածը՝ դիսթրես: Սրանց տարբերությունն այն է, որ առաջինի դեպքում մարդը, սուբյեկտիվորեն գնահատելով իրավիճակը և համեմատելով այն իր ուժերի հետ, համարում է, որ այն հաղթահարելի է, իսկ երկրորդ դեպքում՝ իրավիճակը դուրս է գալիս վերահսկողությունից և դիտարկվում ինչպես անհաղթահարելի: Դա պայմանավորված է ոչ միայն ներգործող սթրեսոգեն գործոնի ուժգնությունից, այլ նաև մարդու պաշտպանական և դիմադրողական մեխանիզմների աշխատանքից, որոնց նպատակը սթրեսորներից և ֆրուստրատորներից նրա Ես-ի պաշտպանումն է⁹¹:

Մարդն իր կյանքի ընթացքում հաճախ է հայտնվում տարբեր բնույթի դժվար իրավիճակներում, սակայն դրանցից ոչ բոլորն են թողնում քայքայիչ ազդեցություն նրա հոգեկանի վրա: Անձի Ես-ը նրա գոյության և ամբողջականության հիմքն է: Հենց որ Ես-ին որևէ վտանգ է սպառնում, անմիջապես գործի են դրվում նրա պաշտպանության մեխանիզմները: Դրանք կոչված են ազատելու մարդուն տագնապից, կոնֆլիկտներից, ինքնագնահատականի իջեցումից և թերաբժեքության զգացումից: Պաշտպանության մեխանիզմները պարունակում են ինքնախաբեության և իրականության պատկերի աղճատման մեծ բաժին: Մյուս հետաքրքրական խնդիրն այն է, որ պաշտպանության մեխանիզմները գործում են առավելապես ենթագիտակցական մակարդակում: Այսպիսով՝ ֆրուստրացիաներին և սթրեսներին տրվող պաշտպանական պատասխաններն էապես տարբերվում են ինչպես բնածին, այնպես էլ դեպի իրական խնդիրները կողմնորոշված մեխանիզմներից և գործողություններից: Պաշտպանության մեխանիզմների ֆունկցիան է՝ մեղմացնել անհաջողության թողած տպավորությունը և նրա պատճառած տառապալից ապրումները, պահպանել անձի արժեքավորության զգացումը:

Մարդու կյանքում առանձնահատուկ տեղ ունեն հոգեկան վիճակները, քանզի անմիջականորեն կարգավորում են մարդու վարքն ու գործունեությունը: Հոգեկան վիճակները կարելի է դիտարկել որպես հոգեբանական կայունության արդյունք և, միաժամանակ, որպես այն պայմանավորող գործոն:

«Վիճակ» հասկացությունը ընդհանուր մեթոդաբանական կատեգորիա է, իսկ «հոգեկան վիճակ» հասկացությունը՝ որպես յուրահատուկ հոգեբանական կատեգորիա, ներմուծել է Ն.Դ. Լևիտովը (1964թ. հրատարակվել է Լևիտովի մենագրությունն անձի հոգեկան վիճակների մասին): Նա նշել է, որ հոգեկան վիճակ ասելով՝ անհրաժեշտ է հասկանալ հոգեկան գործունեության տվյալ ժամա-

⁹¹ Стейн` Короленко Ц. П., Психофизиология человека в экстремальных условиях, Л., 1978.

նակահատվածում համեմատաբար կայուն աստիճանը, որը դրսևորվում է անձնավորության բարձր կամ նվազ ակտիվության մեջ: Լևիտովն առաջինն էր, որ կատարեց հոգեկան վիճակները դասակարգելու փորձ՝ միաժամանակ հակված լինելով այն տեսակետին, որ այդ դասակարգումը պայմանական է: Կարելի է փաստել, որ հոգեկան վիճակը անձի հոգեկանի կարևոր բաղադրիչն է⁹²:

Մարդիկ հիմնականում ունակ են գիտակցելու և հասկանալու սեփական հոգեկան վիճակները, բայց ոչ միշտ են կարող հասկանալ դրանց առաջացման պատճառները, թեև, ինչպես հայտնի է, առանց պատճառի ոչինչ չի լինում: Պրակտիկ գործունեության մեջ անձի այս կամ այն հոգեկան վիճակի պատճառներ կարող են լինել առողջության վիճակը, հաճելի կամ տհաճ սպասումները, լավ կամ վատ տպավորությունները, ուրախ կամ տխուր հիշողությունները, շրջապատողների տրամադրությունը, աշխատանքի բնույթը և այլն: Վերոհիշյալ պատճառները կարելի է դասակարգել երեք հիմնականի՝ ինչ վիճակում է գտնվում անձի օրգանիզմը, անձի կարիքների բավարարումը, և ինչպես է նա վերապրում միջավայրի ազդեցությունը:

Տարբեր հեղինակների կողմից կատարված ուսումնասիրությունների արդյունքները թույլ են տալիս հակվել այն տեսակետին, որ հոգեկան վիճակները, ինչպես և հոգեկան կյանքի մյուս երևույթները, ինքնաբեր չեն, այլ դետերմինացված են նախ և առաջ արտաքին ազդեցությամբ: Եթե անձը գտնվում է տրավմատիկ իրավիճակներում, նրա հոգեկանում կարող են տեղի ունենալ որոշակի փոփոխություններ: Անձի հոգեկան վիճակները կարելի է բաժանել 3 մեծ խմբի՝

1. տիպիկ դրական (ստենիկ) վիճակներ.
2. տիպիկ բացասական (աստենիկ) վիճակներ.
3. մասնավոր վիճակներ:

Տիպիկ դրական վիճակներից կարելի է առանձնացնել մարդու առօրյա կյանքին և գործունեության որոշակի տիպին վերաբերող վիճակները: Առօրյա կյանքին վերաբերող տիպիկ դրական վիճակներից են ուրախությունը, երջանկությունը, սերը, որոնք արտահայտված են բավականին վառ նկարագրով: Ուսումնական կամ պրոֆեսիոնալ գործունեության մեջ առանձնացնում են հետաքրքրասիրությունը, ստեղծագործական ներշնչանքը, վճռականությունը և այլն: Հետաքրքրասիրության վիճակը ստեղծում է շարժառիթ՝ գործունեությունը հաջող իրականացնելու համար: Ստեղծագործական ոգեշնչման վիճակն իրե-

⁹² Левитов Н. Д., О психических состояниях человека, Москва, 1964.

նից ներկայացնում է իմացական և հուզական բաղադրիչների բարդ միացություն: Այն պայմանավորում է գործունեության առարկայի նկատմամբ ուշադրության կենտրոնացումը, սուբյեկտիվ ակտիվությունը, ընկալումը, մտածողությունը: Վճռականությունը հասկացվում է որպես որոշման ընդունման և դրա իրագործման պատրաստակամություն: Տիպիկ բացասական հոգեկան վիճակներին համապատասխանում են սթրեսը, լարվածությունը, ֆրուստրացիան: Սթրեսն առավել շատ դիտարկվում է հոգեկանի հուզական դաշտում: Եթե շեշտը դրվում է հուզական սթրեսի վրա, ապա այս դեպքում սթրեսը հասկացվում է որպես հակադեցություն բացասական երևույթներին: Ֆրուստրացիան բացասական հուզական վիճակների ապրումն է, երբ պահանջմունքները բավարարելիս սուբյեկտը հանդիպում է անհաղթահարելի կամ այդպիսին թվացող արգելքների: Ֆրուստրացիայի տիպիկ ռեակցիաներից են ագրեսիան, ամրակայումը, ընկճախտը և այլն: Լարված վիճակները ևս բացասական վիճակներ են, որոնք ծագում են անձի համար դժվարին իրավիճակներում: Մասնավոր հոգեկան վիճակներից են քնի–արթնության, գիտակցության փոփոխվող վիճակները և այլն:

Տիպիկ բացասական հոգեկան վիճակների առաջացմանը նպաստում են այնպիսի գործոններ, որոնք ձևավորվում են բռնությունների, տարերային աղետների, մարտական գործողությունների և նմանատիպ այլ սթրեսածին գործոնների հետևանքով:

Մարդու համար բավականին դժվար է հարմարվել վտանգներին ու դժվարություններին, ինչպես նաև՝ ընդունել դրանց հետևանքով ձևավորված կյանքի նոր առաջնահերթությունները, քանի որ արտակարգ պայմաններում գոյատևելը և հարմարումը նոր պայմաններին պահանջում են վարքի և գիտակցության նախկին կարծրատիպերի պառակտում:

Հոգեկան վիճակները կարող են լինել՝

- երկարատև (տարի, ամիս) և կարճատև (ժամեր, րոպեներ, վայրկյաններ).
- անձնային և իրավիճակային.
- ավելի խորքային և ավելի մակերեսային՝ կախված մարդու ապրումների ուժի ազդեցությունից և մարդու վարքից.
- դրական և բացասական՝ համաձայն մարդու գործունեությանը.
- շատ կամ քիչ գիտակցված վիճակներ:

Օրինակ՝ ցրվածությունն ավելի շատ ոչ գիտակցական հոգեկան վիճակ է, իսկ որոշման ընդունումը՝ գիտակցական⁹³:

Յուրաքանչյուր մարդ իր կյանքի ընթացքում ոչ միայն որոշակի պատկերացումներ ու ենթադրություններ է ձեռք բերում, այլև միավորելով այդ պատկերացումներն ու վարկածները՝ իր կամքից անկախ ստեղծում է «անձի անբացահայտ (իմպլիցիտ) տեսություն»: Այն գործում է ինչպես ներքին «գտիչ», որը սահմանում է անձի կողմից ընկալված ցանկացած իրավիճակի բնույթը: «Զտիչի» միջով անցնելով՝ ցանկացած իրավիճակ իմաստավորվում է և ստանում այնպիսի նշանակություն, որը համապատասխանում է իր իսկ մասին պատկերացումներին: Մոցիալական միջավայրում անձի այս կամ այն հոգեկան վիճակը պայմանավորող չափազանց կարևոր գործոն է ինքնագնահատականը, որը ենթադրում է գոհունակություն, ինքնաարժևորում և դրական վերաբերմունք սեփական անձի նկատմամբ⁹⁴:

Հոգեբանական պաշտպանություն և ադապտացիա

Անձի հոգեբանական պաշտպանությունը՝ որպես վարքագծի ընդհանուր կարգավորող համակարգ, ներկայանում է հասարակությունում անձի ադապտացիայի ձևավորման և ամրակայման միջոցով: Նշենք, որ ադապտացիայի ներկայիս բնույթն արդեն իսկ ենթադրում է ժամանակակից հասարակության բարդ սոցիալ-հոգեբանական պատկերի ներառում ու հարմարվողական կարողությունների առավելագույն գործարկում: Այս առումով վարքի պաշտպանության մեխանիզմների ուսումնասիրությունը և կոնֆլիկտային իրավիճակների լուծման ռազմավարության մշակումը դիտարկվում են որպես անձի ադապտացիայի կարևորագույն հիմնախնդիրներից մեկը: Ադապտացիայի հասկացության և տեսամեթոդական ներկայացման առանձնահատկություններից անհրաժեշտ է նշել հարակից տարբեր գիտությունների կողմից շրջանառվող հասկացությային շրջանակների և մեթոդական մոտեցումների բազմազանությունը⁹⁵:

⁹³ Ключко В.Е. Самоорганизация в психологических системах: проблемы становления ментального пространства личности (введение в трансперспективный анализ). Томск: Томский государственный университет, 2005.

⁹⁴ <https://old.asparez.am/aboutus/projects/jca-arm-az-uk-fco-2010-2011/10.armen-melgonyan-conflict-regulation-management.pdf>, Մելքոնյան Ա., Կոնֆլիկտ, Կոնֆլիկտների կարգավորում: «Նվազ կարծրատիպեր, առավել վստահություն խաղաղ լուծումների համար» ծրագիր.

⁹⁵ Демина Л. Д., Некоторые аспекты психолого-педагогической адаптации студентов к вузовскому обучению // Педагогические условия совершенствования адаптационных процессов в вузе: Межвузовский тематический сборник, Барнаул, 1988, 44-51; Реан А. А., Психология адаптации личности. Анализ. Теория. Практика / А. А. Реан, А. Р. Кудашев, А. А. Баранов, СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2006; Штёльтинг Э., "Социальное значение границ" // Кочующие границы: Сборник статей по материалам международного семинара. Под ред. О.

Աղապտացիայի զարգացման ֆիզիոլոգիական հիմնավորումը ներկայացրել է Ի. Պավլովը, որ, ինչպես նշում է Ֆ. Բասսինը, առանձնացրել է աղապտացիայի այնպիսի արտահայտություններ, որոնք ներկայացված են «ծանր զգացումների» միջոց, այնպիսի զգացումների, որոնք առաջանում են կրիտիկական պայմաններում և պահանջում են նոր պայմաններին մարդու հարմարվողականության մեխանիզմների ձևավորում ու ամրապնդում [53, 3–13]: Ներկայումս հոգեբանական գիտակարգում տարբեր հեղինակների կողմից բարձրացվում է անձի աղապտացիոն մեխանիզմների բազմակողմանի ուսումնասիրության մասին հարցադրումը, ավելի արդիական են դառնում այն տեսակետները, որոնք արձարծում են անձի զարգացման ֆիզիոլոգիական, հոգեբանական, մշակութային և սոցիալական գոյատևման ու զարգացման համալիր արտահայտությունները:

Հետաքրքրություն են ներկայացնում Լ. Վիգոտսկու, Ա. Լեոնտևի, Ֆ. Վասիլյուկի, Բ. Լոմովի, Մ. Մկրտումյանի և այլոց տեսակետները, որոնք մատնանշում են աղապտացիոն մեխանիզմների հանրային բնույթը և միջավայրին աղապտացվող անձի փոխկապվածությունը⁹⁶: Դատելով այս կարծիքներից՝ կարելի է եզրակացնել ոչ միայն աղապտացիոն գործընթացների փոխկապվածության, այլև այդ գործընթացների պաշտպանիչ բնույթի մասին: Նման եզրակացությունը՝ որպես հետազոտության տեսամեթոդական հիմք, մատնանշում է անձի ակտիվության և հասարակության հետ փոխգործողության խնդիրները, որոնք թույլ են տալիս բացահայտելու անձի սոցիալականացման օրինաչափություններն ու զարգացումները, ուստի հոգեբանական պաշտպանության մեխանիզմների ուսումնասիրությունն անվերապահորեն առնչվում է հասարակությունում անձի ինքնառեակիզացիայի և սոցիալականացման գործընթացներին, որոնք խթանում կամ, ընդհակառակը, խաթարում են անձի ակտիվությունը՝ վերածվելով ինքնադրսևորման յուրահատուկ միջոցի: Ներկայացնենք հոգեբանական ուսումնասիրությունների տեսամեթոդական դիրքորոշումների հակիրճ վերլուծությունը, որոնք առնչվում են հոգեբանական պաշտպանության մեխանիզմների վերը նշված հարցադրումներին: Բազմաթիվ հեղինակների կողմից (Ջ. Ֆրեյդ, Ա. Ադլեր, Ա. Ֆրեյդ, Կ. Հորնի, Է. Էրիկսոն, Է. Ֆրոմմ, Կ. Ռոջերս և ուրիշներ) բարձրացվում է այն հարցը, ինչպիսին է հոգեբանական պաշտպանության անհրաժեշ-

Бредниковой и В. Воронкова, Центр независимых социологических исследований, Труды. Вып.7. Санкт-Петербург, 1999.

⁹⁶ Մկրտումյան Մ. Պ., Արտակարգ իրավիճակների հոգեբանության կանխարգելման և վերականգնողական հիմնախնդիրները: Ուս. ձեռնարկ.-Եր.: Զանգակ-97,2008; Մկրտումյան Մ. Պ., Արտակարգ իրավիճակների հոգեբանություն, Երևան, 2013; Васильюк Ф. Е., Психология переживания: анализ преодоления критических ситуаций. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984; Выготский Л. С., Психология развития как феномен культуры / Под ред. М.Г. Ярошевского. М.: Изд-во «Институт практической психологии», Воронеж: НПО «Мэдок», 1996; Ломов Б. Ф., Методологические и теоретические проблемы психологии, М., 1984.

տությունը: Այսպես, Ֆ. Բասսինը ներկայացնում է իր կոնցեպտուալ տեսակետը, համաձայն որի՝ հոգեբանական պաշտպանությունը դիտարկում է որպես անձի՝ հոգեկան տրավմային արձագանքելու ընդունակություն: Մի շարք հեղինակների կողմից ընդգծվում է հոգեբանական պաշտպանության՝ որպես անձի ադապտիվ փոխազդեցության համակարգի ուղղվածությունը՝ ըստ վտանգավոր և դեզադապտիվ արտաքին ազդակների նշանակալիության նվազեցման և թուլացման սկզբունքների: Ընդ որում, տարանջատվում են Ես-կոնցեպտի կոգնիտիվ, էմոցիոնալ և վարքային բաղադրիչների վրա ազդող բացասական արտաքին ազդակները, որոնց համադրումից էլ ձևավորվում են համապատասխան հոգեբանական պաշտպանության մեխանիզմները⁹⁷: Բ. Կարվասարսկին հոգեբանական պաշտպանության մեխանիզմները հանգեցնում է անձի ադապտիվ փոխազդեցություններին՝ նշելով, որ դրանք միտված են անձի բացասական փոխազդեցությունների բոլոր բաղադրիչների՝ կոգնիտիվ, էմոցիոնալ և վարքային, դեզադապտիվ ազդեցության նվազմանն ու թուլացմանը⁹⁸:

Թ.Շիբուտանին պաշտպանության մեխանիզմները ներկայացնում էր ընկալման գործընթացների հետ միասին: Համաձայն հեղինակի կարծիքի՝ փոխհատուցման հարմարվողականության անգիտակից ձևերի օգտագործումը արձագանք է նշանակալից պահանջմունքների արգելափակման կամ խափանման փաստին և բացասական հուզական ռեակցիաներից պաշտպանվածության արտահայտություն է, թուլացնում է սպառնացող վտանգավոր իրավիճակների ազդեցությունը և կանխարգելում վարքագծի ապակառուցողական միտումների ամրապնդումը:

Թ.Շիբուտանիի կարծիքով՝ «Ես»-ը պաշտպանելու եղանակներն անձի անցյալի փորձի արդյունք են և ծառայում են «Ես»-ի հոգեբանական կայունությանը, իսկ փոխհատուցման պաշտպանության մեխանիզմների առանձին դրսևորումները ձևավորվում են անձի համար արդյունավետ և տվյալ իրավիճակներին համապատասխան անհատական զարգացման գործընթացում⁹⁹:

Հոգեբանության հումանիստական ուղղության ներկայացուցիչ Ա. Մալրոն ևս անդրադարձել է հոգեբանական պաշտպանության հասկացության մեկնությանը: Նա գտնում էր, որ հոգեբանական պաշտպանության ձևերն ու մեխանիզմները խանգարում են անձի ինքնաներկայացման ու ինքնառեակիզացիայի գործընթացներին, քանի որ անձը կարող է բացահայտել իր ընդունակություն-

⁹⁷ Бассин Ф. В., «Значение» переживания и проблема собственно-психологической закономерности // Вопросы психологии, № 3, 1972, 105-124; Бассин Ф. В., О силе «Я» и психологической защите // Самосознание и защитные механизмы личности: хрестоматия. Самара: БАХРАХ-М, 2000, 3-13.

⁹⁸ Карвасарский Б. Д., Психотерапия, СПб., 2007.

⁹⁹ Шибутани Т., Социальная психология, М., 2002.

ները միայն պաշտպանության մեխանիզմների գիտակցման և բացահայտման պայմանով:

Է. Բերնը անդրադարձել է պաշտպանության մեխանիզմների վերլուծությանը՝ անձի համար կարևորություն ներկայացնող ժամանակի կառուցման տեսանկյունից: Այս առումով հեղինակն առանձնացրել է ժամանակի կառուցման այնպիսի պաշտպանության մեխանիզմներ, ինչպիսիք են՝ փոխազդեցությունների մերժումը, ավանդույթների և սովորույթների միջոցով ծրագրավորված կանխատեսելի գործողությունները, արտաքին իրականությանն ուղղված աշխատանքը, ազատ ընտրական փոխազդեցությամբ պայմանավորված ժամանցը, խաղերը՝ որպես նպատակաուղղված փոխհարաբերությունների ոլորտ, որոնք հանգեցնում են հոգեբանորեն շահեկան լուծումների¹⁰⁰:

Այժմ անձի ադապտիվ մեխանիզմների գործարկման և կայունության խնդիրը գտնվում է հոգեբանական տարբեր դպրոցներ և ուղղություններ ներկայացնող գիտնականների ուշադրության կենտրոնում, որոնք այն սահմանում են որպես հոգեբանական պաշտպանության մեխանիզմների խումբ՝ ուղղված ներքին և արտաքին կոնֆլիկտներով պայմանավորված տագնապները մեղմելուն ու վերացնելուն: Հոգեբանական կայունությունը հանդիսանում է «անձ-հոգեբանական կայունություն- պաշտպանական վարք» ադապտիվ եռյակի մասերից մեկը, և այն պետք է դիտարկել որպես բազմաբովանդակ երևույթ:

Ինչպես հայտնում է Ա. Վ. Միխեևան, բնութագրելով «կայունությունը» որպես հոգեբանական երևույթ (ֆենոմեն)՝ գիտնականները կիրառում են տարբեր եզրույթներ՝ «անձի կայունություն» (Բ.Ս. Բասարով, Ա.Ն. Լեոնտև, Կ.Կ. Պլատոնով), «կայունություն սթրեսի նկատմամբ» (Բ.Վ. Կուլագին), «հուզական կայունություն» (Լ.Ս. Աբդլին, Ե.Ա. Միլերյան), «հոգեկան կայունություն» (Մ.Ա. Մատովա, Մ.Ֆ.Սեկաչ), «հոգեբանական կայունություն» (Ի.Ն. Գրիզովա, Վ.Կ. Կալին):

Մի շարք գիտնականներ (Ն.Դ. Լևիտով, Յա. Ռեյկովսկի, Կ.Կ. Պլատոնով, Ա.Գ. Մակլակով) «սթրեսակայունություն» հասկացությունը նույնացնում են հուզական և հոգեկան կայունության հետ, ուրիշները (Ս. Քարվեր, Ա. Անտոնովսկի, Ս. Կոբասա, Ս.Մադդի)՝ դիմադրողականության և կենսունակության հետ:

Ն. Ի. Բերեժնայան իր հերթին հակված է այն տեսակետին, որ հուզական կայունությունը որոշվում է ծայրահեղ պայմաններում բացասական ազդեցությունների հաղթահարման գործընթացում կուտակված անձնական փորձով, կամքի ուժով, մտավոր կարողություններով և ազդող դրդապատճառի ուժգնությամբ: Կախված նրանից, թե ինչ դրդապատճառներով է պայմանավորված ակտիվությո-

¹⁰⁰ Сту` Долгорукова В. И., Кондратьева О. А., Психологическая защита, Москва, 2014.

յունը, միննույն մարդու մոտ կարելի է նկատել հուզական կայունության տարբեր աստիճաններ¹⁰¹:

Գրականության վերլուծությունը թույլ է տալիս փաստել, որ ներկայումս կուտակվել են հոգեբանական կայունության ուսումնասիրությանը նվիրված մեծ քանակով նյութեր, բայց հեղինակները միաժամանակ նշում են այդ նյութերում առկա հակասությունները և բարդությունները:

Դժվար իրավիճակներում գտնվող մարդկանց հոգեֆիզիոլոգիական վիճակի մոդելավորման խնդրին իրենց աշխատանքներում անդրադարձել են նաև Ռոբերտ Յերկսը և Ջոն Դոդսոնը: Նրանք ապացուցել են, որ աշխատանքի արդյունավետության կախվածությունը հուզական գրգռվածությունից որոշակի սահման ունի, որից հետո շարժառիթավորման բարձր աստիճանը հանգեցնում է անցանկալի հուզական հակազդումների (լարվածություն, անհանգստություն, սթրես), արդյունքում գրանցվում է գործունեության վատթարացում:

Նույն տեսակետին է հակված նաև Ե.Պ. Իլյինը: Նա նշել է, որ միջին հուզական լարվածության պայմաններում գործունեության արդյունավետությունը բոլոր մարդկանց մոտ բարձրանում է՝ անկախ այն հանգամանքից՝ ինչպիսի անհատական առանձնահատկություններով է օժտված նա, սակայն մեծ լարվածության դեպքում թույլ նյարդային համակարգ ունեցող անձանց մոտ գործունեության արդյունավետությունն իջնում է, իսկ ուժեղ նյարդային համակարգ ունեցողները մեծ կայունություն են ցուցաբերում նշանակալից հուզական լարվածությանը, այն դեպքում, երբ միջին սթրեսների առկայության պայմաններում ցուցաբերում են գործունեության բարձր արդյունավետություն¹⁰²:

Հետևաբար, հոգեբանական կայունությունը դժվար իրավիճակներում, ֆրուստրատիվ ու սթրեսոգենային գործոնների ազդեցության պայմաններում անձի արդյունավետ հոգեկան գործունեության պահպանման որակն է: Այն չի հանդիսանում անձի բնածին հատկություն, այլ ձևավորվում է նրա զարգացման ընթացքում ու կախված է մարդու նյարդային համակարգի առանձնահատկությունից, փորձից, մասնագիտական պատրաստվածությունից և անձի ճանաչողական պրոցեսների զարգացման մակարդակից:

Հոգեբանական կայունության կարևորագույն կողմերը ներկայացնում են հոգեբանական երեք հիմնական առանձնահատկություններ.

¹⁰¹ Бережная Н. И., Стрессоустойчивость оперативных сотрудников таможенных органов // Ежегодник Российского психологического общества: Материалы 3-го Всероссийского съезда психологов, 25—28 июня, в 8 т., СПб., т. 1, 2003.

¹⁰² Ильин Е. П., Эмоции и чувства, СПб., 2001.

- կայունություն, հաստատունակություն՝ ֆրուստրատիվ իրավիճակներում դժվարություններին դիմակայելու, ինքնավստահության ու տրամադրության համեմատաբար բարձր մակարդակի պահպանման որակ,

- հավասարակշռվածություն, միաչափություն՝ հակազդման ուժի համաչափությունը ներգործող ազդակի ուժին ու նշանակությանը,

- դիմադրողականություն՝ կարողություն դիմակայելու այն ամենին, ինչը կարող է սահմանափակել առանձին որոշումների ընդունման, ինչպես նաև արժեքների, նորմերի, աշխարհայացքի և ապրելակերպի ընտրության անձի ազատությունը:

Այս ամենը թույլ է տալիս փաստել, որ հոգեբանական գիտության մեջ բացակայում է տվյալ երևույթի բովանդակության համընդհանուր ըմբռնումը, հետևաբար բացակայում է նաև հասկացության միօրինակ սահմանումը:

Հոգեբանական կայունության ձևավորումն օնտոգենետիկ անցնում է մի քանի փուլ՝

- *սթրեսայունություն*. ձևավորվում է մանկության հասակում հոգեֆիզիոլոգիական, հուզական, ճանաչողական, վարքագծային ասպեկտում:

- *հոգեբանական կայունություն*. ձևավորվում է դեռահասության տարիքում, երբ հոգեֆիզիոլոգիական, հուզական, ճանաչողական, վարքագծային ասպեկտից բացի՝ արմատավորվում է մասնագիտական գործունեության մոդելի կայուն բնավորություն:

- *հոգեբանական անվտանգություն*. ձևավորվում է պատանեկան հասակում. հոգեֆիզիոլոգիական, հուզական, ճանաչողական, վարքագծային ասպեկտից, ինչպես նաև մասնագիտական գործունեության մոդելից բացի՝ ձևավորվում է կայունության՝ շփման և աջակցության եղանակը:

- *հոգեբանական մշակույթ*. ձևավորվում է հասուն տարիքում. հոգեֆիզիոլոգիական, հուզական, ճանաչողական, վարքագծային ասպեկտից, մասնագիտական գործունեության մոդելից, կայունության՝ շփման և աջակցության եղանակից բացի՝ այն իր արտացոլանքն է գտնում կայուն բնավորության ձևավորման մեջ:

Հոգեբանական կայունությունը, ինչպես և յուրաքանչյուր հոգեբանական երևույթ, առաջանում է ոչ թե հանկարծակիորեն, այլ ունի օնտոգենետիկական ծագում: Այն անձի հոգեբանական զարգացման միջոց է և արդյունք:

Գիտական փաստերով ապացուցված է, որ մարդը սթրեսային պայմանների ազդեցության է ենթարկվում ամբողջ կյանքի ընթացքում:

Հ. Սեյլեն համեմատել է սթրեսի փուլերը օնտոգենեզի հիմնական շրջանների հետ՝ հատուկ ուշադրություն դարձնելով սթրեսային պայմանների հաղթահարման գործընթացում տարիքային առանձնահատկություններին¹⁰³:

Անձի հոգեկանի ձևավորման ու զարգացման գործընթացն ընթանում է դժվարությունների հանդիպմանը և հաղթահարմանը զուգընթաց, որտեղ հոգեբանական համակարգի ինքնակազմակերպման առանձնահատկությունները պայմանավորում են այդ հանդիպման արդյունքներն անձի ձևավորման համար:

Կյանքի առաջին իսկ օրվանից երեխան ունենում է մտավախություններ, որոնք պայմանավորված են սթրեսային վիճակներով: Ծնունդը ծանր, բեկումնային պահ է երեխայի կյանքում: Պատահական չէ, որ հոգեբանները խոսում են նորածնության ճգնաժամի մասին: Ծնվելով երեխան ֆիզիկապես բաժանվում է մորից: Նա հայտնվում է միանգամայն այլ պայմաններում՝ մթնոլորտ, որը պահանջում է շնչելու նոր ձև, սնման տիպի փոփոխման անհրաժեշտություն: Զարգացման այս փուլում երեխայի հույզերը իրականացնում են կարիքների ազդարարման և մեծերի վարքի կարգավորման գործընթաց (ծնողը երեխայի ճիշդ և լացը ընկալում է որպես նրա որոշակի պահանջմունքների ազդանշան):

Գ. Բյումը համոզված է, որ երեխայի ճիշդ կյանքի առաջին ամիսներին հանդիսանում է նորածնի հոգեկան զարգացման ցուցանիշ: Եվ եթե կյանքի առաջին ամսում երեխայի ճիշդ կապված է ֆիզիկական անհարմարավետության և գոյատևման հետ, ապա հետագայում դրանք կապված են առարկայական աշխարհից տպավորություններ ստանալու պահանջմունքի հետ¹⁰⁴:

Կրտսեր դպրոցականների կյանքում տեղ գտնող դժվար իրավիճակները արդեն իսկ գիտակցված են, սակայն խորասուզված լինելով դրանց մեջ՝ երեխաները չեն կարողանում դրսից համապատասխանորեն գնահատել կատարվող դեպքերը: Նրանց համար հոգեկան հավասարակշռվածության խանգարման պատճառներ կարող են հանդիսանալ կորուստը, հիվանդությունը, անբավարար գնահատականները դպրոցում, դեպքերը, որոնք վտանգ են ներկայացնում կյանքի համար, լարված հարաբերությունները ծնողների և ընտանիքի այլ անդամների հետ, հաղորդակցումը հասակակիցների հետ և այլն:

Ի տարբերություն կրտսեր դպրոցականների՝ միջին դպրոցականների տազնապները մասնավորապես պայմանավորված են անձնական վիճակներով, որոնք կապված են սեփական «Ես»-ի հետ:

¹⁰³ Տե՛ս՝ Бохан Т. Г., Онтогенетический аспект стресса и стрессоустойчивости с позиции идей самоорганизации // Вестник Томского государственного университета, 200-203.

¹⁰⁴ Блюм Г., Психоаналитические теории личности М., 2000.

Ըստ Ու. Լ. Խասամագոմեդովնայի՝ դեռահասության տարիքի կարևոր կազմավորումներից մեկը «Ես» հայեցակարգի ձևավորումն է: Այս տարիքում նկատվում է գիտակցության արագացված աճ, մեծանում է անձի բարոյահոգեբանական հատկանիշների վերլուծության հետաքրքրությունը, տեղի է ունենում մյուսների նկատմամբ գնահատողական վերաբերմունքի փոփոխություն: Հետևաբար դիտվում է դժվար իրավիճակների ընկալման և իմաստավորման տարիքային դինամիկա¹⁰⁵:

Դեռահասության տարիքում երեխաների համար տաղտկալի է դառնում կախվածությունը մեծերից, և նրանք փորձում են կերպարանափոխել մեծերի մշակած շփման բանաձևը՝ ձգտելով ունենալ հավասար իրավունքներ: Դեռահասները հաճախ են հայտնվում ինքնուրույնության հաստատման և որոշումների կայացման ազատության խնդիրների առջև, քանի որ շատ դեպքերում նրանց փոխարեն որոշումները կայացնում են ծնողները, ինչը մեծ մասամբ պայմանավորված է վերջիններիս ավտորիտար դիրքով:

Ուստի դեռահասները, հայտնվելով բարդ իրավիճակներում, ինքնուրույնության որոշումների կայացման իրավունքը զիջում են մեծերին՝ միաժամանակ նրանց վրա բարդելով նաև սեփական անձի անվտանգության պահպանման պատասխանատվությունը:

Պատանեկության տարիքում դժվար են համարվում հաղորդակցման, բացասական հույզերի և ներհոգեկան ապրումների հետ կապված վիճակները:

Ա. Բ. Ախմեդովը, որն ուսումնասիրել է արտակարգ իրավիճակներում դեռահասների ինքնագիտակցության հոգեբանական առանձնահատկությունները, եկել է այն եզրակացության, որ նրանց «Ես» հայեցակարգը բնութագրվում է շրջապատող աշխարհը իբրև սպառնալիք ընկալելու, իսկ նրանում սեփական դերը որպես պաշտպանվողի, մեռնողի, վրեժ լուծողի ըմբռնելու միտումով: Այս խմբին բնորոշ է ապագայի հոռետեսական ընկալման հակումը¹⁰⁶:

Հոգեբանական կայունության ցածր մակարդակը նրանց մոտ ֆրուստրացիայի առաջացման հիմք է հանդիսանում, որն արտահայտվում է այնպիսի զգացումներում, ինչպիսիք են՝ հիասթափությունը, անհանգստությունը և զայրույթը:

Վերոնշվածից նույնպես կարելի է եզրակացնել, որ դժվար իրավիճակների ազդեցության աստիճանի բարձրացման պարագայում հոգեբանական կայունության մակարդակը նվազում է:

¹⁰⁵ Хасмагмедовна У. Л., Проблемы и переживания подростков, находящихся в экстремальных условиях: Диссертация кандидата психологических наук: Санкт-Петербург, 1997.

¹⁰⁶ Ахмедов А. Б., Особенности Я-концепции подростков, живущих в экстремальных условиях // Вопросы психологии, # 5, 2010, 33-40.

Յա. Ռեյկովսկին իր հերթին համարում է, որ որոշակի անձանց հատուկ է սթրես-կայունության բարձր մակարդակ ցածր հուզական զգայունության պատճառով: Հետևաբար Յա. Ռեյկովսկին «սթրես-կայունություն» հասկացության բնորոշման մեջ ներառում է հուզականության չափանիշները հուզածին գրգռիչների նկատմամբ¹⁰⁷:

Վ. Ֆրանկլը իր «Մարդու կյանքի իմաստը» աշխատանքում ցույց է տվել, որ մարդը կարող է դիմանալ դժվարություններին, եթե դրանք իմաստավորված են:

Հայտնվելով կյանքի համար վտանգավոր պայմաններում՝ հոգեբանական ցածր դիմադրողականությամբ անձինք կառչում են այն համոզմունքին, որ եթե պիտի տառապեն, էլ ինչ իմաստ ունի կյանքը: Դա պայմանավորված է նրանով, որ շատերը կյանքի իմաստը տեսնում են հաճույքի և վայելքների մեջ: Ուստի հայտնվելով անելանելի վիճակում, որը հանգեցնում է տառապանքի և ցավի, նրանք օտարվում են իրական կյանքից: Ըստ Ֆրանկլի՝ ծայրահեղ պայմաններում մարդու բնավորությունն արագորեն փոխվում է: Հետևաբար, դժվարությունների հաղթահարման առաջնակարգ պահանջմունքը նա համարում է ոչ թե մարդու բնավորության առանձնահատկությունը, այլ կենսահաստատ աշխարհայացքը և դաժան իրականության նկատմամբ յուրահատուկ վերաբերմունքի ձևավորումը:

Հոգեբանական տրավմա վերապրած մարդկանց վարքագիծը ուսումնասիրելիս մենք առանձնացրել ենք օրգանիզմի՝ սթրեսային իրավիճակների հաղթահարմանն ուղղված երկու հիմնական հակազդում՝ պայքար և փախուստ: Այս հակազդումների ամրակայման դեպքում մարդիկ կա'մ փորձում են հաղթահարել իրենց կյանքի համար վտանգ սպառնացող իրավիճակը, կա'մ փախչել դրանից: Վերջինս ուղեկցվում է ծայրաստիճան զգուշավորությամբ, իռացիոնալ անհանգստությամբ, տագնապայնության աճով, կասկածամտությամբ և վախերով: Հայտնի է, որ վերջինս օրգանիզմի՝ վտանգավոր իրավիճակներին տրվող պատասխան հուզական հակազդումն է: Բազմաթիվ գիտնականների կողմից կատարված հետազոտական աշխատանքների արդյունքները վկայում են, որ վախերն ու տագնապները միտված են փոփոխվելու և մի վիճակից մյուսին անցնելու¹⁰⁸: Դեռևս 1920 թ. հակազդումների մեխանիզմը մանրամասն ներկայացրել է ամերիկացի ֆիզիոլոգ Ու. Քենոնը, համաձայն որի, երբեմն էլ մարդն իրեն համեմատում է մյուսների հետ, որոնք գտնվում են առավել բարդ և պակաս նախան-

¹⁰⁷ Рейковский Я., Экспериментальная психология эмоций, М.: Прогресс, 1979.

¹⁰⁸ Jones E. E., Kanouse D. E., Kelley H. H., Nisbett R. E., Valins S. and Weiner B. (eds.), Attribution: Perceiving the causes of behavior. Morristown /N.J., General Learning Press, 1972; Taylor J., A personality scale of manifest anxiety. The Journal of Abnormal and Social Psychology 48 (2): 1953, 285–290.

ձելի պայմաններում: Պաշտպանական այսպիսի հնարները նսեմացնում և քիչ նկատելի են դարձնում սեփական անհաջողությունները այլոց ձախողումների համայնապատկերում: Առաջին հայացքից հուսադրող նմանատիպ մոտեցումը կարող է խթանել հոգեկան պաշտպանության գործընթացը՝ նպաստավոր պայմաններ ստեղծելով բարդ իրավիճակներում հոգեկան ակտիվ գործունեության համար: Ինքնակարգավորմանն ուղղված վերոհիշյալ եղանակը կարելի է դասել անձի պաշտպանության մեխանիզմների շարքին¹⁰⁹:

Ըստ Լ. Ի. Անցիֆերովայի՝ մարդիկ, որոնք խուսափում են դժվար իրավիճակներից, դիմելով ինքնակարգավորման ու հոգեբանական պաշտպանության տարբեր մեխանիզմների, ունեն բավականին ցածր ինքնագնահատական, աչքի են ընկնում հոռետեսությամբ և հակված են աշխարհը որպես վտանգների աղբյուր ընկալելու ինտրոսպեկտիվ դիրքորոշմանը¹¹⁰:

Այս տեսության հիմունքները մանրամասնորեն մշակել է ամերիկացի հայտնի հոգեբան Ջուլիան Բեռնարդ Ռոտտերը՝ սոցիալական ուսուցման տեսության հեղինակը: Իր աշխատանքում Ռոտտերը կատարեց հետևյալ հարցադրումը. «Ի՞նչ դեր ունեն Դուք Ձեր կյանքում՝ ռեժիսո՞րն եք, սցենարի՞ ստղ, թե՞ պարզապես դերակատար», և կախված պատասխանից՝ նա մարդկանց բաժանում էր երկու խմբի՝ էքստերնալներ (վերահսկողության արտաքին շեմով մարդիկ) և ինտերնալներ (վերահսկողության ներքին շեմով մարդիկ): Արտաքին՝ էքստերնալ վերահսկման լոկուսով կամ շեմով մարդիկ կարծում են, թե իրենց հաջողությունները և անհաջողությունները պայմանավորված են արտաքին գործոններով՝ ճակատագրի, հաջողություն, երջանիկ պատահականություն, ազդեցիկ մարդիկ և այլն: Ըստ «էքստերնալների» իրենք ճակատագրի գերիներն են: Ի տարբերություն էքստերնալների՝ ներքին վերահսկման լոկուսով մարդիկ հավատում են, որ իրենց անհաջողությունների և հաջողությունների միակ հեղինակներն հենց իրենք են: Ինտերնալները աչքի են ընկնում բարձր հարմարվողականությամբ, քանի որ ապացուցված է, որ եթե մարդը հավատում է, որ իր կյանքն իր ձեռքերում է, և ինքն է իր ճակատագրի տերը, նա հաջողության է հասնում կյանքում: Արտաքին վերահսկման լոկուսով մարդիկ առավել հաճախ են ունենում հոգեբանական խնդիրներ, նրանց տագնապայնությունը և ընկճախտը ավելի բարձր են, ինքնագնահատականը՝ առավել ցածր, քան ներքին վերահսկման լոկուս ունեցողների մոտ: Այս ամենից պարզ է դառնում, որ էքստերնալներն առավել շատ են ենթարկվում միջավայրի ազդեցությանը, քան ինտերնալները

¹⁰⁹ Зобов Р. А., Келасьев В. Н., Самореализация человека: введение в человекознание, СПб., 2001.

¹¹⁰ Анцыферова Л. И., Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. Т.15. №1. 1994. 3-11.

[տե'ս 40]: Ֆերեսը պարզել է նաև, որ ինտերնալները ոչ միայն դիմադրում են արտաքին ազդեցությանը, այլև իրենք են փորձում վերահսկել ուրիշների վարքը:

Անձի ադապտացիայի ուսումնասիրման մեթոդաբանությունը

Անձի ադապտացիայի ուսումնասիրման մեթոդաբանական մոտեցումները բազմազան են իրենց ուղղվածությամբ և բովանդակությամբ: Ադապտացիայի հիմանխնդիրը բացահայտվում է ամենուրեք՝ անձի կենսագործունեության բոլոր այն ոլորտներում, որտեղ անհրաժեշտություն է առաջանում հարմարվելու արտաքին աշխարհի իրողություններին ու փոփոխվող պայմաններին:

Անձի և սոցիալական միջավայրի փոխներգործությունը, անձի հարմարումը սոցիալական միջավայրի պայմաններին ու պահանջներին, այլ խոսքերով՝ անձի ադապտացիան՝ որպես միջդիսցիպլինար գլոբալ խնդիրներից մեկը, ներառվում է մի քանի հարակից դիսցիպլինների հասկացությային շրջանակներում՝ բժշկա-կենսաբանական, սոցիալ-հոգեբանական, մարդաբանական, հոգեբանա-մանկավարժական և այլն:

«Ադապտացիա» եզրույթը (լատիներեն՝ *ad-դեպի*, *aptus*-հարմար, օգտակար, *adaptatio*-հարմարում) կիրառվում է որպես սոցիալական միջավայրին անձի հարմարման գործընթաց:

Անձի ադապտացիայի նկատմամբ հետաքրքրությունը թույլ է տալիս խոսել ոչ միայն ադապտիվ երևույթների համատարածության և բազմակողմանիության, այլև՝ մեթոդաբանական որոշակի տարաձայնությունների և բազմակարծության մասին՝ «ադապտացիա» հասկացության էության և մեկնաբանման վերաբերյալ: Առաջին ուղղության ջատագովները հիմնվում էին էվոլյուցիոն զարգացման տեսության և ֆիզիոլոգիական ադապտացիայի հիմնադրությունների վրա, որոնք արտահայտել է Ի. Պավլովը¹¹¹: Նա գտնում էր, որ ադապտացիոն գործընթացների ընթացքում առաջացած անձի հոգեբանական կացությունը ունի ֆիզիոլոգիական հիմք: Հետագա գիտական ուսումնասիրությունները մշակեցին անձի սոցիալական ակտիվության տեսամեթոդաբանական հիմնավորումը՝ մատնանշելով անձի կենսաբանական, ֆիզիոլոգիական, հոգեբանական և սոցիալական զարգացման փոխապայմանավորվածությունը: Ադապտացիոն գործընթացները սկսեցին ընկալվել իրենց բազմաբովանդակությամբ, կարևորություն տրվեց անձի սոցիալական փորձին ու գործունեությանը: Ռուսական դպրոցի ներկայացուցիչներ՝ Լ. Վիգոտսկու և Ա. Լեոնտյևի, Կ. Աբուլխանովա-Սլավա-

¹¹¹ Павлов И.П., Полное собрание сочинений, т. 3., кн. 2, М., 1951.

կայի, Բ. Լոմովի, Ա. Պետրովսկու և այլոց աշխատություններում այդ դրույթները թույլ են տալիս բացահայտել ադապտացիայի էությունը որպես փոխգոծող կողմերի միասնություն, որտեղ միաժամանակ կարևոր են դառնում թե՛ սոցիալական միջավայրի և թե՛ անձի սոցիալական ակտիվությունը: Փոխգործողության միջոցների մշակումը հնարավորություն է տալիս հարմարվելու փոփոխվող սոցիալական պայմաններին և, անհրաժեշտության դեպքում, ձևափոխելու դրանք¹¹²: Ն. Սվիրիդովը նշում էր, որ սոցիալական ադապտացիան, ի տարբերություն կենսաբանականի, ներկայանում է անձի հարմարվող և ձևափոխող գործունեության միասնությամբ: Սոցիալական ադապտացիան նորաստեղծ սոցիալական պայմաններում ճկուն կազմակերպված անձի ակտիվությունն է՝ ուղղված կենսագործունեության նոր պայմանների կառուցմանը¹¹³: Յու.Միլոսլավսկու կարծիքով՝ սոցիալական ադապտացիան այնքան պասիվ և հարմարվողական բնույթ է կրում, որքան քիչ են արտահայտված անձի ակտիվ, սուբյեկտային հմտությունների դրսևորումները¹¹⁴: Ադապտացիայի ընթացքում անձը հարմարվում է միջավայրին և ձևափոխում իր արժեքներն ու դերային վարքը: Ադապտացիայի նման ձևակերպումը թույլ է տալիս տարանջատել հոգեբանական և սոցիալ-հոգեբանական ադապտացիայի հասկացությունները: Սոցիալ-հոգեբանական ադապտացիան ներկայանում է որպես հարմարման գործընթացից տարբեր մի երևույթ:

20-րդ դարի երկրորդ կեսից սկսեց ձևավորվել ադապտացիայի հիմնախնդրի այնպիսի մի մոտեցում, որի ներկայացուցիչները էլնում էին անձի և հասարակության միասնության գաղափարի մեթոդաբանական հիմքից, այդ փոխգործողության ակտիվ բնույթից: Անձի ադապտացիայի գործընթացի յուրահատկությունն այն է, որ անհրաժեշտություն է առաջանում հարմարվելու սոցիալական միջավայրի որոշակի տարրերին՝ սոցիալ-հոգեբանական, կենցաղային, մշակութային, մասնագիտական և այլ: Այդ պատճառով էլ ընդունված է խոսել ադապտացիայի տարբեր տեսակների մասին՝ աշխատանքային, միջմշակութային, մասնագիտական և այլն: Բ.Լոմովը և Ա.Ժուրավլովը մատնանշում են աշխատանքային ադապտացիայի կարևորությունը¹¹⁵: Մեր կողմից բերված ադապտացիայի հիմնախնդրի տարբեր մոտեցումները ցույց են տալիս ինչպես հիմնախնդրի գիտատեսական զարգացման միտումները, այնպես էլ ուղենշում են մեթոդա-

¹¹² Петровский А.В. Личность, деятельность, коллектив, М., 1982; Ломов Б.Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии, М., 1984; Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность, М., 1975; Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни, М., 1980.

¹¹³ Свиридов Н.А. Социальная адаптация личности в трудовом коллективе // Социологические исследования, 1980, №3, С. 47–48.

¹¹⁴ Милославский Ю.А., Адаптация социальная / Энциклопедический социологический словарь, М., 1995.

¹¹⁵ Ломов Б.Ф., Журавлев А.Л. Психология управления // Знание, М., 1978, №7.

բանական տարբեր դիրքորոշումները գիտական ուսումնասիրության մեխանիզմների վերաբերյալ: Ներկայացված գիտական մոտեցումները կարող են ամբողջացվել երկու հիմնարար ուղղությունների ներքո՝ հասարակությունում անձի ադապտացիան ընդունող և մերժող դիրքորոշումների միջոցով: Առաջին դիրքորոշման հիմքում ընկած է էկզիստենցիալիզմի կոնցեպտը, որի ներկայացուցիչները ներկայացնում են անձը բացառապես ազատ և ինքնուրույն մի էակի տեսքով: Երկրորդ դիրքորոշման ջատագովները դիտարկում են անձի ադապտացիան սոցիալական միջավայրից անկախ՝ վերածելով այն պաշտպանական մեխանիզմի և ուղղված նոր սոցիալական դերերի յուրացմանը: Տ.Շիրոտանին, օրինակ, ադապտացիան դիտարկում է որպես հարմարման ռեակցիաների մի համակցություն, որի հիմքում ընկած է միջավայրի ակտիվ յուրացման, ձևափոխման և կենսագործունեության համար անհրաժեշտ պայմաններ ստեղծելու գաղափարը¹¹⁶: 20-րդ դարի 80-ական թթ. գիտական հարթակներում հայտնվեցին աշխատություններ, որոնք վերաբերում էին մասնագիտական ադապտացիայի խնդիրներին: Դրան հաջորդեցին բնակչության սոցիալ-տնտեսական ադապտացիայի հիմնախնդիրներին նվիրված ուսումնասիրություններ: Օ.Դեյնեկան առանձնացրել է անձի տնտեսա-հոգեբանական ադապտացիայի տեսակը¹¹⁷:

Ադապտացիայի ուսումնասիրման բիհեիորիստական ուղղությունը շոշափում է տվյալ իրավիճակին համապատասխան օրգանիզմում և միջավայրում կատարվող կենսաբանական փոփոխությունների գործընթացը: Դրանով բիհեիորիստական ուղղությունը չի անդրադառնում հոգեկանում կատարվող փոփոխությունների հետազոտմանը¹¹⁸: Սոցիալական ադապտացիան բիհեիորիստները հասկանում են որպես սոցիալ-հոգեբանական, տնտեսական կամ կազմակերպչական փոփոխությունների մի գործընթաց, որը նկատվում է խմբային վարքում: Այլ խոսքերով, սոցիալական ադապտացիայի բիհեիորիստական ընկալումը վերաբերում է գերազանցապես խմբերի, այլ ոչ թե անհատի ադապտացիայի խնդիրներին: «Սոցիալական ադապտացիան» կարող է նաև նշանակել այնպիսի գործընթաց, որը հանգեցնում է անհատի և միջավայրի սոցիալական հավասարակշռությանը:

Ներկայացնելու համար ադապտացիայի բազմաբովանդակ սահմանումների հիմնադրույթները կանգ առնենք նաև հոգեբանության մեջ արագ զարգացող նեոբիհեիորիստական ուղղության մոտեցման վրա: Գ.Այգենկի և իր հետևորդները

¹¹⁶ Шибутани, Т., Социальная психология. Москва, 2002.

¹¹⁷ Дейнека О.С. Экономическая психология: Учебное пособие, СПб., 2000, с.110.

¹¹⁸ Налчаджян А.А., Социально-психическая адаптация личности.

րի աշխատություններում ադապտացիայի եզրույթը ընկալվում է որպես իրավիճակ, որում բավարարվում են անհատի և իրեն շրջապատող միջավայրի պահանջմունքները¹¹⁹:

«Ադապտացիա» եզրույթի մեկ այլ սահմանում են առաջարկել ինտերակցիոնիստական ուղղության ներակայացուցիչները: Լ. Ֆիլիպսը զարգացնում է այն տեսակետը, որի համաձայն ադապտացիայի բոլոր տարատեսակները պայմանավորված են ինչպես ներհոգեկան, այնպես էլ՝ միջավայրային գործոններով¹²⁰: Նրանք «անձի արդյունավետ ադապտացիայի» տակ հասկանում են այնպիսի մի իրավիճակ, երբ անձը բավարարում է հասարակության նվազագույն պահանջներն ու սպասումները: Անձի ադապտացումը արտաքին միջավայրի ազդեցությանը արտահայտվում է անձի որոշակի պատասխան ռեակցիաներով, ինչպիսիք են՝ սոցիալապես պայմանավորված սպասումների ընդունումն ու յուրացումը անձի կողմից և նոր, վտանգ ներկայացնող պայմաններում անձի ճկունությունն ու ճիշտ գործելու ունակությունը: Այս իմաստով ադապտացիան նշանակում է այնպիսի իրավիճակ, երբ անձը ունակ է օգտագործելու հոգուտ իրեն նոր ստեղծված արտաքին պայմանները: Նման իրավիճակ կարող է ստեղծվել անհատի կենսագործունեության ցանկացած բնագավառում: Ադապտիվ վարքը բնութագրվում է որոշումների կայացման հմտություններով ու ապագայի իրատեսական կանխատեսումներով: Ինտերակցիոնիստական ուղղության այսպիսի մոտեցումը շեշտադրում է նորաստեղծ սոցիալական պայմաններում անձի ակտիվ հարմարվողականության գաղափարը¹²¹: Ա.Նալչաջյանը մատնանշում է ադապտացիայի վերաբերյալ ինտերակցիոնիստների հետևյալ դիտարկումները. անձի սոցիալ-տնտեսական ակտիվությունը, որն ուղեկցվում է համապատասխան գիտելիքների և հմտությունների ձեռքբերմամբ, անձնային մակարդակում արտահայտվող էմոցիոնալ հագեցած փոխհարաբերությունները այլ անձանց հետ: Հեղինակը շեշտում է ադապտացիայի ինտերակցիոնիստական ևս մի հասկացում՝ այդ ուղղության ներկայացուցիչները տարանջատում են «ադապտացիա» և «հարմարում» հասկացությունները: Տ.Շիբուտանին ադապտացիայի տակ հասկանում է դժվար իրավիճակները հաղթահարող ստաբիլ, լավ կազմակերպված միջոցների, որոնք հղկվում են հարմարման ընթացքում¹²²: Բիհևիորիստները հակված են համատարած կիրառելու «հարմարում» եզրույթը անձի հոգեկան ակտիվությունը բնութագրելիս: Ինտերակցիոնիստները տարբերակում են իրա-

¹¹⁹ Eysenck H.J., Arnold W., Meili R. (EDS.), Encyclopedia of Psychology. Herder & Herder, N-Y, 1972, vol.1, p.25.

¹²⁰ Philips L., Human adaptation and his failures. Academic Press, N-Y&London, 1968.

¹²¹ Налчаджян А.А., Социально-психическая адаптация личности (формы, механизмы и стратегии), Ереван, 1988.

¹²² Шибутани, Т., Социальная психология. Москва, 2002, с. 78.

վիճակային և ընդհանուր աղապատացիա եզրույթները, երբ վերջինս ներկայանում է որպես մի շարք կրկնվող իրավիճակների արդյունք¹²³:

Աղապատացիայի հոգեվերլուծական կոնցեպտը մշակվել է Հ.Հարթմանի կողմից, որն ամբողջացրել է ֆրեյդյան դիտարկումները պաշտպանական աղապատացիայի մեխանիզմների և գործընթացների վերաբերյալ¹²⁴: Հ.Հարթմանը կարծում է, որ աղապատացիայի հիմնախնդիրը չի կարող բացատրվել միայն հոգեվերլուծության տեսանկյունից: Այն անվերապահորեն պահանջում է կենսաբանության և սոցիոլոգիայի առարկայական միջամտությունը: Հ.Հարթմանի կարծիքով՝ աղապատացիայի հիմնախնդրի նկատմամբ հետաքրքրությունը աճել է Ես-ի հոգեվերլուծության զարգացման հետևանքով՝ հոգեբանության այն ճյուղի, որի գոյությունն ու զարգացումը պայմանավորված է արտաքին միջավայրի պայմաններին անձի հարմարման հիմնախնդիրը ուսումնասիրող հոգեբանության տարբեր ուղղությունների արդյունքների ներգրավմամբ:

Ըստ հոգեվերլուծաբանների՝ աղապատացիան ենթադրում է գործընթացներ, որոնք ներառում են ինչպես կոնֆլիկտային, այնպես էլ՝ ոչ կոնֆլիկտային իրարդրություններ: Հ.Հարթմանը նշում է, որ կան բազմաթիվ խնդիրներ՝ կապված բնավորության, Ես-ի հետաքրքրությունների, որոշակի իրավիճակներում պաշտպանության մեթոդների ընտրության և այլնի հետ, որոնք չեն կարող լուծվել միայն կոնֆլիկտների հասկացությամբ շրջանակի միջոցով¹²⁵: Նման գործընթացներից Հ. Հարթմանը շեշտում է անձի ինտելեկտուալիզացիան, որը դեռահասության շրջանում պաշտպանական մեխանիզմի դեր է կատարում, բայց, միևնույն ժամանակ, ուղղվելով դեպի արտաքին միջավայր, կարող է նպաստել անձի աղապատացիային: Սրանով շեշտադրվում է անձի կոգնիտիվ զարգացման կարևորությունը աղապատացիայի ընթացքում: Հոգեվերլուծաբանները տարանջատում են աղապատացիան՝ որպես գործընթաց և աղապատացումը՝ որպես այդ գործընթացի արդյունք: Աղապատացված է համարվում այն անձը, որ պահպանում է հոգեկան հավասարակշռությունը արդյունավետության հետ զուգընթաց: Աղապատացիայի ընթացքում փոփոխության է ենթարկվում ինչպես անձը, այնպես էլ՝ այն միջավայրը, որում ընթանում են աղապատացման փոխհարաբերությունները: Աղապատացիայի գործընթացը կարգավորվում է Ես-ի կողմից:

Հոգեվերլուծության ժամանակակից ներկայացուցիչները, կիրառելով Զ. Ֆրեյդի կողմից ներմուծած «ալլոպլաստիկ և աուտոպլաստիկ փոփոխությունների» հասկացությունները, տարանջատում են աղապատացիայի երկու տարատեսակ՝ ալլոպլաստիկ աղապատացիա, որն ուղեկցվում է արտաքին աշխարհի հա-

¹²³ Налчаджян А.А., Социально-психическая адаптация личности (формы, механизмы и стратегии), Ереван, 1988.

¹²⁴ Lazarus R.S., Folkman S. Stress, appraisal, and coping, N.Y., 1984, 235 p.

¹²⁵ Hartmann H., Ego-Psychology and the Problem of Adaptation. N.Y., 1950, 740 p.

մապատասխան փոփոխություններով, ինչի արդյունքում արտաքին միջավայրը հնարավորինս համապատասխանեցվում է անձի պահանջմունքներին, և, երկրորդ՝ աուտոպլաստիկ ադապտացիա, որն իրականացվում է գերազանցապես անձի գիտելիքների և հմտությունների փոփոխությունների շնորհիվ: Այս դեպքում անձն է հարմարվում արտաքին աշխարհին: Ադապտացիայի այս երկու տարատեսակներին Հ. Հարթմանը ավելացնում է ևս մեկը՝ այնպիսի միջավայրի փնտրումը կամ կառուցումը, որը բարենպաստ կլինի անձի գոյության համար: Նման բանաձևի միջոցով հոգեվերլուծաբանները առաջադրում են սոցիալական ադապտացիայի գաղափարը: Այլ մարդկանց նկատմամբ ադապտացիայի խնդիրը առաջանում է անձի կյանքի առաջին իսկ օրվանից և կյանքի ընթացքում ենթարկվում է բազմաբնույթ ձևափոխությունների: Այսպիսով՝ անձը ադապտացվում է այն սոցիալական միջավայրին, որը մասնակիորեն արտահայտում է նախորդ սերունդների կենսագործունեության արդյունքը: Անձը ոչ միայն ապրում է հասարակության մեջ, այլև ստեղծում է այնպիսի պայմաններ, որոնց նա ադապտացվում է: Ա. Նալչաջյանի կարծիքով՝ անձն ինքն է ստեղծում իր միջավայրը¹²⁶: Այս ենթատեքստում նշենք Է.Մարգարյանի տեսակետը անձի ադապտացման յուրահատկության վերաբերյալ: Նա կարծում է, որ հասարակությունը ներկայանում է որպես ադապտիվ-ադապտացվող մի միջավայր, որն ենթարկվում է փոփոխությունների մարդու կենսագործունեության արդյունքում¹²⁷: Իսկ սոցիալական ադապտացիան մարդկանց միջև սոցիալական, սոցիալ-հոգեբանական, տնտեսական և այլ փոխհարաբերությունների փոփոխության արդյունք է և արտահայտվում է նորաստեղծ սոցիալական պայմաններին հարմարման միջոցով:

Հասարակության կառուցվածքը և անձի տեղը այդ կառուցվածքում բնորոշում են նաև ադապտացիայի հնարավորությունները և Ես-ի զարգացումը: Այս ենթատեքստում հարկ է նշել Հ.Հարթմանի կողմից ներմուծված «սոցիալական գիջողականության» մասին դիտարկումը, որը ներկայացնում է սոցիալական որոշակի պայմանների ներքո թույլատրելի վարքի գոյությունը: Այն արտահայտվում է, առաջին հերթին, սոցիալապես խոցելի խմբերի՝ տարեցների, երեխաների, հաշմանդամների, այլ, նկատմամբ և հանդիսանում է սոցիալական ադապտացիայի կարևորագույն մեխանիզմներից մեկը: Ելնելով վերը նշվածից՝ Հ.Հարթմանը ընդունում է ադապտացիայի տարբեր մակարդակների գոյության փաստը, ինչը ընկած է հասարակության բոլոր խմբերի կամ սոցիալական շերտերի ադապտացիայի ու հոգեկան առողջության հիմքում¹²⁸:

¹²⁶ Налчаджян А.А., Социально-психическая адаптация личности.

¹²⁷ Философские проблемы теории адаптации, 233 с.

¹²⁸ Hartmann H., Ego-Psychology and the Problem of Adaptation. N.Y., 1950, p. 32.

Ամփոփելով՝ կարելի է ասել, որ հոգեվերլուծության դասականների կողմից մշակվել և ներկայացվել է հասկացությունների մի ամբողջ համակարգ, որի շնորհիվ անձը ադապտացվում է սոցիալական միջավայրին: Ա. Նալչաջյանը մատնանշում է այն փաստը, որ ադապտացիայի հոգեբանության որոշ հարցադրումներ՝ կապված անձի պաշտպանական մեխանիզմների համակարգի հետ, առաջին անգամ ձևակերպվել են հոգեվերլուծաբանների կողմից և մեծ արժեք են ներկայացնում ադապտացիայի հիմնախնդրի հետագա զարգացման և ուսումնասիրման գործում:

Վերը նշված դիտարկումների հետ մեկտեղ հարկ է կանգ առնել ադապտացիայի սոցիալ-հոգեբանական հայեցակետի զարգացման վրա: Ա. Նալչաջյանը քննում է սոցիալ-հոգեբանական ադապտացիան ներքին և արտաքին կոնֆլիկտների ընթացքում: Ա. Նալչաջյանը առաջարկել է սոցիալական ադապտացիայի այլընտրանքային սահմանումը՝ առանձնացնելով ադապտացիայի երեք մակարդակներ՝ նորմալ, դեվիանտային և պաթոլոգիկ:

Ա. Նալչաջյանը առաջ է քաշում սոցիալ-հոգեբանական ադապտացիայի գիտական սահմանումը՝ հիմնված օնտոգենետիկական սոցիալականացման գաղափարի վրա, այն գաղափարի, որի շնորհիվ անհատը վեր է ածվում անձի և ձեռք է բերում սոցիալ-հոգեկան հասունության գծեր: Օնտոգենետիկական սոցիալականացումը հեղինակը բնորոշում է որպես անձի և սոցիալական միջավայրի փոխգործողության գործընթաց, որի ընթացքում, հայտնվելով տարբեր պրոբլեմային իրավիճակներում, անձը յուրացնում է սոցիալական վարքի մեխանիզմներն ու նորմերը, ձեռք է բերում բնավորության գծեր և այնպիսի դիրքորոշումներ, որոնք ընդհանուր առմամբ ունեն ադապտիվ նշանակություն¹²⁹: Պրոբլեմային իրավիճակների հաղթահարումը կարելի է դիտարկել անձի սոցիալ-հոգեկան ադապտացիայի գործընթաց, որի ընթացքում կիրառվում են սոցիալականացման ընթացքում ձեռք բերված հմտությունները և վարքի մեխանիզմները և բացահայտվում են խնդիրների լուծման նոր մեխանիզմներ ու ծրագրեր: Ա. Նալչաջյանը, այսպիսով, անձի սոցիալ-հոգեբանական ադապտացումը բնորոշում է որպես անձի և խմբի փոխհարաբերությունների այնպիսի պատկեր, երբ անձը առանց երկարատև ներքին և արտաքին կոնֆլիկտների արդյունավետ իրականացնում է իր գործունեությունը, բավարարում է իր սոցիոգեն պահանջմունքները և համապատասխանում է այն դերային սպասումներին, որոնք ներկայացնում է իրեն իր շրջապատը, ինքնահաստատվում է և ազատ արտահայտում է իր ստեղծագործ ընդունակությունները: Այս առումով ադապտացիան հասկացվում

¹²⁹ Философский энциклопедический словарь, М., 1983, 629 с.

է որպէս սոցիալ-հոգեբանական գործընթաց, որը հանգեցնում է անձի ադապտացմանը:

Անձի սոցիալ-հոգեբանական ադապտացիայի տեսության կարևորագույն սկզբունքներից է այն համոզմունքը, որ բարդ պրոբլեմային իրավիճակներում անձի ադապտիվ գործընթացները ընթանում են ոչ թե առանձին մեխանիզմների, այլ՝ ադապտացիայի մեխանիզմների համակցվածության արդյունքում: Այդ մեխանիզմները, օգտագործվելով անձի կողմից կրկին ու կրկին, ամրակայվում են նրա բնավորության մեջ և վերածվում բնավորության ենթակառուցների: Նման կայուն ադապտիվ համակարգերի ուսումնասիրումը նոր ուղիներ է բացում ադապտացիայի հիմնախնդրի գիտական մշակվածության և ուսումնասիրման համար: Ա.Նալչաջյանի կողմից առանձնացվում են ադապտիվ համակարգերի երեք տարատեսակ՝ ոչ պաշտպանական, պաշտպանական և համակցված համակարգեր:

Հեղինակը տարանջատում է «ադապտացիա» եզրույթի երկու տեսական մեկնաբանություն: Առաջին դեպքում ադապտացիան ընթանում է պրոբլեմային իրավիճակի վերացման շնորհիվ և ուղեկցվում է ոչ պաշտպանական ադապտիվ մեխանիզմների գործարկմամբ, իսկ երկրորդ դեպքում ադապտացիան առկա է պրոբլեմային իրավիճակի պահպանման հետ զուգընթաց և առանձնանում է գոյություն ունեցող պաշտպանական ադապտիվ մեխանիզմների դրսևորումներով կամ նոր պաշտպանական մեխանիզմների ձևավորումով¹³⁰: Նա ադապտացիան բնութագրում է որպէս անձի և խմբի փոխհարաբերություն, երբ անձը առանց երկարատև ներքին և արտաքին կոնֆլիկտների արդյունավետ կերպով կատարում է իր գործունեությունը, բավարարում է սեփական սոցիալական պահանջմունքները, համապատասխանում է դերային սպասումներին և ունակ է արտահայտելու իր ստեղծագործական ընդունակությունները:

Ընդունելով պաշտպանական և ոչ պաշտպանական ադապտիվ մեխանիզմների դասակարգումը՝ հեղինակը այն տարածում է ադապտիվ համակարգերի վրա և լրացնում այն խառը, համակցված ադապտիվ գործընթացի տեսակով: Նա իր հետազոտություններում տարանջատում է «անձի ադապտացում» և «կյանքի հաջողություն» հասկացությունները, շեշտելով, որ դրանք տարբեր սոցիալ-հոգեբանական երևույթներ են և ունեն անձի հոգեկան ակտիվության տարբեր դրսևորումներ, ուստի չի կարելի անձի յուրաքանչյուր անհաջողություն վերագրել ադապտացման բացակայությանը, և հակառակը¹³¹: Այստեղ հանգում

¹³⁰ Налчаджян А.А., Социально-психическая адаптация личности (формы, механизмы и стратегии), Ереван, 1988.

¹³¹ Шибутани, Т., Социальная психология. Москва, 2002.

ենք հիմնախնդրի ևս մի կարևոր հարցադրմանը՝ անձի դեզադապտացիայի սահմանմանը:

Անձի սոցիալ-հոգեբանական դեզադապտացիան առաջին հերթին արտահայտվում է անկարողության մեջ ադապտացվելու սեփական պահանջումներին ու սպասումներին:

Ավելին, ադապտացիայի խանգարման կամ ամբողջական դեզադապտացիայի նշաններով անձը ընդունակ չէ բավարարելու այն պահանջները, որոնք իրեն է ներակայացնում սոցիալական միջավայրը և նա անընդունակ է լինում ստանձնելու համապատասխան մասնագիտական կամ այլ սոցիալական դեր: Անձի սոցիալ-հոգեկան դեզադապտացիայի նշաններից մեկն էլ երկարատև ներքին և արտաքին կոնֆլիկտների առկայությունն է, որոնց լուծման համար անձը չի տիրապետում համապատասխան հոգեկան մեխանիզմներով և վարքի ձևերով: Այս նկատառումներից ելնելով՝ Ա.Նալչաջյանի կողմից առանձնացվել է նաև անձի դեզադապտացիայի մակարդակների ուսումնասիրման հիմնախնդիրը: Ադապտացիայի գործընթացները սկսեցին ուսումնասիրվել դեզադապտացիայի գործընթացների հետ զուգընթաց և ներկայացնել սոցիալական միջավայրին անձի հարմարման երկու փոխկապակցված կողմերը: Նշենք, որ դեզադապտացիայի սուբյեկտիվ վերապրումը արտահայտվում է տագնապայնության աճի, բացասական էմոցիաների, հոգնածության և դեպրեսիվ վիճակների գերակշռությամբ: Ադապտացիայի սոցիալ-հոգեբանական ուսումնասիրումը հանգեցնում է անձի հոգեբանական ռեսուրսների հիմնական բաղադրատարրերի սահմանմանը, ինչպիսիք են՝ կոգնիտիվ, աֆեկտիվ և վարքային բաղադրատարրերը: Արտակարգ իրավիճակները նպաստում են այդ բաղադրատարրերի միջև նախնական հավասարակշռության խաթարմանը, ինչը հանգեցնում է անձի կողմից տվյալ իրավիճակն օբյեկտիվորեն ու սուբյեկտիվորեն հաղթահարելու գործընթացներին:

Այսպիսով՝ արդի գիտական գրականության մեջ հանդիպում ենք ադապտացիայի տարբեր դասակարգումների և սահմանումների, ինչը պայնավորվում է բուն հասկացության միջոցառմանը և էությունը:

Սոցիալ-հոգեբանական հետազոտության համատեքստում անձի ադապտացիան առանձնահատուկ հետաքրքրություն է ներկայացնում անձի հոգեբանական ռեսուրսների մոբիլիզացման տեսանկյունից: Այդ դիտակետի բացահայտումը հնարավորություն է տալիս քննելու անձի կողմից որոշակի սոցիալ-հոգեբա-

նական դիրքի (ստատուսի) ձեռքբերման, տարբեր սոցիալ-հոգեբանական դերային գործառույթների տիրապետման գործընթացները:

Հոգեբանական ռեսուրսների ադապտացիայի ընթացքում անձը ձգտում է հասնել կյանքի և գործունեության ներքին ու արտաքին պայմանների ներդաշնակության: Դրա իրականացման հետ մեկտեղ աճում է արտաքին միջավայրի պայմաններին անձի ադապտացիայի աստիճանը:

Այսպիսով՝ էլնելով անձի և սոցիալական միջավայրի փոխներգործության սկզբունքով արտահայտված ադապտացիայի հասկացության շրջանակի երկակի բնույթից՝ հոգեբանական գիտակարգում առանձնացնում են ադապտացիայի դրսևորման երկու փոխկապակցված կողմերը՝ անձի հարմարումը կամ ադապտացիան և սոցիալական միջավայրի հարմարվողականությունը:

Սոցիալ-հոգեբանական տեսանկյունից այս առանձնահատկությունները կարող են դիտարկվել ադապտացիայի հետևյալ տեսակներում՝ հասարակական, միջանձնային և անձնային: Հասարակական ադապտացիայի դեպքում կարևոր դեր է խաղում անձի ընդգրկումը կոլեկտիվ գործողության տարաբնույթ ձևերում: Միջանձնային ադապտացիան իրենից ներկայացնում է հարմարման գործընթաց սոցիալական նորմերին ու արժեքներին, որն ուղեկցում է սոցիումի կոմունիկատիվ համակարգի, ավանդույթների ու արժեքների տիրապետման գործընթացին՝ հաճախ արտահայտվելով անձի սոցիալականացման համակարգի միջոցով: Եվ, վերջապես, անձնային ադապտացիան ենթադրում է սոցիալական կայացման խնդիրների ներառումը անձի հոգեֆիզիոլոգիական կառուցվածքի մեջ:

Վ. Կրիսկոն բնորոշում է ադապտացիան՝ որպես կենդանի օրգանիզմների և արտաքին միջավայրի փոխներգործության գործընթաց, ինչը հանգեցնում է օպտիմալ հարմարմանը կյանքին ու գործունեությանը¹³²:

Որոշ հետազոտողներ անձի սոցիալ-հոգեբանական հարմարման վիճակը բնութագրում են որպես անձի և խմբի փոխհարաբերությունների պատկեր, որը անձին թույլ է տալիս բավարարել իր սոցիոգեն պահանջմունքները և համապատասխանել այն դերային սպասումներին, որոնք ներկայացնում է սոցիալական միջավայրը: Այդ պարագայում անձի հարմարվողականության տակ հասկաց-

¹³² Калайков И., Цивилизация и адаптация, Москва, 1984; Крысько В.Г., Словарь-справочник по социальной психологии, М., 2003, 416 с.

վում է անձի ներքին հնարավորությունների ու ընդունակությունների առավելագույն արտահայտությունն ու իրացումը տվյալ իրավիճակում¹³³:

Ադապտացիայի վերոնշյալ խնդիրների համադրումը ընդգրկում է այն հիմնական գործառույթներն ու մեխանիզմները, որոնք ուղեկցվում են արտաքին միջավայրի պայմաններին անձի հարմարման գործընթացով: Վ.Կրիսկոն նշում է սոցիալ-հոգեբանական ադապտացիայի հետևյալ գործառույթները՝

- «անձ-սոցիալական միջավայր» համակարգում օպտիմալ հավասարակշռության ձեռքբերումը.
- անձի ստեղծագործական հնարավորությունների ու ընդունակությունների մաքսիմալ արտահայտվածությունը, նրա սոցիալական ակտիվության բարձրացումն ու փոխհարաբերությունների կարգավորումը.
- անձի պոզիտիվ էմոցիոնալ արտահայտվածությունը.
- անձի ինքնիրացումը.
- անձի ինքնաճանաչումը և ինքնաշտկումը.
- ինչպես ադապտացվող անձի, այնպես էլ կոլեկտիվի և սոցիալական միջավայրի գործունեության արդյունավետության բարձրացումը.
- սոցիալական միջավայրի կայունության միասնականության բարձրացումը, անձի հոգեկան առողջության պահպանումը¹³⁴:

Ադապտացիայի պահանջմունքը աճում է անձնային և սոցիալական դիրքորոշումների անհամապատասխանության հետ զուգահեռ: Նման անհամապատասխանությունը անցնում է սոցիալական միջավայրի դինամիկ, օբյեկտիվ զարգացման սահմանները այն իրավիճակներում, որոնք կտրուկ փոխում են արտաքին պայմանները և նշանավորվում են որպես կյանքի ու գործունեության էքստրեմալ, արտակարգ պայմաններ:

Գիտական գրականության մեջ առանձնացնում են հոգեբանության մի քանի ճյուղեր, որոնք սահմանում են արտակարգ իրավիճակների ուսումնասիրման տարբեր մոտեցումներ¹³⁵: Անցկացվում է արտակարգ իրավիճակների տիպականացում՝ ըստ գործոնների բովանդակության, առաջացման բնույթի, երկա-

¹³³ Волков Г.Д., Оконская Н.Б., Адаптация и ее уровни,- Философия пограничных проблем науки, Пермь, 1975, Вып. 7, с. 134-142; Зотова О.И., Кряжева И.К., Некоторые аспекты социально-психологической адаптации личности,- Психологические механизмы регуляции социального поведения, М., 1979, с. 219- 232; Кузнецов П.С., Концепция социальной адаптации, Саратов, 2000; Кузнецов, П. С., Адаптация как функция развития личности, Саратов, 1999.

¹³⁴ Крысько В.Г., Словарь-справочник по социальной психологии, М., 2003, 416 с.

¹³⁵ Выготский Л.С., Исторический смысл психологического кризиса,- Собр. соч. в 6 т, т. 2, 1982, с. 291-437; Малкина-Пых И.Г., Экстремальные ситуации. Справочник практического психолога, М., 2005; Мухина В.С., Личность и этносы в условиях столкновения цивилизаций,- Мир психологии, М., 2001, № 4, с.114-127; Осипова А.А., Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях, Ростов н/Д, 2005, 315 с.; Соловьева С.Л., Психология экстремальных ситуаций, СПб., 2003, 128 с.

րատնության, կարգավորման հնարավորությունների, հետևանքների, մարդկանց կենսագործունեության բնագավառի և այլն:

Արտակարգ իրավիճակների հաղթահարման ընթացքում կարևոր տեղ է զբաղեցնում ոչ թե բարենպաստ պայմաններում ապրելու և գործելու անձի պատրաստակամությունը, այլ, ընդհակառակն, արտաքին միջավայրի անբարենպաստ պայմաններին անձի ադապտացիայի պատրաստակամությունը¹³⁶:

Հատուկ կարևորություն է ներկայացնում արտաքին միջավայրի հատկապես արագ փոփոխվող պայմաններին անձի ադապտացիայի հիմնախնդիրը: Տարբեր հեղինակների կողմից շեշտադրվել են ադապտացիայի որոշ ձևեր: Լ.Վ. Կուլիկովը առանձնացնում է արտակարգ իրավիճակներում վարքի երեք հիմնական ձևեր՝ բարոյա-հոգեբանական կապիտուլացիա, պաշտպանական և հարձակողական վարք¹³⁷: Վ.Պ. Կազնաչենը տարբերակում է ստատիկ ադապտացիան՝ որպես բիոհամակարգի հատկություն՝ արտահայտված միջավայրի պայմանների նկատմամբ կայունությամբ, և դինամիկ ադապտացիան՝ որպես հարմարման գործընթաց արտաքին միջավայրի փոփոխվող պայմաններին¹³⁸:

Մի շարք հեղինակների կողմից հարմարումը կամ ադապտացիան դիտարկվում է որպես ներքին փոփոխությունների, արտաքին ակտիվ հարմարման և անհատի ինքնափոփոխության գործընթաց և արդյունք՝ ուղղված գոյության նոր պայմաններին¹³⁹: Վ.Լ. Մեդվեդևը մարդու օրգանիզմի ադապտացիոն որակները համարում է նրա հուսալիության չափորոշիչը՝ նորմալ կենսագործունեության պահպանման համար՝ անհատի մակարդակում հիմնական շեշտը դնելով օրգանիզմի կենսական կոնստանտների կայունության պահպանման կամ անադեկվատ պայմանների դեպքում՝ գործարկման ռազմավարության փոփոխության վրա¹⁴⁰: Իրավիճակի արձագանքման տեսակների տարբերությունները հարմարման ընդհանուր ռեակցիայում նա կապում է մարդ – միջավայր համակարգի տարրերից մեկի փոփոխման ուղղվածության հետ: Փոփոխությունները կարող են տեղի ունենալ այս համակարգի բաղադրիչներից մեկի վերափոխման ճանապարհով. խոսքը կա՝ միջավայրի որևէ ձևի փոփոխության, կա՝ մարդու հակազդման ձևի փոփոխության մասին է:

¹³⁶ Исмаилов Ш. О., Адаптация личности к экстремальным ситуациям, - Ш. О. Исмаилов, М. Г. Магомедов, Педагогика: традиции и инновации: материалы IV междунар. науч. конф., Челябинск, 2013, с. 156-158; 74. Психология экстремальных ситуаций: Хрестоматия /сост. Тарас А. Е., Сельченко К. В./, М., 2000, 480 с.

¹³⁷ Куликов Л.В., Психология настроения, СПб.: Изд-во СПбГУ, 1997.

¹³⁸ Казначеев В.П., Современные аспекты адаптации, Новосибирск, 1980, 191 с.

¹³⁹ Реан А. А., Кудашев А. Р., Баранов А. А. Психология адаптации личности, СПб., 2002.

¹⁴⁰ Медведев В. И., Устойчивость физиологических и психологических функций человека при действии экстремальных факторов, Л.: Наука, 1982, 103 с.

Ս. Բերեզինը հոգեբանական աղապատացիան համարում է մարդու՝ միջավայրի պայմաններին հարմարման ամբողջական գործընթացի հիմնական գործոն: Անբարենպաստ գործոնների ազդեցության ներքո ի հայտ եկող մարդու հոգեկան իրավիճակները նա անվանում է «փոփոխությունների ծայրահեղ զգայուն ինդիկատոր»¹⁴¹:

Աղապատացիայի վերը նշված բնութագրումների քննությունը թույլ է տալիս որոշել անձի աղապատացիայի հիմնական նպատակները, հոգեբանական ռեսուրսների փոփոխության կամ մոբիլիզացման ձևերը, որոնք անհրաժեշտ են արտակարգ իրավիճակի հետևանքով խաթարված սոցիալ-հոգեբանական հավասարակշռության և հասարակությունում անձի ինքնիրացման ձևերի վերականգնմանը:

Սոցիալ-հոգեբանական գրականության վերլուծությունը ցույց է տալիս հոգեբանական կայունության ձեռքբերման համար անձնային մոբիլիզացման ընդհանուր մակարդակի նշանակությունը: Տ. Ս. Նազարովան մատնանշում է, որ արտակարգ իրավիճակներում անհրաժեշտություն է առաջանում ադեկվատ վարքի ընտրության մեջ, ինչը ենթադրում է ոչ միայն անձի հոգեբանական ռեսուրսների վարքային բաղադրատարրի մոբիլիզացումը, այլև՝ կոգնիտիվ և աֆեկտիվ բաղադրատարրերի: Արտակարգ իրավիճակներում խոչընդոտների հաղթահարումը առաջացնում է դրական էմոցիոնալ ապրումներ: Դա ուղեկցվում է համապատասխան տեղեկատվական ապահովվածությամբ, ինչի հանրագումարը հանգեցնում է աղապատացիայի գործընթացի ադեկվատ զարգացմանը: Դրան զուգահեռ առաջանում է նաև արտակարգ իրավիճակներում ճիշտ գործելու վերաբերյալ համոզմունքը¹⁴²:

Հետաքրքրություն են ներկայացնում նաև Յ.Պ.Կորոլենկոյի աշխատանքները՝ դժվարությունների հաղթահարման դրական փորձի ուսումնասիրման վերաբերյալ, Ա. Գ. Մակլակովի դիտարկումները՝ անձնային աղապատացիոն կարողությունների վերաբերյալ, Ա. Շապկինի վերլուծությունը՝ աղապատացիայի կառուցվածքի և ռազմավարության վերաբերյալ՝ որպես գործունեության միջոցների ընտրման և իրականացման փուլեր՝ միտված կենսագործունեության անբարենպաստ պայմանների շտկմանը¹⁴³:

¹⁴¹ Березин С.В. Психологическая коррекция в условиях межличностного конфликта подростков. Самара, 1995.

¹⁴² Назарова Т.С., Шаповаленко В. С., Экстремальная ситуация как обучающая модель, - Педагогика, 1999, № 6, с. 32-39.

¹⁴³ Маклаков, А.Г., Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогноз в экстремальных условиях. Психологический журнал. Москва, № 1, 2001, с.16-24; Шапкин А., Дикая Л.Г., Деятельность в особых условиях: компонентный анализ структуры и стратегий адаптации, - Психологический журнал, 1996, т.17, № 1, с. 19-34.

Ա. Մակլակովը համարում է ադապտացիոն կարողությունը կարևոր անձնային որակ: Ադապտացիան նա դիտարկում է ոչ միայն որպես գործընթաց, այլ նաև որպես կենդանի ինքնակարգավորվող օրգանիզմի որակ, որը ունակ է հարմարվելու փոփոխվող արտաքին պայմաններին: Մարդու հարմարվողական կարողությունները կախված են անձի հոգեբանական առանձնահատկություններից: Հենց այս կարողությունները սահմանում են ֆիզիոլոգիական վիճակների ադեկվատ կարգավորման հնարավորությունները: Որքան մեծ են ադապտացիոն կարողությունները, այնքան մեծ է նաև այն բանի հնարավորությունը, որ մարդու օրգանիզմը կպահպանի աշխատունակությունը և գործունեության բարձր արդյունավետությունը արտաքին միջավայրի հոգեծին գործոնների ազդեցության տակ:

Մարդու ադապտացիոն կարողությունները գնահատվում են հոգեբանական այն բնութագրերի զարգացման մակարդակի գնահատման միջոցով, որոնք կարևոր են հոգեկան գործունեության և ադապտացիայի կարգավորման համար: Որքան բարձր է այս բնորոշիչների զարգացման մակարդակը, այնքան բարձր է մարդու հաջողակ ադապտացիայի հնարավորությունը և այնքան նշանակալի է արտաքին միջավայրի գործոնների դիապագոնը, որոնց նա կարող է հարմարվել¹⁴⁴: Մարդու տվյալ հոգեբանական առանձնահատկությունները կազմում են նրա անձնային ադապտացիոն ներուժը, որի մեջ Ա.Մակլակովը ներառում է նյարդա-հոգեկան լարվածությունը, որի զարգացման մակարդակը ապահովում է սթրեսի հանդեպ հանդուրժողականություն, անձի ինքնագնահատականը, որը ինքնակարգավորման միջուկն է և որոշում է գործունեության պայմանների և սեփական հնարավորությունների ընկալման ադեկվատության աստիճանը, սոցիալական աջակցության զգացումը, ինչն էլ պայմանավորում է շրջապատի համար սեփական նշանակության զգացումը, անձի կոնֆլիկտայնության մակարդակը, սոցիալական շփման փորձը:

Բոլոր վերը թվարկված բնութագրերը նա կարևոր է համարում արտակարգ իրավիճակներին ադապտացիայի հաջողության գնահատման և կանխատեսման, ինչպես նաև հոգեկան հավասարակշռության վերականգնման արագության գնահատման ժամանակ:

Արտակարգ իրավիճակներում սոցիալական ադապտացիան ուղղված է տվյալ իրավիճակի և սեփական անձի սկզբնական ադեկվատ ընկալմանը, ինչը ենթադրում է շրջապատի հետ հաղորդակցման համապատասխան համակարգի

¹⁴⁴ Маклаков, А.Г., Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогноз в экстремальных условиях. Психологический журнал. Москва, № 1, 2001, с.16-24.

ստեղծումը, անձի աշխատելու, կրթվելու և ինքնակազմակերպվելու, ընդհանուր առմամբ, կենսագործունեության կարողությունը:

Արտակարգ իրավիճակում անձի հոգեբանական ռեսուրսներից որևէ մեկի դուրս մղումը ենթադրում է մյուս բաղադրատարրերով փոխհատուցումն ու գործարկումը, ինչը պայմանավորված է լինում տվյալ արտակարգ իրավիճակի յուրահատկություններով: Հոգեբանական ռեսուրսների փոփոխության և հարմարման նման կոմպենսատորային պատկերը արդյունավետ ադապտացման պայմաններում համապատասխանում է անձի դերային սպասումներին¹⁴⁵:

Լ. Բուռլաչուկի և Ե.Կորժովայի ուսումնասիրությունները բացահայտել են վարքագծի այնպիսի ռազմավարությունների գոյությունը, որոնք բնորոշվում են հոգեկան ինքնակարգավորման ադապտիվ մեխանիզմների ակտուլիզացիայով, որոնց կարելի է ներկայացնել որպես արդյունավետ և անարդյունավետ կոդմնորոշումներ¹⁴⁶:

Արտասահմանյան հոգեբանական գիտակարգում արտակարգ իրավիճակներում անձի վարքագծի նկարագրությունը, վերլուծությունը և հետազոտությունը կիրառություն են գտել Ռ.Լազարուսի «ինքնատիրապետման» (coping-behavior) և Ս.Մադիի «կայունության» (hardiness) հիմնադրույթների շնորհիվ¹⁴⁷: Ժամանակակից գիտության մեջ «coping» հասկացությունը ավանդապես թարգմանվում է որպես ադապտիվ, ինքնատիրապետման վարքագիծ, հոգեբանական հաղթահարում: Այս հասկացությունը սահմանվում է որպես իրավիճակի հետ փոխազդեցության անհատական միջոց՝ համապատասխան իրավիճակի տրամաբանության, անձի համար նրա նշանակալիության և անձնային հոգեբանական հնարավորությունների¹⁴⁸: Այն ենթադրում է մարդու ներքին և արտաքին բնույթի խնդիրների փոխազդեցության ողջ սպեկտրը:

Ռ. Լազարուսի և Ս. Ֆոլկմանի ձևակերպմամբ հոգեբանական գիտակարգում սկսեց շրջանառվել ադապտացիոն մեխանիզմների երկակի բնութագրումը՝ առաջին դեպքում ոչ պաշտպանական ադապտացիոն մեխանիզմների շնորհիվ իրականանում է պրոբլեմային իրավիճակի ձևափոխումը կամ վերացումը: Հակառակ դեպքում, երբ այս կամ այն չափով պահպանվում է պրոբլեմային իրավիճակը, ակտիվանում են ադապտացիայի պաշտպանական մեխանիզմները¹⁴⁹:

¹⁴⁵ Hakobyan N., Khachatryan A., Structure of Person[']s Psychological Resources in Emergency Situations, 2018, SSRN, 158-164.

¹⁴⁶ Бурлачук Л.Ф., Коржова Е.Ю. Психология жизненных ситуаций: Учебное пособие, М., 1998. - 263 с.

¹⁴⁷ Лазарус Р. Теория стресса и психофизиологические исследования // Эмоциональный стресс - Л-д, 1970 с.178-208; Мадди С., Теории личности. Сравнительный анализ, СПб: Речь, 2002.

¹⁴⁸ Нуркова В.В., Василевская К.Н. Автобиографическая память в трудной ситуации: новые феномены. // Вопросы психологии; 2003. №5. с. 95- 102.

¹⁴⁹ Lasarus R.S., Folkman S. Stress, appraisal, and coping, N.Y., 1984, 235 p.

Անձի հոգեբանական ադապտացիայի արդյունավետությունը որոշվում է դժվար կենսական իրադրություններում վարքի կոնստրուկտիվ ռազմավարության իրականացման կարողությամբ¹⁵⁰: Հ.Թոմեն դիտարկում է ադապտացիայի խնդիրը հարմարման համակարգերի միջոցով, որոնց տակ նա հասկանում է սեփական նպատակներին հասնելու նպատակով դժվար կենսական իրադրությունների փոփոխության հնարավոր պայմանները¹⁵¹: Այս տեսական դրույթները զարգացրեց Լ.Անցիֆերովան, որը ներկայացրեց տարբեր դժվար իրադրությունների հաղթահարմանն ուղղված վարքի որոշակի մեխանիզմները: Այդ մեխանիզմների ուսումնասիրության գործում նա կարևորել է անձի կենսական փորձի կամ անձնային պոտենցիալի հետազոտումը¹⁵²:

Վարքագծի ռազմավարությունները նշանակալի իրավիճակներում ընտրվում են և՛ գիտակցաբար, և՛ անգիտակցաբար, կարող են լինել ադապտիվ և դեզադապտիվ: Վարքագծի ռազմավարությունների ադեկվատությունը որոշվում է անձի ադապտիվ հնարավորություններով, ընկալման առանձնահատկություններով, նրա համար նշանակալի իրավիճակի գնահատականով: Անձի կողմից այս կամ այն վարքագծի ընտրությունը տեղի է ունենում և՛ գիտակցական, և՛ անգիտակցական մակարդակներում: Կենսական դժվարությունների հաղթահարումը Ռ.Լազարուսը և Ս.Ֆոլկմանը բնութագրում են այսպես՝ «անհատի անընդհատ փոփոխվող կոգնիտիվ և վարքագծային ջանքերն ուղղված են յուրահատուկ արտաքին և/կամ ներքին պահանջների կառավարմանը, որոնք նրա կողմից գնահատվում են որպես նրան փորձարկող կամ նրա ռեսուրսներից վեր երևույթ» [105]:

«Կենսական դժվարությունների հաղթահարում» հասկացությունը միանշանակ չէ: Նախ և առաջ՝ դա անընդհատ փոփոխվող գործընթաց է: Որոշ արտասահմանյան հոգեբաններ այդ հասկացությունը կապում են անհատական առանձնահատկությունների հետ: Ըստ այս դրույթի՝ անձնային բնութագրերը լրջորեն ազդում են ինչպես անբարենպաստ դեպքերի հաղթահարման ռազմավարության ընտրության և օգտագործման, այնպես էլ այդպիսի գործունեության արդյունքների վրա: Այս հասկացությունը մեկնաբանվում է որպես ռեսուրսների կառավարման գործընթաց, որը անձնային և միջավայրի ռեսուրսների մոբիլիզացիայի և նրանց օպտիմալ կիրառման գործընթաց է և

¹⁵⁰ Нартова-Бочавер С.К. «COPING BEHAVIOR» в системе понятий психологии личности // Психол. журн., Т. 18, 1997, № 5, с. 20 – 30.

¹⁵¹ Thomae H., Das Individuum und seine Welt. Eine Personlicheite theorie. 2 Vollig neu bearbeitete Auflage. Verlag fur Psychologie. Gottingen, Toronto, Zurich, 1988, 218 s.

¹⁵² Анциферова Л.И., Личность в трудных жизненных условиях // Психологический журнал, 1994, с.3-18.

ձևավորվում է իրական և պոտենցիալ անբարենպաստ կենսական դեպքերի հաջորդ հաղթահարման համար¹⁵³: Ռ.Լազարուսը առանձնացնում է դժվարությունների հաղթահարման ռազմավարության երեք հիմնական վեկտորներ¹⁵⁴: Կենսական դժվարությունների հաղթահարման առաջին ռազմավարությունը ֆիքսված է արտակարգ իրավիճակի գնահատման վրա. իր մեջ ներառում է իրավիճակի նշանակության հաստատման, բացասական գործընթացների հասկացման և նրանց հնարավոր արդյունքների գնահատման մարդկային ջանքեր: Այս ռազմավարության շրջանակներում իրականացվում է իրավիճակի տրամաբանական վերլուծություն և ճանաչողական նախապատրաստում, այսինքն՝ մարդն ընդունում է իրավիճակն ու բաժանում այն, որպեսզի առանձնացնի որոշ բարենպաստ պահեր: Այս ռազմավարությունը կարող է օգտագործել ապակառուցողական հմտություններ, որոնք թելադրված են պաշտպանական մեխանիզմների կողմից, օրինակ՝ ժխտումը կամ վտանգի նվազեցումը:

Կենսական դժվարությունների հաղթահարման հաջորդ ռազմավարությունը կենտրոնանում է կոնկրետ գործողությունների կատարման, որոշումների ընդունման վրա և միտված է սթրեսորների ու նրանց բացասական հետևանքների որոշիչ հակադրությանը: Ճգնաժամային իրավիճակին հակազդելու նման տեսակը սկսվում է այս իրավիճակի մասին տեղեկատվության ստացումից:

Կենսական դժվարությունների հաղթահարման երրորդ ռազմավարությունը կենտրոնանում է հույզերի վրա: Այն ուղղված է ճգնաժամային իրադարձությունների պատճառով առաջացած հույզերի կառավարմանը և էմոցիոնալ հավասարակշռության պահպանմանը:

Ռ. Լազարուսը առանձնացնում է կենսական դժվարությունների հաղթահարման հետևյալ 8 ռազմավարությունները, որոնք կարող են լինել և՛ փոխբացառող, և՛ փոխլրացնող. հակադրվող, հաղթահարման, ինքնավերահսկման, դժվարությունների ակտիվ հաղթահարման, հեռահարեցման, սոցիալական աջակցության որոնման, պատասխանատվության ընդունման, որը կապված է անձի ինտերնալության և էքստերնալության հետ, փախուստի, խնդրի պլանային լուծման, դրական վերաբժնորման ռազմավարություններ: Հաղթահարումը դինամիկ գործընթաց է, որի առանձնահատկությունը սահ-

¹⁵³ Philips L., Human adaptation and his failures. Academic Press, N-Y&London, 1968.

¹⁵⁴ Lasarus R.S., Folkman S. Stress, appraisal, and coping, N.Y., 1984, 235 p.

մանվում է ոչ միայն իրավիճակով, այլև մարդու՝ միջավայրին հակադրվելու փուլի զարգացմամբ:

Ս.Նարտովա-Բոչավերը և Կ.Մուզդիբասը անդրադարձել են նաև կենսական դժվարությունների հաղթահարման գենդերային և տարիքային առանձնահատկություններին: Տղամարդիկ նախընտրում են խնդրահարույց իրավիճակի ձևափոխման ռազմավարությունը, իսկ կանայք՝ խնդրի էմոցիանալ վերամշակումը և սոցիալական աջակցության որոնումը¹⁵⁵:

Մեծ քանակությամբ հետազոտություններ դիտարկում են «hardiness»-ը սթրեսի հաղթահարման խնդիրների, հասարակության մեջ ադապտացիա-դեզադապտացիայի, ֆիզիկական, հոգեկան և սոցիալական առողջության հետ կապի մեջ: Մ.Մադդին դիտարկում էր իր բացահայտած ֆենոմենն ավելի լայն իմաստով՝ ներառելով այն սոցիալական էկոլոգիայի համատեքստում, գտնելով, որ այս որակը անհատական և կազմակերպչական կենսակայունության հիմքն է: Անձնային այն կարգավորումների զարգացումը, որոնք ներառված են «hardiness»-ի մեջ, կարող է դառնալ հիմք մարդու ավելի դրական աշխարհագրացողության, կյանքի որակի բարձրացման, արգելքները և սթրեսները աճի և զարգացման աղբյուր դարձնելու համար: Կարևորը այն գործոնն է, ներքին ռեսուրսը, որը ենթակա է մարդուն. դա այն է, որը օգնում է ֆիզիկական, հոգեկան և սոցիալական աջակցությանը, որն էլ իր հերթին կյանքին տալիս է արժեք և իմաստ ամեն պարագայում:

Ս. Մադդի հիմնադրույթի իմաստավորմանն է ուղղված ռուս հոգեբան Ա.Լեոնտևի աշխատությունը: Ա.Լեոնտևը ներմուծում է անձնային ներուժի հասկացությունը՝ որպես բազային անհատական առանձնահատկություն և անձի կենսական առանցքի հասկացության հոգեբանական անալոգ¹⁵⁶: Անձնային ադապտացիոն ներուժի մասին հասկացությունը ելնում է ադապտացիայի հիմնադրույթից և գործածում է այս գիտական պարադիգմայի համար ավանդական տերմինները: Այն ֆենոմենոլոգիան, որն արտացոլում է անձնային ներուժի տարբեր ոլորտներ, հոգեբանության տարբեր մոտեցումներում բնորոշվում է այնպիսի հասկացություններով, ինչպիսիք են՝ կամքը, էգոյի ուժը, ներքին նեցուկը, վերահսկողության լոկուսը, կողմնորոշումը դեպի գործողություն և այլն:

¹⁵⁵ Нартова-Бочавер С.К., Понятие “психологическое пространство личности”: обоснование и прикладное значение; Психологический журнал, том 24, #6, 2003, “Наука”, Москва, с.25-27; Муздыбаев К. Дилеммы распределения ресурсов // Вестн. Санкт-Петерб. ун-та. 1992. Сер.6. Вып. 1. с. 62-69.

¹⁵⁶ Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность, М.,1975.

Ժամանակակից գիտության մեջ իրականացվում են անձնային բնորոշիչների ամբողջական իմաստավորման փորձեր, որոնք պատասխանատու են հաջող ադապտացիայի և կենսական դժվարությունների հաղթահարման համար: Ա. Մակլակովի կողմից առաջարկված այս հասկացությունը՝ էքստրեմալ գործոնների հանդեպ մարդու կայունությունը սահմանող անձի հարմարվողական պոտենցիալի մասին և անձնային ներուժի մասին, մշակվել է Ա. Լեոնտևի կողմից՝ Մ. Մամարդաշվիլիի, Պ.Տիլիխի և Վ.Ֆրանկլի փիլիսոփայական գաղափարների սինթեզի հիման վրա¹⁵⁷:

Ֆենոմենոլոգիան, որն արտացոլում է անձնային ներուժի արդյունավետությունը կամ անբավարարությունը, տարբեր հոգեբանական մոտեցումներում բնորոշվել է այնպիսի հասկացություններով, ինչպիսիք են՝ կամքը, էզոյի ուժը, ներքին հիմքը, վերահսկման լոկուսը, կոդմնորոշումը դեպի գործողություն և այլն: Ամենաշատը նրան համապատասխանում է «կենսակայունություն» (hardiness) եզրույթը, որը ներմուծվել է Ս.Մադիի կողմից 1994 թ.: Անձնային ներուժը, ըստ Լեոնտևի, անձնային հասունության մակարդակի ինտեգրալ բնորոշիչ է, իսկ անձնային հասունության հիմնական ֆենոմենը և անձնային ներուժի հիմնական արտահայտման ձևը անձի ինքնապատճառավորման եզրույթն է: Անձնային ներուժը արտացոլում է անձի կողմից առաջադրված պայմանների հաղթահարման չափը, ի վերջո, ինքնահաղթահարումը, ինչպես նաև՝ իր հետ աշխատանքում սեփական ջանքերի չափը:

Անձնային ներուժի արտահայտման յուրահատուկ ձևերից մեկը իր զարգացման անբարենպաստ պայմանների հաղթահարումն է: Դրանք կարող են արտահայտվել կամ ժառանգական առանձնահատկություններով, սոմատիկ հիվանդություններով, կամ արտաքին անբարենպաստ պայմաններով: Կան անբարենպաստ պայմաններ անձի ձևավորման համար, որոնք կարող են իրապես բացասականորեն ազդել զարգացման վրա, բայց նրանց ազդեցությունը կարող է հաղթահարվել միջնորդավորված կերպով. ուղիղ կապը վերացված է լրացուցիչ գործոնների այս համակարգ ներմուծման պատճառով, առաջին հերթին՝ ինքնապատճառավորման միջոցով անձի ներուժի հիման վրա:

¹⁵⁷ Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность, М.,1975; Маклаков, А.Г., Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогноз в экстремальных условиях. Психологический журнал. Москва, № 1, 2001, с.16-24; Мамардашвили М. *Эстетика мышления*. - М.: Московская школа политических исследований, 2000, 416 с.; Тиллих Пауль. Избранное: Теология культуры, М., 1995, 479с.; Франкл В., Человек в поисках смысла. - М.: Прогресс, 1990, 368 с.

Ընդհանուր առմամբ կարելի է ասել, որ անձի ադապտացիայի գործընթացը նշանակում է ստեղծված իրավիճակում անձի հոգեբանական ռեսուրսների կոգնիտիվ, աֆեկտիվ և վարքային բաղադրատարրերի ադեկվատ կամ համապատասխան վերականգնումը:

Անձի հոգեբանական ռեսուրսների ապադտացիայի գործընթացի սոցիալ-հոգեբանական ուսումնասիրության կարևոր առանձնահատկությունն է սոցիալական փորձի բացահայտումը, որը տվյալ արտակարգ իրավիճակի պայմաններում կարող է տարբերվել առանձին անձանց մոտ: Այդ պատճառով ադապտացիայի հիմքում ընկած արտաքին միջավայրին հարմարման սկզբունքը վեր է ածվում այդ փորձը սուբյեկտիվորեն յուրացնող անձի ինքնիրացման աղբյուրի:

Արտակարգ իրավիճակներին ադապտացումը դինամիկ գործընթաց է, քանի որ ենթարկվում է տվյալ իրավիճակից դուրս գալու փուլերին համապատասխանող ձևափոխություններին և նպաստում է սոցիալականացման գործընթացին՝ արտահայտվելով գործողությունների որոշակի մեխանիզմների մեջ:

Ադապտացիայի արժևորումը՝ որպես անորոշ ժամանակային սահմաններ ունեցող, բայց որոշակի նպատակադրվածությամբ գործընթաց, հետազոտողների առջև ներկայանում է որպես անձի հոգեբանական ռեսուրսների երկարաժամկետ ուսումնասիրման ոլորտ: Այդ ոլորտը անվերապահորեն ներառում է սոցիալական հարաբերությունների և ինստիտուտների վերականգնման միջոցների ու ուղիների հետազոտումը: Դրանից հետևում է, որ ադապտացիային և սոցիալականացմանը զուգահեռ ընթացող գործընթացները ոչ միայն երկարատև բնույթ են կրում, այլև նշանակում են հասարակության սոցիալական զարգացման և համախմբման ձևերը:

Սոցիալ-հոգեբանական ադապտացիան անձի պաշտպանության միջոց է, որի օգնությամբ թուլանում է ներքին հոգեկան լարվածությունը, տագնապանությունը, անհանգստությունը և ապակայունացնող այլ կացությունները: Պաշտպանական մեխանիզմները, որոնք արտահայտվում են անձի հոգեբանական ռեսուրսների համապատասխան մոբիլիզացման միջոցով, փաստորեն, հանդես են գալիս որպես անձի հոգեբանական ադապտացման հատկանիշներ: Նրանց կազմավորման և արտահայտման գործում, ինչպես վկայում են բազմաթիվ սոցիալ-հոգեբանական հետազոտությունները, որոշիչ նշանակություն ունեն արտակարգ իրավիճակները, որոնք պայմանավորում են համակարգող հոգեբանական ռեսուրսների՝ որպես պաշտպանական մեխանիզմների ձևավորու-

մը և բարձրացնում են անձի ադապտացման ներուժը ու նպաստում սոցիալականացման արդյունավետ գործընթացին¹⁵⁸:

Ադապտացիայի և սոցիալականացման հասկացության շրջանակների համադրումը նպաստում է անձի և հասարակության խմբերի միջև հետաքրքրությունների ու նպատակների միասնությանը և արտակարգ իրավիճակի բացասական դրսևորումների հաղթահարմանը:

Այսպիսով՝ ադապտացիայի գործընթացը, լինելով կենսական միջավայրին անձի հարմարման ընդհանուր պատկերի յուրահատուկ արտահայտություն, բնորոշվում է այդ եզրույթի տեսամեթոդաբանական հիմքերով և ենթարկվում է զարգացման գիտականորեն հիմնավորված օրինաչափություններին:

Արտակարգ իրավիճակներին անձի ադապտացիայի հոգեբանական ռեսուրսները

Միջավայրի հետ փոխհարաբերությունների ու կյանքի դժվարություններին հարմարվելու վերաբերյալ գրված հայեցակարգերն ու մոդելներն ուշադրությունը կենտրոնացնում են տարբեր օբյեկտի և սուբյեկտիվ գործոնների վրա, որոնք հեշտացնում են մարդու՝ դրան հարմարվելու գործընթացը:

Անձի ռեսուրսներն իրական ներուժ են ձևավորում անբարենպաստ կենսական իրադարձություններին հաջող հարմարեցման համար: Անգամ դրանց պարզ գոյությունն ապահովում է հարմարեցման գործառույթ՝ վստահություն է ներշնչում մարդուն, պահպանում նրա ինքնությունը, ամրացնում ինքնահարգանքը, սակայն սթրեսային իրադարձությունները հաճախակի պահանջում են լրացուցիչ պաշարների ներգրավում՝ բացի նրանցից, որոնք ուներ ինքը՝ անձը:

Նախ՝ դիտարկենք հարմարեցման ու կյանքի դժվարությունների հաղթահարման ռեսուրսները: Կ. Մուզդիբաեվի կարծիքով՝ ռեսուրսները կենսական արժեքներն են, այն ամենը, ինչը մարդն օգտագործում է միջավայրի պահանջներին համապատասխանելու համար: Սովորաբար տարբերում են ռեսուրսների երկու խոշոր դաս՝ անձնական ու միջավայրային: Երբեմն դրանք անվանում են հոգեբանական ու սոցիալական ռեսուրսներ: Հոգեբանական

¹⁵⁸ Бергер П., Социальное конструирование реальности, М., 1995, с. 219; Василуок Ф. Е., Психология переживания: Анализ преодоления критических ситуации, М., 1984; Кон И.С., Социология личности, М., 1967, с. 104–107; Корель Л.В., Социология адаптации : этюды апологии, Новосибирск, 1997; Кузнецов, П. С., Адаптация как функция развития личности, Саратов, 1999; Озернюк Н.Д., Механизмы адаптаций, М., 1992; Skinner B.F., Science and Human Behavior, N. Y.: Macmillan, 1953, p. 91.

ռեսուրսները ներառում են անհատի հմտություններն ու կարողությունները, իսկ միջավայրայինը արտացոլում են գործիքային, բարոյական ու հուզական օգնության մատչելիությունը սոցիալական շրջապատի կողմից: Ավելի մանրամասն դասակարգումը ոչ միայն չի նույնացնում կոնկրետ ռեսուրսները, այլ հաճախակի մատնանշում է դրանց աղբյուրները: Ուստի առանձնացնում են մշակութային, քաղաքական ու ինստիտուցիոնալ ռեսուրսները:

Մթերեսորների կառավարման գործում հաջողությունն անմիջականորեն կախված է առկա ու մատչելի ռեսուրսների բնույթից ու աստիճանից: Բարոյական վիճակն ու աշխուժությունն ազդում են կայունության վրա, իսկ կենսական բարդ խնդիրների լուծման ժամանակ սեփական արդյունավետության նկատմամբ հավատքը՝ հաստատականության վրա, իսկ նյութական միջոցների առկայությունը մուտք է բացում տեղեկատվական, իրավաբանական, բժշկական և մասնագիտական օգնության այլ ձևերի համար: Քանի որ ռեսուրսների մատչելիությունը տարբեր է, ցածր տնտեսական կարգավիճակ ունեցող մարդիկ ավելի հաճախ են անգործություն զգում սթրեսային հանգամանքների առջև, քան հասարակության ունևոր շերտերի ներկայացուցիչները: Սահմանված է նաև, որ փոքր ռեսուրսներ ունեցող մարդիկ ավելի հաճախ ընտրում են խուսափելու ռազմավարություն՝ համեմատած նրանց հետ, ովքեր դրանց պակասը չեն զգում, սակայն անգամ հարմարեցման ու յուրացման ռեսուրսների բավարարության կամ ավելցուկության ժամանակ հաճախակի դրանք մնում են չօգտագործված: Դրանց կիրառման համար խոչընդոտ են դառնում մշակութային արժեքները, հասարակական կարծիքը, անձնական որակները, իսկ փորձարարական հետազոտությունները հաստատեցին, որ օգնության որոնումը զսպող պատճառներ հաճախակի դառնում են անձի ինքնահարգանքի նկատմամբ հնարավոր վնասը, իր մասին շրջապատողների կարծիքը չվատթարացնելու նրա ձգտումը, սեփական թուլությունը ցույց տալը չցանկանալը, ինչպես նաև սեփական անկախությունը կորցնելու վախը և այլն: Մարդիկ, սակայն, երբեմն հրաժարվում են օգնության խնդրանքից՝ սեփական անխոցելիության պատրանքի պատճառով ու իրադարձությունների դրական ավարտի վերաբերյալ անիրատեսական լավատեսության հետևանքով¹⁵⁹:

¹⁵⁹ Janof-Bulman, R. and L. Lang-Gunn: 1988, 'Coping with disease, crime, and accidents: The role of self-blame attributions', in L. Y. Abramson (ed.), *Social Cognition and Clinical Psychology: A Synthesis* (Guilford, New York, London), pp. 116–147; Nadler A., *Help-seeking*

Համաձայն հարմարեցման ու տիրապետման համար պատասխանող անձնական առանձնահատկությունների արտասահմանյան հետազոտողների տվյալների՝ կյանքի անբարեկեցություններին դիմադրելու առավել ունիվերսալ գործոն է հանդիսանում անձի կայունությունը: Փորձը բացահայտել է, որ բնավորության հենց այս գիծը հիմնային է դարձել սթրեսային իրադարձություններին բաց ու գործուն կերպով հակազդելու հարցում: Եվ, ընդհակառակը, ոչ կայուն մարդիկ ցուցաբերում էին էներգիայի բացակայություն, անգործություն, հսկողության լոկուսի արտաքնություն, նիհիլիզմ ու սեփական «Ես»-ից օտարացում¹⁶⁰: Ինչպես ցույց են տվել հետազոտությունները, մարդու մեջ ամենախոցելիին նրա ցածր ինքնահարգանքն է, ուստի այն մարդիկ, որոնք հակված են նվազեցնելու սեփական կարողություններն ու հաջողությունները, սեփական նշանակությունն ու արժեքները չափազանց ցավոտ են տանում կյանքի սթրեսորները: Ապացուցված է նաև, որ սթրեսային հարվածներից ավելի խոցելի են եղել նրանք, ովքեր կատարվածի նկատմամբ ունեցել են իռացիոնալ համոզմունքներ, այն ժամանակ, երբ ռացիոնալ համոզմունքները հանդես են եկել իբրև յուրօրինակ բուֆեր անհաջողությունների դեմ¹⁶¹:

Տարբեր մոտեցումների վերլուծության հիման վրա կարելի է առանձնացնել բուն հոգեբանական բնութագրերը, որոնք բարձրացնում են անձի կայունությունը հոգեվնասող գործոնների ազդեցության նկատմամբ: Այդպիսի հոգեբանական բնութագրերը մենք կանվանենք բարդ կենսական իրադրություններին անձի հարմարեցման հոգեբանական ռեսուրսներ:

Կենսական բարդ իրադրության հաղթահարման հաջողության համար պատասխանատու անձի հետազոտություններում առավելապես հաճախ հիշատակվող գծերից առանձնացվում է անձի հսկողության լոկուսը կամ ինտերնալությունը-էքստերնալությունը, որը, մասնավորապես, դրսևորվում է սեփական հաջողության մեջ սուբյեկտիվ վստահության ու կյանքի բարդ հանգամանքները հաղթահարելու պատրաստակամության մեջ: Էքստերնալները համարում են, որ այն ամենը, ինչը տեղի է ունենում իրենց կյանքում, կախված է արտաքին, իրենց կողմից անհսկելի գործոններից ու հակված չեն պատասխանատվություն կրելու սեփական կյանքի իրադարձությունների հա-

behavior: Psychological costs and instrumental benefits // In M. S. Clark (Ed.), Review of personality and social psychology, Vol. 12, New York, 1991, pp. 290-312

¹⁶⁰ Kobasa, S. C., & Puccetti, M. C., Personality and social resources in stress resistance. Journal of Personality and Social Psychology, 1983, #45, pp. 839-850.

¹⁶¹ Weinstein N. D., Klotz M. L., Sandman P. M., "Optimistic biases in public perceptions of the risk from radon," Lessons from a Study in Radon Risk Communication," N.Y., May 1988.

մար, որոշումներ ընդունելու: Դա դրսևորվում է նաև «սովորած անգործության» երևույթի մեջ, որն իրենից ներկայացնում է ավելին, քան պարզապես հսկողության էքստերնալ լոկուս՝ ձեռք բերելով անձի կենսական դիրքի պարամետրերը, որը հրաժարվում է որոշումներ ընդունել ու իր վրա վերցնել սեփական կյանքի համար պատասխանատվությունը, իսկ ինտերնալները, ընդհակառակը, համարում են, որ իրենց հետ տեղի ունեցածը պատահական չէ և մեծապես առաջացել է իրենց սեփական ակտիվության պատճառով և, համապատասխանաբար, իրենց պատասխանատու են համարում այն ամենի նկատմամբ, ինչը տեղի է ունենում իրենց հետ, հակված են ընդունելու կյանքի մարտահրավերները: Պատասխանատվության ընդունումն ու տեղի ունեցածի վրա ազդելու սեփական կարողությունների մեջ վստահությունը հանդիսանում են այն գործոնները, որոնք էական ազդեցություն են գործել կյանքի դժվարություններին տիրապետելու գործընթացի վրա՝ լինելով «hardiness» անձնական որակի անբաժանելի մասը:

Վ. Ֆրանկլի¹⁶² դիրքորոշումն այն է, որ, եթե մարդը գիտի «ինչի համար», նա կարող է դիմանալ ցանկացած «ինչպես»-ին: Վ. Կրամբոն,¹⁶³ բերելով մարդու համար տարերային աղետի հոգեբանական հետևանքների մասին սեփական դիտարկումները, մատնանշում է նաև այն, որ այն մարդիկ, ովքեր ունեցել են կյանքում իմաստ ու նպատակ, ավելի հաջողությամբ էին հաղթահարում բարդ կենսական հանգամանքները: Մարդու մոտ գիտակցվող կյանքի նպատակների ու իմաստի առկայությունը, կյանքում սեփական կոչման գիտակցումը, հանդիսանում է մի հզոր գործոն, որը բարձրացնում է անձի կայունությունը անբարենպաստ հանգամանքների ազդեցության նկատմամբ: Այդպիսի իմաստի բացակայությունը, «էքզիստենցիալ վակուումը», ընդհակառակը, բարձրացնում է մարդու խոցելիությունը՝ զրկելով իր կյանքի վեկտորից ու արժեքից:

Անձի հոգեբանական հասունությունը, որն արտահայտվում է «հոգեբանական տարիք» հասկացության մեջ, ազդեցություն է գործում կենսական դժվարություններն արդյունավետ կերպով հաղթահարելու նրա կարողության վրա: Հասուն վերաբերմունք սեփական կյանքի նկատմամբ, անցյալին, ապագային տրվող գնահատականների ողջամիտ հավասարակշռությունը, պայ-

¹⁶² Франкл В., Человек в поисках смысла. – М.: Прогресс, 1990, 368 с.

¹⁶³ Crumbaugh J., Cross-Validation of Purpose in Life Test, Journal of Individual Psychology, 1968, pp. 74-81

մաններ է ստեղծում հոգեվնասող իրադարձության բարեհաջող ինտեգրման համար: Հոգեբանական տարիքի էական շեղումները քրոնոլոգիականից վկայում են հոգեկան տրավմային չարձագանքվածության մասին:

Ապագայի նկատմամբ պլանները նույնպես կարևոր դեր են խաղում հոգեվնասող իրադարձության ազդեցության նկատմամբ մարդու կայունության բարձրացման գործում. սեփական ապագան պլանավորելու ցանկության բացակայությունը հետտրավմատիկ սթրեսի դրսևորումներից մեկն է:

Իրադարձության ներառումը սեփական կյանքի համատեքստի մեջ, դասերի քաղումը, այն դրական եզրույթներով վերաիմաստավորելու կարողությունը յուրացման հիմնական ռազմավարություններից մեկն է: Ստեղծված իրավիճակում իմաստ գտնելու կարողությունը, այն աշխարհի սուբյեկտիվ պատկերի մեջ ինտեգրելու կարողությունը հնարավորություն է տալիս ընկալելու իրադարձություններն՝ իբրև ավելի կանխատեսելի, տրամաբանական ու հասկանալի¹⁶⁴:

Կենսական դժվարությունների հաղթահարման գործում ճանաչողական գնահատման նշանակությունն ընդգծում է Լ. Լ. Անցիֆերովան¹⁶⁵: Ճանաչողական գնահատման գլխավոր արդյունք է հանդիսանում իրադարձության ենթահսկվածության աստիճանի մասին եզրակացությունը, որը, իր հերթին, սահմանում է հարմարման ու տիրապետման կոնկրետ ռազմավարության ընտրությունը:

Տեղի ունեցող գործընթացների օրինաչափությունների ըմբռնումը, էքստրեմալ իրադարձություններում վարքագծի կանոնները հանդիսանում են հաղթահարման ճանաչողական ռեսուրսներ, որոնք հիմնված են այս կամ այն իրադարձությունների մեխանիզմների ու օրինաչափությունների մասին մարդու գիտելիքների վրա, ինչպես նաև՝ դրանց առաջացման հավանականության վրա: Այս էքստրեմալ իրադարձությունները դադարում են իռացիոնալ երևալ նրա աչքերում: Ըմբռնման գործընթացների կարևորությունը մարդու արդյունավետ կենսագործունեության համար դժվար է գերազնահատել: Ըմբռնումը թույլ է տալիս մարդուն անձնական իմաստ հաղորդել իրադարձությանը և այն ամենին, ինչը տեղի է ունենում իր հետ ու նրա շուրջ:

¹⁶⁴ Young B. H., Ford J. D., Ruzek J. I. Friedman M.J, Fred D. G., Disaster mental health services, California, 2008.

¹⁶⁵ Анциферова Л.И., Психология повседневности: жизненный мир личности и «техники» её бытия // Психол. журн., Т.14, 1993, №2, с. 8–16.

Սուբյեկտիվ հավանական կանխորոշումը, որը թույլ է տալիս իրականացնել գործառնական համակարգերի նախատրամադրում ապագա իրադարձությունների նկատմամբ, նույնպես կարևոր դեր է խաղում կենսական դժվարությունները հաղթահարելու մարդու կարողության մեջ, քանի որ հնարավորություն է տալիս նախապատրաստվելու ակնկալվող բացասական իրադարձություններին ավելի մեծ հաջողությամբ և լիարժեքորեն, զինված ձևով: Ջ. Ա. Քելլին պնդում էր, որ անձի մեջ հոգեբանական գործընթացները տեղի են ունենում այն հանգամանքի հիման վրա, թե ինչպես է նա անտիցիպացնում իրադարձությունները, ուստի սուբյեկտիվ հավանական կանխորոշումը կարգավորիչ ազդեցություն է գործում ոչ միայն ֆիզիոլոգիական գործընթացների վրա, այլև՝ մարդու անձի բոլոր ոլորտների վրա¹⁶⁶: Իրադարձությունների հավանական կանխատեսման կարողությունն ու դրանց հիման վրա ընկած օրինաչափությունների իմացությունը հնարավոր է դարձնում «անտիցիպացնող յուրացումը», ինչը զգալիորեն նվազեցնում է անսպասելի կենսական դժվարությունների տրավմատիկ արդյունքը:

Սոցիալական աջակցության և իրադարձության բացասական հետևանքների հաղթահարման օբյեկտիվ հնարավորության մեջ վստահությունը նույնպես դառնում է դժվարությունների առջև մարդու հոգեբանական կայունության կարևոր գործոն:

Սկզբունքայնորեն կարևոր է այն փաստը, որ թվարկված հոգեբանական ռեսուրսները պատկանում են վերարտադրվող և, ավելին, մարդու ողջ կյանքի ընթացքում ձևավորվող ռեսուրսների թվին: Դա «մարդ-միջավայր» փոխհարաբերությունների համակարգում այն փոփոխականն է, որը գտնվում է բուն մարդու իշխանության ներքո: Հարմարեցման ու հաղթահարման հոգեբանական ռեսուրսները կամ գումարվող կենսակայունությունները՝ անձի այն հենքային բնութագրերն են, որոնք միջնորդում են նրա գիտակցության ու վարքագծի վրա զանազան բարենպաստ ու անբարենպաստ հանգամանքների ազդեցությունը՝ սոմատիկ հիմնախնդիրներից ու հիվանդություններից մինչև սոցիալական պայմանները: Այս ռեսուրսների անբավարարությունը բարձրացնում է մարդու դեզադապտացիայի ռիսկն ու նրա մոտ հետվնասվածքային սթրեսի զարգացման ռիսկը:

Տարբեր մարդկանց վարքը քննելիս կարող ենք նկատել, որ ոմանք հեշտ են հակազդում սթրեսին, իսկ մյուսները՝ ոչ: Կարելի է ենթադրել, որ սթրեսային

¹⁶⁶ Kelley H. H., Attribution theory in social psychology, In D. Levine (ed.), Nebraska Symposium on Motivation, V. 15, 1967, pp. 192-238 Lincoln: University of Nebraska Press.

իրավիճակում տարբեր անձինք տիրապետում են սթրեսի հաղթահարման տարբեր ռեսուրսների: Փաստենք նաև, որ հոգեբանական գիտակարգում դեռևս հստակեցված չէ «հոգեբանական ռեսուրսի» հասկացության շրջանակը: Ռ.Լա-գարուսը քուպինգ-վաքի հիմքում դնում է քուպինգ-ռազմավարությունների և քուպինգ-ռեսուրսների փոխազդեցությունը, իսկ ռեսուրսների տակ հասկացվում են անձնային և միջավայրային ռեսուրսները: Մեր կողմից առաջարկվում է միջավայրային ռեսուրսները տարանջատել՝ ըստ արտակարգ իրավիճակում անձին շրջապատող և անձի հետ փոխգործող ինստիտուցիոնալ-կազմակերպչական (միջնորդավորված) և խմբային-համագործակցային (անմիջական) ռեսուրսների:

Սթրեսի հաղթահարմանն ուղղված գործընթացներում հատկապես կարևորվում են անձնային ռեսուրսները: Ն.Ե.Վոդոպյանովան անձի ռեսուրսների տակ հասկանում է գիտելիքը, կարողությունները, հմտությունները, ընդունակությունը, փորձը, կոնստրուկտիվ վարքը, որոնց հանրագումարը հնարավորություն է տալիս անձին լինելու առավելապես սթրեսակայուն ու ադապտիվ¹⁶⁷: Անձի հոգեբանական ռեսուրսների դիտարկումը արտակարգ իրավիճակներում անհրաժեշտաբար հանգեցնում է ադապտացման հասկացության սոցիալ-հոգեբանական գնահատմանն ու արժևորմանը: Սոցիալ-հոգեբանական տեսանկյունից մեր կողմից հատկապես կարևորվում է արտակարգ իրավիճակով պայմանավորված նորաստեղծ սոցիալական կառույցներին ադապտացիայի անձի հոգեբանական ռեսուրսները: Այս տեսանկյունից ադապտացումը կարող է ներառվել անձի սոցիալականացման համակարգում:

Առանձնացվում են անձի հոգեբանական ռեսուրսների մի քանի տեսակներ՝

- կոգնիտիվ հաղթահարման ռեսուրսներ՝ պոզիտիվ մտածողության կիրառում սթրեսի պատճառների և հաղթահարման ուղիների մշակման նպատակով (ադապտացիայի կոնստրուկտիվ և դեստրուկտիվ կոգնիտիվ հետևանքներ).
- էմոցիոնալ հաղթահարման ռեսուրսներ.
- վարքային հաղթահարման ռեսուրսներ:

Առաջինը՝ կներկայացնի անձի կարողություններն ու գիտելիքը արտակարգ իրավիճակում գործելու և այդ իրավիճակը հաղթահարելու, դրանից հետո կանոնավոր կյանքին անցնելու ուղիների մշակման հարցում, իսկ երկրորդ՝

¹⁶⁷ Водопьянова Н. Е. Психодиагностика стресса. — СПб.: Питер, 2009. — 336 с.

դեստրուկտիվ կոգնիտիվ հետևանքների դեպքում առկա կլինեն ուշադրության թուլացումը, մտածողության սոցիոմեթ արտահայտվածությունը, կմատնանշի կյանքի կանոնավոր ընթացքին անցնելու անձի անկարողությունը:

Էմոցիոնալ հաղթահարման ռեսուրսներ. սեփական զգացմունքների ու ապրումների գիտակցումն ու ընդունումը: Այստեղ նույնպես կարող ենք առանձնացնել ադապտացիայի էմոցիոնալ կոնստրուկտիվ հետևանքների՝ որպես սոցիոմեթ զգացմունքների տիրապետման, ապրումների դինամիկայի նկատմամբ վերահսկման ու պոզիտիվ ապրումների ուղղորդման և դեստրուկտիվ հետևանքների՝ վախի, տխրության, տագնապի ու անգործության ապրումների տեսքով արտահայտված տեսակները:

Վարքային հաղթահարման ռեսուրսները ապահովում են առաջին երկու տեսակների արտահայտվածությունը անձի կենսագործունեության մեջ: Ելնելով մեր կողմից ներկայացված վերոնշյալ հոգեբանական ռեսուրսների կառուցվածքային դասակարգման տրամաբանությունից՝ կարող ենք վարքային գործոնը ևս ենթարկել նույն օրինաչափությանն ու քննել որպես կոգնիտիվ վարքային և էմոցիոնալ վարքային ռեսուրսներ: Դրանցից առաջինը կնշանակի վարքի այնպիսի դրսևորումներ, որոնք առավելապես պայմանավորված են անձի կոգնիտիվ ռեսուրսներով: Էմոցիոնալ վարքի հասկացությամբ շրջանակը, համապատասխանաբար, կկազմի վարքի այնպիսի արտահայտվածությունը, որի հետևանք են անձի ապրումներն ու զգացմունքայնությունը: Յուրաքանչյուր վարքի տեսակ, նմանապես, կենթարկվի ընդհանուր ենթակառուցվածքային դասակարգման՝ որպես կոգնիտիվ կամ էմոցիոնալ վարքի կոնստրուկտիվ և դեստրուկտիվ բաղադրիչների՝ արտահայտված վարքի գործունեության սոցիոմեթ կամ սոցիոմեթ դրսևորումներով:

Ինչպես տեսնում ենք, ադապտացիայի հոգեբանական ռեսուրսների եռաստիճան մոդելը իրենից ներկայացնում է անձի հոգեկան առողջության սոցիալ-հոգեբանական գործոնը, որի առկայությունն էլ թույլ է տալիս անձի ադապտացիայի եզրույթը սահմանել որպես հոգե-սոցիալական հարմարման մեխանիզմ:

Հոգեբանական պաշտպանություն և ինքնիրացում

Մի շարք հետազոտողներ հակված են այն մտքին, որ ինքնիրացման արդյունավետությունը սերտորեն կապված է անձի հոգեբանական պաշտպանության և կայունության հետ: Սույն ենթադրությունների հաստատման կամ ժխտման նպատակով նախ և առաջ բացահայտենք նշված հասկացությունները և դրանց մեջ առկա կապերն ու փոխազդեցությունները (ինքնիրացում, հոգեբանա-

կան կայունություն): Հոգեբանական հետազոտությունները բացահայտում են արտաքին գործոնների դրական և բացասական ազդեցությունը անձի ինքնիրացման գործընթացի վրա, որը մեծապես կախված է շրջակա միջավայրի պայմաններից:

«Ինքնիրացում» տերմինը հոգեբանության շրջանառության մեջ է մտցվել Աբրահամ Մասլոուից հետո, ով ակտիվորեն ուսումնասիրել է անձի ինքնիրացման պրոբլեմատիկան: Հետազոտությունները նրան տվեցին մարդու պահանջմունքների ստորակարգության (հիերարխիայի) առկայության գաղափարը, որը 1943թ. հեղինակը բուրգի տեսքով ներկայացրեց իր՝ «Մարդկային պատճառաբանության տեսություն» հոդվածում:

Մասլոուն համարում էր, որ ինքնիրացման պահանջմունքը, ըստ «բուրգի պահանջմունքների» հերթականության, մարդու պահանջմունքներից ամենավերջինն է: Ավելի ցածր դիրքում գտնվող պահանջմունքների բավարարումից հետո արդիական են դառնում ավելի բարձր մակարդակի պահանջմունքները:

Հարկ է նշել, որ պահանջմունքները չեն գտնվում անխախտելի հաջորդականության մեջ, ինչպես դա ցուցադրված է «պահանջմունքների բուրգի» վրա: Պահանջմունքներից մեկի ճնշումը կարող է ուժեղացնել կամ թուլացնել նրա հետ փոխներգործող մյուս դրդապատճառները: Պարզվել է, որ ֆաշիստական համակենտրոնացման ճամբարներում տառապած մարդկանց մեջ ինքնապաշտպանության բնագոյն այնքան է ուժեղանում, որ արտամղում է մյուս բոլոր բնագոյնները: Նման մարդիկ կարող են ծայրահեղ եսակենտրոնություն և դավաճանական հակումներ դրսևորել: Սա դրդապատճառների փոխներգործության ձևերից մեկն է: Երկրորդ համաշխարհային պատերազմի տարիներին ԱՄՆ-ում մարդկանց մինչև 25 շաբաթ քաղցած պահելով (գիտափորձում) պարզել են, որ մշտական քաղցածությունը արտամղում է մնացած բոլոր պահանջմունքները, նույնիսկ սեռականը՝ մարդուն դարձնելով գերզրգույթ, ագրեսիվ¹⁶⁸:

Ռ. Ա. Զոբովը և Վ. Ն. Կելասնը առանձնացրել են անձի ինքնիրացման վրա ազդող երկու խումբ գործոններ՝

1) մարդկային գործոններ (արժեքային կողմնորոշումները, մտքի ճկունությունը, կամքը և այլն).

2) գործոններ, որոնք կախված չեն մարդուց (սոցիալական իրավիճակը, նյութական ապահովվածության վիճակը, զանգվածային լրատվական միջոցնե-

¹⁶⁸ Стел` Байлук В. В., Сущность самореализации личности и ее структура: Педагогическое образование в России, М., 2011, 12-16.

րի ազդեցությունը մարդկանց վրա, էկոլոգիական միջավայրը և այլն)¹⁶⁹: Ըստ Ի. Պ. Սմիրնովի՝ սեփական ներուժի իրացման համար որոշիչ են ոչ այնքան մարդու բնատուր ձիրքը, որքան արտաքին միջավայրի ներգործությամբ ձևավորված գործոնները¹⁷⁰:

Համակարգային մոտեցման դեպքում կարող ենք առանձնացնել ինքնիրացման հետևյալ բազային նախադրյալները՝ էկոլոգիական, ֆիզիոլոգիական, հոգեբանական, մանկավարժական և սոցիալական: Անձի ինքնիրացումը իրենից ներկայացնում է ֆունկցիոնալ բարդ համակարգ, որը ներառում է հոգեբանական համալիր կազմավորումներ: Այլ կերպ ասած, ինքնիրացումը հոգեբանական բազմաբովանդակ կազմավորում է, որը դետերմինացված է արտաքին և ներքին գործոններով, որոնք ապահովում են անձի ինքնաարտահայտման արդյունավետությունը նրա կենսագործունեության տարբեր ոլորտներում: Անձի ինքնիրացման գործընթացի վրա առավելապես ազդում են այնպիսի անհատական առանձնահատկություններ, ինչպիսիք են՝ նրա ակտիվությունը, լավատեսությունը, ներքին (ինտերնալ) վերահսկողության լոկուսը, ստեղծարարությունը, բարձր շարժառիթավորումը, պահվածքում և շփման մեջ կառուցողական մոտեցումը:

Ժամանակակից հասարակության մեջ մարդիկ պարբերաբար հայտնվում են դժվար և ճգնաժամային իրավիճակներում: Դա պայմանավորված է տարբեր գործոններով՝ քաղաքական, տնտեսական, բնապահպանական, սոցիալական (աղքատություն, հիվանդություն, անգործություն, բարոյական արժեքների կորուստ և այլն): Կյանքի համար վտանգ ներկայացնող իրավիճակների վերլուծության հետ կապված՝ հոգեբանական գրականության մեջ օգտագործում են հասկացությունների լայն շրջանակ՝ դժվար իրավիճակ (Լ. Ի. Անցիֆերովա, Ս. Կ. Նարտովա-Բոչավեր), կյանքի իրադարձություններ (Լ. Գ. Դիկայա, Ա. Վ. Մախնաչ), արտակարգ իրավիճակ (Ս. Շ. Մագոմեդ-Էմինով), ճգնաժամային իրավիճակ (Վ. Վ. Նուրկովա) և այլն:

Ֆ. Ե. Վասիլյուկը հանգել է այն մտքին, որ վտանգավոր և անելանելի պետք է սահմանել այնպիսի իրավիճակը, երբ անձը բախվում է իր կյանքի համար առաջնահերթություն հանդիսացող ներքին կարիքների (դրդապատճառների, ձգտումների, արժեքների և այլն) իրագործման անհնարինության հետ: Ընդ որում, արտակարգ և վտանգավոր հանդիսացող իրավիճակի ձևը կախված է «անհնարինության» վիճակից, որում հայտնվել է անձի կենսագործունեությունը: Հետևաբար, նման իրավիճակներում առաջնահերթ կարելի է համարել անձնա-

¹⁶⁹ Зобов Р. А., Келасьев В. Н., Самореализация человека: введение в человекознание, СПб., 2001.

¹⁷⁰ Сму́ Психологическая диагностика индекса жизненного стиля (пособие для врачей и психологов) / Под ред. Л.И.Вассермана, СПб., 1998.

յին այնպիսի ունակություններն ու հմտությունները, որոնք օգնում են դիմադրելու արտաքին բացասական ազդեցություններին և հաղթահարելու կյանքի դժվար իրավիճակներն ու սթրեսները:

Անբարենպաստ պայմաններում անձի հոգեկան ակտիվ գործունեության պահպանումը և հարմարվողականությունը իրագործվում են հոգեբանական կայունության շնորհիվ:

Մ. Մկրտումյանը նշում է, որ Ա. Ռեբերի բառարանում կայունությունը հասկացվում է որպես անձի բնութագիր, որը ոչ ստանդարտ իրավիճակներում համեմատաբար հուսալի և կայուն ցուցանիշներ ունի: Տվյալ բառարանում կայունությունը բնութագրվում է որպես առավել հուզական փոփոխությունների բացակայություն¹⁷¹: Այս դեպքում հաճախ օգտագործվում է ճշտող, շտկող «հուզական կայունություն» հասկացությունը:

Լ. Մ. Աբուլինը «հոգեբանական կայունություն» հասկացությունը սահմանում է որպես մարդուն լարված գործունեության պայմաններում բնութագրող հատկություն, որի առանձին հուզական մեխանիզմները ներդաշնակորեն զուգորդվում են միմյանց և նպաստում դրված նպատակների ձեռքբերմանը¹⁷²:

Ըստ մի շարք հետազոտողների (Մ. Ն. Տորգաշով, Բ. Ա. Վյատկին, Ս. Լ. Մակարենկո, Բ. Մ. Տեպլով)՝ հոգեբանական կայունությունը պայմանավորված է խառնվածքի և նյարդային համակարգի առանձնահատկություններով:

Դժվար իրավիճակներում գտնվող մարդկանց հոգեֆիզիոլոգիական վիճակի մոդելավորմանն իրենց աշխատանքներում անդրադարձել են Ռոբերտ Յերկսը և Ջոն Դոդսոնը: Ըստ Ց. Պ. Կորոլենկոյի՝ նրանք ապացուցել են, որ հուզական գրգռվածությունից աշխատանքի արդյունավետության կախվածությունը ունի որոշակի սահման, որից հետո շարժառիթավորման բարձր աստիճանը հանգեցնում է անցանկալի հուզական հակազդումների (լարվածություն, անհանգստություն, սթրես): Արդյունքում գրանցվում է գործունեության վատթարացում:

Արտակարգ իրավիճակներում ամերիկյան հոգեբանների հետազոտություններով պարզվել է, որ կյանքի համար վտանգ ներկայացնող պայմաններում (զլխավորապես առաջին մարտից առաջ, մարտի ժամանակ, իսկ երբեմն էլ՝ մարտից հետո, երբ արդեն գիտակցվում է մահվան վտանգը) զինվորների 90 տոկոսը սարսափ է ապրում, 25 տոկոսը չի կարողանում դեկավարել միզապարկի և աղիքների աշխատանքը: Պարզվում է, որ աղիքների և միզապարկի դատարկումը կյանքին սպառնացող իրական վտանգի դեպքում բնական կենդանական բնագո

¹⁷¹ Մկրտումյան Մ. Պ., Արտակարգ իրավիճակների հոգեբանության կանխարգելման և վերականգնողական հիմնախնդիրները: Ուս. ձեռնարկ.-Եր.: Հանգակ-97, 2008.

¹⁷² Аболин Л. М., Психологические механизмы эмоциональной устойчивости человека.- Казань, 1987.

¹⁷² Аболин Л. М., Психологические механизмы эмоциональной устойчивости человека.- Казань, 1987.

է, որը մարդիկ ժառանգել են գազաններից: Այս երևույթը պայմանավորված է նրանով, որ դատարկ միզապարկով և աղիքներով առավել հեշտ է փախչել ու փրկվել: Ռազմական փորձագետները արձանագրել են նաև դեպք, երբ զինծառայողների մի գունդ, գորավարժությունների ժամանակ խոցելով 500 թիրախ, մի քանի օր հետո մարտական գործողություններում կատարել է ընդամենը 3 արդյունավետ կրակոց հակառակորդի ուղղությամբ: Գիտնականները հանգել են այն մտքին, որ բնագոյները արգելում են մարդուն ոչնչացնել իր կենսաբանական տեսակի ներկայացուցչին¹⁷³:

Ամեն դեպքում նրանք, ովքեր պատերազմի արհավիրքներից խեղվում, վնասվում և ծանր կորուստ են կրում, ինքնաբերաբար իրենց դասում են տուժածների խմբին: Վերոնշված խումբը կարող է օտարվել հասարակությունից, նկատելի դարձնել իր հիասթափությունը, դժգոհությունը, հասարակության անհավատարմությունը:

«Զոհի» կարգավիճակ ստանձնած և վերջինիս բնորոշ պասիվություն դրսևորած մարդկանց մոտ ի հայտ են գալիս անօգնականության ու հուսահատության զգացումներ: Ժամանակի ընթացքում զոհի դիրքորոշումը պասիվ վիճակից վերափոխվում է ակտիվ և նույնիսկ ագրեսիվ վիճակի: Նրանք սկսում են պաշտպանել իրենց իրավունքները: Զոհի դիրքորոշումը ներկայացվում է այսպես. *«Ես տուժած մարդ եմ: Իմ տառապանքները եզակի են: Ես այնքան թույլ և անօգնական եմ, որ յուրաքանչյուր ոք պետք է ցավի ինձ համար և օգնի ինձ»*: Սկզբնական շրջանում ընտանիքի անդամներն ու հարազատները ապահովում են տուժածի խնամքը և դրսևորում գերհոգատարություն, բայց աստիճանաբար սկսում են վերաբերվել նրան՝ որպես անլիարժեք մարդու, քանի որ նմանատիպ դիրքորոշում ունեցող մարդկանց խնդիրները մշտապես հիշեցնում են տառապանքների, ցավերի, զայրույթի մասին, որոնք բոլորը հակված են մոռանալու: Արդյունքում շրջապատի մարդիկ փորձում են ամեն կերպ խուսափել տուժածների հետ շփումից¹⁷⁴:

Մարդու առօրյա կյանքը կարելի է բնութագրել հատկանիշով, որը պայմանականորեն կարող ենք անվանել ապրելակարգ: Հոգեբանության մեջ այս տերմինը կապված է հարմարվողականություն (ադապտացիա), ինքնակարգավորում, կայունություն հասկացությունների հետ: Իրավիճակները, որոնք դուրս են

¹⁷³ <http://forum.pravda.com.ua: // Поведение человека на войне.>

¹⁷⁴ Насиновская Е. Е., Якубовская М. Я. Психологический барьер как защитный механизм личности в конфликтной ситуации, М., 1984; Ратинов А. Р., Ефремова Г. Х., Психологическая защита и самооправдание в генезисе преступного поведения // Личность преступника как объект психологического исследования, М., 1979, 3-33; Рядинская Е. Н., Особенности психологических состояний человека, проживающего в зоне вооруженного конфликта, в контексте трансформаций смысложизненных стратегий в постконфликтный период: Журнал <Психология и право>, 2003, 196-200.

գալիս ապրելակարգի տրամաբանությունից, կարելի է բաժանել երեք մակարդակի:

Առաջին մակարդակ՝ «առօրյա տհաճություններ», որոնք մարդը ինտեգրում է իր ապրելակարգի մեջ: Այս տհաճությունները ստեղծում են դժվարություններ, բայց չեն ընդհատում մարդու սովորական ապրելակարգը և չեն խոչընդոտում նրա ինքնիրացումը:

Երկրորդ մակարդակ՝ «դժվար իրավիճակներ», երբ արտաքին ազդեցությունների և դրանցից բխող ներքին փոփոխությունների հետևանքով ի հայտ են գալիս հարմարվողականության խանգարումներ: Այս իրավիճակները բնութագրվում են կայունության խանգարումներով: Արդյունքում մարդն այլևս ունակ չէ բավարարելու կենսագործունեության հիմնական պահանջմունքները:

Երրորդ մակարդակ՝ «արտակարգ իրավիճակներ», որոնք կապված են բնական և տեխնածին արտակարգ իրավիճակների՝ համաճարակների, ահաբեկչությունների, լայնամասշտաբ և տեղային զինված ընդհարումների և այլնի հետ: Ըստ հոգեբանների՝ բոլոր այս հանգամանքները հրահրում են հոգեկան և ֆիզիկական տագնապալի վիճակներ, որոնք կարելի է դիտարկել որպես խոչընդոտներ անձի զարգացման և ինքնիրացման ճանապարհին:

Բնական և տեխնածին աղետները, որոնց արդյունքում զոհվում և վիրավորվում են բազմաթիվ մարդիկ, ունեն սպառնալիքի անդամ աղբյուր: Բնական ծագում ունեցող արտակարգ իրավիճակների հետևանքներն ու դժվարությունները մարդիկ համեմատաբար հեշտ են հաղթահարում, մինչդեռ պատերազմների հետևանքով առաջացած վտանգները անթրոպոգեն են և պայմանավորված են մարդու գործունեությամբ:

Անթրոպոգեն բնույթի արտակարգ իրավիճակները քայքայիչ ազդեցություն են թողնում մարդու հոգեկանի վրա: Արդյունքում մարդու մոտ զարգանում է ինքնիրացմանը հակադիր, էկզիստենցիալիստական վիճակ, որը հոգեբանական գրականության մեջ հաճախ կոչվում է ինքնաօտարում: Հոգեբանական ճգնաժամի մեջ հայտնված անձը փորձում է մեկուսանալ մարդկային ճակատագրի անելանելի ողբերգությունից, ինչպես նաև շոկային այնպիսի վիճակներից, որոնք առաջանում են մահվան ու դաժանության նկատմամբ կյանքի արժեքների անիմաստության գիտակցումից¹⁷⁵:

Ըստ Է. Ֆրոմմի՝ մարդու հիմնական ընտրությունը կյանքի ու մահվան միջև ընտրությունն է: Յուրաքանչյուր արարք ենթադրում է այդ ընտրությունը: Լինել

¹⁷⁵ Ղարազուլյան Ա. Լ., Կայունությունը և անկայունությունը հասարակական զարգացման համատեքստում // Անցումային հասարակություն. Մոցիովճակության փոխակերպումներ, պրակ 4, Երևան 2008, 27-36.

օտարված՝ նշանակում է զրկվել մարդկային կարողություններն օգտագործելու հնարավորությունից:

Ինքնաօտարումը մշտապես հակասում է անձի զարգացմանն ու ինքնիրացմանը: Որոշ հեղինակներ «ինքնիրացում» տերմինը նույնացնում են «կյանքի ուղի» հասկացության հետ, իսկ «ինքնաօտարում» տերմինը սահմանում են որպես ճանապարհ, որը տանում է մահվան¹⁷⁶:

Վերլուծելով հոգեբանական գրականության մեջ տեղ գտած դիտարկումները հետազոտվող խնդրի վերաբերյալ՝ կարող ենք շեշտել, որ հոգեբանական կայունությունն անձնային որակ է, որի առանձին կողմերն են հաստատունությունը, հավասարակշռությունը, դիմադրողականությունը: Այն անձի շատ բարդ ու տարրդունակ որակ է, որում միավորվում են մի շարք համալիր ընդունակություններ, տարբեր մակարդակների նյարդահոգեբանական բարդ երևույթներ, որոնք արտահայտվում են՝ կրելով արտաքին միջավայրի ազդեցությունը:

¹⁷⁶ Байлук В. В., Сущность самореализации личности и ее структура: Педагогическое образование в России, М., 2011, 12-16.

ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ ՊԱՇՏՊԱՆՈՒԹՅԱՆ ՄԻՋԱՎԱՅՐԱՅԻՆ ԳՈՐԾՈՆՆԵՐԸ

Հոգեբանական պաշտպանությունը արտակարգ իրավիճակներում

Ժամանակակից հոգեբանական գիտակարգում ուսումնասիրությունների մեծ մասը պաշտպանության մեխանիզմների արտահայտությունը դիտարկում է որոշակի սոցիալ-հոգեբանական պայմաններում, ինչի արդյունքում նպատակահարմար չի լինում խոսել մեխանիզմների արտահայտման բոլոր պայմանների մասին:

Հաշվի առնելով վերոգրյալը՝ փաստենք, որ պաշտպանության մեխանիզմների վերաբերյալ ուսումնասիրությունները բազմազան են իրենց տեսական հարցադրումների և քննարկվող խնդիրների մեթոդական լուծումների տեսանկյունից: Արդյունքում գիտական հրապարակ են ներկայացվում ոչ բոլոր տեսական հիմնախնդիրները՝ կապված հոգեբանական պաշտպանության մեխանիզմների արտահայտությունների ոլորտների հետ, կուտակվում են բավական արդիական հարցեր, որոնցից իր արդիականությամբ առանձնանում են ժամանակակից կոնֆլիկտային իրավիճակները, մասնավորապես այնպիսիք, որոնք առաջանում են քաղաքակրթությունների բախման սահմանին և աչքի են ընկնում քաղաքական, սոցիալ-հոգեբանական, ազգային ու տնտեսական դրսևորումներով: Հասարակական հնչեղություն ու հանրային նշանակություն ունեցող նման համատարած կոնֆլիկտային իրավիճակներում ձևավորվող հոգեբանական պաշտպանության մեխանիզմները կարելի է առանձնացնել ըստ՝

- դրսևորման հանրային տարածվածության.
- գործարկման ժամկետի.
- ընտրանքի ընդգրկվածության.
- ազգային-հոգեբանական Ես-պատկերի կարծրացման.
- անձի ինքնության և ինքնառեալիզացիայի ձևավորման ցուցանիշների:

Հոգեբանական պաշտպանության մեխանիզմների վերը ներկայացված ցուցանիշների արտահայտվածության և գործառությանի առանձնահատկությունների վրա ազդում են մի շարք գործոններ: Ելնելով խնդրո առարկայից՝ մեր կողմից առանձնացվել է կոնֆլիկտային իրավիճակով պայմանավորված այն գործոնների շարքը, որը հոգեբանական լարվածություն է առաջացնում ազգաբնակչության մոտ, ուստի նախադրյալներ է ստեղծում հոգեբանական պաշտպանության մեխանիզմների առաջացման ու զարգացման համար: Նման գործոններից կարելի է նշել՝

➤ սոցիալ-կենցաղային պայմանների ոչ լիարժեքությունն ու անձնական խնդիրների առկայությունը.

➤ անձի սոցիալականացման ձևավորման և հասարակությունում ադապտացիայի բարձրացման մշտական պահանջը.

➤ սոցիալական անումիայի պայմաններում ապագայի հանդեպ անորոշ սպասումներով պայմանավորված աշխատանքային ռեժիմի հնարավոր փոփոխությունները.

➤ պատերազմական գործողությունների հավանական վերսկսման պարագայում պաշտպանական օպերատիվ խնդիրների կատարմամբ պայմանավորված մտահոգությունները և մտավախությունները.

➤ հեռանկարում իրեն հուսալի և ազդեցիկ պատկերացնելուն խոչընդոտող արգելքները, պապա ծրագրերի հանդեպ հավատի անկումը.

➤ անձի՝ հարազատներից կտրվածությունը, կենսամիջավայրի փոփոխությունը, նոր շրջապատում շփման սահմանափակությունը և իրեն օտարոտի զգալու ախտանիշի առկայությունը.

➤ ազգաբնակչության սերնդափոխությունը, անցած փորձի առավելագույնս արմատավորման խնդիրները.

➤ արտաքին սպառնալիքի մշտական առկայությունը, անումիկ պայմաններում գտնվելու հանգամանքով պայմանավորված անհանգստությունը:

Թվարկած գործոնների շարքը, անկասկած, կարելի է շարունակել, սակայն ակներև է նշվածի կարևորությունը սոցիալական անումիայի պայմաններում անձի հոգեբանական պաշտպանության հիմնախնդրի բնութագրման և ուսումնասիրման տեսանկյունից: Ի հավելումն նշվածի՝ զարգացում են ապրում այնպիսի երևույթներ, որոնց կարելի է բնութագրել որպես հոգեբանական պաշտպանության մեխանիզմների արդիականացման ընդհանուր ռազմավարական սկզբունքների: Այդպիսիք են՝

- փոքրաթիվ ուժերով մեծ խնդիրներ, նույնիսկ գերխնդիրներ լուծելուն հոգեբանորեն նախապատրաստումն ու վարժեցումը.

- «անհրաժեշտ զգուշությունն ու զգոնությունը հզորագույն զենք են» համոզմունքի արմատավորմամբ՝ ազգաբնակչության մեջ տագնապայնության նվազեցման խնդրի իրականացումը.

- պաշտպանվողի վիճակում գտնվողի բարդության հաղթահարումը:

Ներկայումս մարդու հոգեկանի վրա անբարենպաստ գործոնների ազդեցությամբ պայմանավորված ճնշումների գործադրումը արդի քաղաքակրթության դրսևորումներից մեկն է: Այն ունի ինչպես սոցիալ-կենցաղային և ռազմաքա-

ղաքական նախադրյալներ, այնպես էլ պայմանավորված է մեծ թվով բնական ու տեխնածին աղետների և ահաբեկչությունների ընթացքում առաջացող սթրեսորների առկայությամբ: Անկախ ձևից ու ծագման աղբյուրից՝ նշված իրադարձություններից յուրաքանչյուրն արտակարգ պայմանների ձևավորման ու սթրեսի առաջացման պատճառ կարող է հանդիսանալ:

Այս գործոնների ազդեցության արդյունքում հավանական է դառնում այնպիսի միջավայրի ձևավորումն ու զարգացումը, որում մարդն անգոր է պահպանելու կենսագործունեության բնականոն ընթացքը, քանի որ վերոնշվածը հանգեցնում է հոգեբանական կայունության նվազման, որն էլ իր հերթին խթան է հանդիսանում հոգեկան առողջության վատթարացման համար:

Մի շարք գիտնականեր (Ու.Լ. Խասմագոմեդովնա, Ա.Բ Ախմեդով) իրենց աշխատանքներում ապացուցել են, որ արտակարգ իրավիճակներում նկատվում են անձի հոգեբանական կառուցվածքային փոփոխություններ, որոնք արտահայտվում են բնավորության շեշտվածությամբ, նյարդահոգեկան լարվածությամբ, զգայության շեմերի, արժեքային կողմնորոշիչների փոփոխությամբ և այլն¹⁷⁷: Մ.Պ. Մկրտումյանը հակված է այն տեսակետին, որ եթե խոսքը վերաբերում է նյութական, մշակութային արժեքների կորուստներին, ապա ինչ-որ տեղ մարդը համակերպվում է դրան, սակայն այն ամենը, ինչ վերաբերում է մարդկային կյանքի կորուստներին, սպառնալիքներին, բարեկամների և հարազատների առողջությանը, մարդը պատրաստ չէ դրանց: Մարդու համար ամենաթանկն իր և իր հարազատների կյանքն է, ուստի մարդկային կորուստների հետ կապված՝ անձը երկար ժամանակ ապրում է խոր վիշտ, հայտնվում հոգեբանական դժվարին ճգնաժամի մեջ¹⁷⁸: Վերլուծելով նմանատիպ հետազոտությունների արդյունքները՝ պարզ է դառնում, որ այդ անձանց ինքնության և հոգեբանական կայունության վրա ազդեցություն ունեցող պայմանների շարքին է դասվում այնպիսի դիսթրեստրային (բացասական սթրես) գործոն, ինչպիսին է վտանգի վերսկսման սպառնալիքը:

Վ. Ի. Մեդվեդևը գտնում է, որ կայունության մեխանիզմների ձևավորման գործընթացում մեծանում է նաև հոգեկան գործոնների դերը, որոնք կարգավորում են սոցիալական և կենսաբանական պրոցեսների փոխհարաբերակցությունը¹⁷⁹:

¹⁷⁷ Ахмедов А. Б., Особенности Я-концепции подростков, живущих в экстремальных условиях // Вопросы психологии, # 5, 2010, 33-40.

¹⁷⁸ Մկրտումյան Մ. Պ., Արտակարգ իրավիճակների հոգեբանության կանխարգելման և վերականգնողական հիմնախնդիրները: Ուս. ձեռնարկ.-Եր.: Զանգակ-97, 2008.

¹⁷⁹ Медведев В. И., Психологические реакции человека в экстремальных условиях // Экологическая физиология человека. Адаптация человека к экстремальным условиям среды. М., 1979, 66-67.

Սոցիալական ադապտացիայի միջավայրի բնութագրումը

Սոցիալական ադապտացիան ուղղված է անձի պահպանմանն ու զարգացմանը: Արտակարգ իրավիճակում անձի ադապտացիայի ողջ ընթացքը նպատակաուղղված է խախտված սոցիալական կարգ ու կանոնի վերականգնմանը, հասարակությունում անձի ինքնառեալիզացիայի ապահովմանը և այդ իմաստով կարող է դիտարկվել որպես անձի սոցիալականացման կարևորագույն գործընթաց: Սոցիալականացման այսպիսի դիտակետի ուսումնասիրումը հոգեբանական գիտակարգում ձեռք է բերում նոր բնութագրականներ:

Այդ գործընթացի ժամանակակից հետազոտությունները հաճախ վերաբերում են առանձին արտակարգ իրավիճակներին, իսկ արդյունքները՝ «տարածվում» ընդհանուր երևույթի հասկացությանին շրջանակի վրա¹⁸⁰: Նման միտումները հանգեցնում են ադապտիվ վարքի ռազմավարության միակողմանի ուսումնասիրմանն ու բացահայտմանը: Նշենք մեկ այլ վտանգավոր մեթոդաբանական միտվածություն. անձի սոցիալականացման էությունը ներկայացվում է հաճախ մասնագիտական ադապտացիայի հիմնախնդիրների ենթատեքստում, ինչը թերի է թողնում թե՛ սոցիալականացման և թե՛ ադապտացիայի բազմակողմանի քննությունը:

Սոցիալականացումը անձի կողմից տվյալ հասարակության մեջ ընդունված սոցիալական նորմերի, արժեքների և գիտելիքների յուրացման գործընթաց է: Այն թույլ է տալիս անձին համարվելու տվյալ սոցիալական խմբի անդամ և ներկայանալու, որպես այդպիսին, այլ սոցիալական խմբերին: Անձը ընդգրկվում է սոցիալականացման գործընթացի մեջ կյանքի ողջ ընթացքում, առանց որի նա չի կարող ստանձնել իր վրա որևէ հասարակայնորեն կարևորվող սոցիալական դեր: Անձի սոցիալական կայացումը պայմանավորված է լինում թե՛ սոցիալական միջավայրի հետ նրա փոխգործողության բնույթից և թե՛ անհատական հատկանիշներից: Այն սրվում է հատկապես սոցիալական միջավայրի արտակարգ պայմանների ներքո և պայմանավորվում է անձի սոցիալական ձևավորման բնույթով՝ ի նկատի առնելով արտակարգ իրավիճակի կոնկրետ առանձնահատկությունները: Անձի սոցիալական կերպարը հանդես է գալիս որպես տվյալ հասարակությունում արժևորվող հիմնարար բնութագրական և արտահայտվում է տվյալ սոցիալական խմբի հետ անձի նույնականացման աստիճանով:

¹⁸⁰ Беребин М.А. К вопросу о терминах, связанных с феноменологией психической адаптации // Методологические проблемы современной психологии: иллюзии и реальность: материалы Сибирского психологического форума. 16-18 сентября 2004 г. Томск: Томский государственный университет, 2004. с.

Ամբողջացնելու համար անձի սոցիալիզացիայի հասկացության շրջանակը հակիրճ ներկայացնենք երևույթի տեսական ուղղությունների զարգացումները:

Մարդաբանական ուսումնասիրություններում սոցիալականացումը դիտվում էր որպես մշակույթի միջսերնդային տրանսմիսիա: Նշանավորվում էր մշակութային տարբեր մոդելների ժառանգականությունը և պահպանումը¹⁸¹: Այս կտրվածքով ներկայացվում էին այն հասարակությունները, որտեղ երեխաների սոցիալականացումը ներկայացվում էր որպես աբսորբացման ավտոմատացված մի գործընթաց. երեխան յուրացնում էր մշակույթը միայն նրա հետ փոխգործողության միջոցով: Սոցիալականացման մեկ այլ տեսական դիրքորոշում ենք տեսնում Պ. Գրենֆիլդի և Ս. Բրուների անձի կոգնիտիվ զարգացման հոգեբանական ուսումնասիրություններում: Այդ տեսության համաձայն՝ երեխան յուրացնում է մտածողության կատեգորիաները՝ փոխգործելով սեփական մշակույթի հետ, որը համահունչ է համաշխարհային սոցիալական փորձի զարգացմանը, իսկ սոցիալականացման գործընթացը հասկացվում է համամարդկային զարգացման կատեգորիաներով:

Հոգեվերլուծաբանների կողմից արված եզրակացությունները միտված են, իրենց հերթին, անհատական իմպուլսների սոցիալականապես կարևորվող նշանակությունների ձեռքբերմանը: Վայրի պայմաններում մեծացած երեխաները սկսում են հակադրվել սոցիալականացված երեխաների հետ, որոնք համապատասխանում են սոցիալական կարգ ու կանոնին: Սոցիալականացման նման կոնցեպտ հանդիպում ենք Ջ.Ֆրեյդի մոտ, որի համոզմամբ, սոցիալական կազմակերպությունների ներքո անձի սեռական իմպուլսները վերափոխվում են սոցիալապես ընդունելի ձևերով¹⁸²: Այդ գաղափարի զարգացումը տեսնում ենք Հ. Հարթմանի մոտ, որը երեխայի սոցիալականացումը ներկայացրել է ադապտացիոն ընդունակությունների զարգացման տեսանկյունից: Ըստ հեղինակի՝ այդ պարագայում նման ընդունակությունները կարող են ծառայել թե՛ անձին և թե՛ սոցիալական կազմակերպությանը¹⁸³:

Մեջ բերենք նաև Ջ.Ուայթինգի և Լ.Չայլդի հոգեվերլուծաբանական բիհեվիորիզմի կոնցեպտը: Համաձայն նրան՝ երեխայի առաջնային իմպուլսները ձևավորում են երկրորդային իմպուլսներ այնպես, որ վերջիններս ընդգրկվում

¹⁸¹ Robert A. LeVine, Culture, Behavior and Personality. An Introduction to the Comparative Study of Psychosocial Adaptation. Chicago, 1974, 362 p.

¹⁸² Браун Дж., Психология Фрейда и постфрейдисты / пер. с англ., М., 1997, 304 с.

¹⁸³ Hartmann H., Ego-Psychology and the Problem of Adaptation. N.Y., 1950, 740 p.

են սոցիալական փորձի յուրացման մեջ և արտահայտվում են սոցիալապես նշանավորվող վարքագծում¹⁸⁴:

Անձի սոցիալականացման պարտադրված բնույթի մասին հետաքրքիր տեսակետ է հայտնել Մ.Սպիրոն: Նա գտնում էր, որ անձը այն դեպքում է ներկայանում որպես սոցիալականացված էակ, երբ նրա վարքը համապատասխանում է հասարակության պահանջմունքներին: Նա տարբերակում է սոցիալապես կոշտ և մեղմ լծակները, որոնք ազդում են անձի սոցիալականացման բնույթի վրա: Դրանց տարբերակումը, իրենց հերթին, պայմանավորված է սոցիալական կազմակերպության քաղաքական և սոցիալական էքսպրեսիվ բնույթով, այսինքն՝ այն հանգամանքով, թե որքան կոշտ է արտահայտվում սոցիալական կառույցի ինստիտուցիոնալ բնույթը անձի հանդեպ: Հատկանշական է, որ հեղինակը նման էքսպրեսիվ կամ պրոյեկտիվ ինստիտուցիոնալ սոցիալականացման եղանակներից նշում է նաև կրոնական ինստիտուտները¹⁸⁵:

Տ. Պարսոնսին հետաքրքրել են սոցիալական համակարգի մեջ անձի ինտեգրման պրոցեսները: Նա գտնում էր, որ անձը յուրացնում էր հասարակական արժեքները իրեն համար նշանակալի այլ անձանց հետ հաղորդակցության ընթացքում: Այլ կերպ ասած՝ սոցիալականացումը նա բնութագրում էր որպես հոգեբանական իմացության և արժեքների յուրացման մի գործընթաց: Իմացական մեխանիզմը ներ էր առնում նմանակման և նույնականացման գործընթացները, իսկ արժեքների յուրացումը, ըստ հեղինակի, տեղի էր ունենում Ես-ի ձևավորման ընթացքում¹⁸⁶: Ա.Նալչաջյանը Տ.Պարսոնսի սոցիոլոգիական կոնցեպտի մասին խոսելիս նրա տեսության մեջ առանձնացնում է սոցիալականացման երեք հիմնական մեխանիզմներ՝ իմացական, պաշտպանական և ադապտացման: Այս մեխանիզմներից առաջինի շնորհիվ անձը գտնվում է փոփոխությունների վիճակում, սակայն պաշտպանական և ադապտացման մեխանիզմների շնորհիվ նա պահպանում է հավասարակշռությունը՝ վերջիններիս կողմից այդ փոփոխությունների կարգավորման արդյունքում:

Սոցիալ-հոգեբանական ուսումնասիրությունների հանրագումարը տվել է Գ. Մ. Անդրեևան, որը հիշյալ երևույթը դիտում է սոցիալական հոգեբանության ողջ կառուցվածքում: Գ.Մ.Անդրեևան սոցիալիզացիան բնորոշում է որպես անձի սոցիալական զարգացման գործընթաց և արդյունք: Սոցիալիզացիան կարող է դիտվել անհատի կողմից կյանքի ընթացքում սոցիալական փորձի յուրացման և

¹⁸⁴ Whiting John W.M. and Child I.L., Child Training and Personality: A Cross-Cultural Study, New Haven: Yale University Press, 1953, 575 p.

¹⁸⁵ Spiro M.E., Social Systems, Personality and Functional Analysis. In: Kaplan, B. Studying Personality Cross-Culturally. Evanston, Ill.: Row, Peterson, 1961, 460p.

¹⁸⁶ Лотман Ю.М., К построению теории взаимодействия культур, в кн.: Лотман Ю.М., Семиосфера, СПб., 2001, 341 с.

վերարտադրության գործընթաց¹⁸⁷: Այդ փորձի յուրացման ընթացքը կարող է լինել թե՛ սոցիալապես վերահսկվող և թե՛ տարերային: Հեղինակը առաջինի տակ ենթադրում է կրթության և դաստիարակության դերը հասարակության գիտելիքների, նորմերի և արժեքների յուրացման գործում, իսկ երկրորդի տակ հասկացվում է, նախ և առաջ, տեղեկատվական համակարգերի, իրական կյանքի տարերային իրավիճակների դերը անձի կողմից հասարակական ազդեցությունների յուրացման և վերարտադրության գործում:

Այսպիսով՝ անձի՝ հասարակայնորեն վերահսկվող գործունեությունը շատ հեղինակներ բնութագրում են որպես սոցիալականացման արտաքին գործոններ, որոնք ներկայանում են սոցիալականացման ինստիտուտների տեսքով: Նման ինստիտուտներից են ընտանիքը, կրթական հաստատությունները, մասնագիտական տարբեր խմբերը: Ամերիկյան սոցիոլոգիայում սոցիալականացման հասկացությունը ներկայացվում է որպես սոցիալական համակարգում անձի ամբողջական ինտեգրման գործընթաց, ինչի ընթացքում տեղի է ունենում անձի հարմարումը: Այս ուղղության ներկայացուցիչները «սոցիալականացման» եզրույթը բացատրում են «ադապտացիա» եզրույթով՝ որպես միջավայրի պայմաններին անձի հարմարում¹⁸⁸: Այսպես առաջացան սոցիալական և հոգեկան ադապտացիայի հասկացությունները, որի արդյունքը անձի հարմարումն է տարբեր սոցիալական իրավիճակներին, միկրո և մակրոխմբերին: Հոգեբանական գիտակարգում սկսեցին տարբերել ադապտացիայի հետևյալ մակարդակները: Նախ՝ դա նպատակաուղղված կոնֆորմիզմն է, երբ հարմարվող անձը գիտի, թե ինչպես պետք է գործել տվյալ սոցիալական միջավայրում, բայց շարունակում է առաջնորդվել սեփական արժեքների համակարգով: Երկրորդ՝ փոխգործող սուբյեկտների միջև ձևավորվող փոխադարձ հանդուրժողականությունն է: Երրորդ մակարդակն է սոցիալական ադապտացիայի այնպիսի ձևը, որի դեպքում անձը ընդունում է միջավայրի արժեքներն ու նորմերը, իսկ միջավայրը, ի պատասխան դրան, «ճանաչում է» անձի անհատականությունը: Հաջորդ մակարդակը ասիմիլացիան է կամ անձի ամբողջական հարմարումն է միջավայրին, երբ անձը հրաժարվում է իր նախկին արժեհամակարգից և ընդունում է նոր միջավայրի նորմերն ու արժեքները¹⁸⁹:

Այսպիսով՝ «ադապտացիա» եզրույթի միջոցով սոցիալականացումը դիտարկվում է որպես սոցիալական միջավայրի մեջ անձի ներթափանցման և հոգեբանական, սոցիալական, մշակութաբանական և այլ գործոններին հարմարման գործընթաց, իսկ սոցիալական ադապտացիայի միջավայրի տակ հասկաց-

¹⁸⁷ Андреева Г.М., Социальная психология, М., 1999, 375 с.

¹⁸⁸ Социальная идентификация личности./Под.ред. В.А. Ядова – М.:РАН История социологии., 1993, с.89.

¹⁸⁹ Щепаньский Я. Элементарные понятия социологии, М.: Прогресс. 1969.

վում է հասարակությունը, որի ներսում, արտակարգ իրավիճակի պայմանների ներքո, ընթանում է անձի հարմարման գործընթացը: Այլ խոսքերով, սոցիալական ադապտացիայի միջավայրը այն արտաքին սոցիալական միջավայրն է, որի ներսում ընթանում են արտակարգ իրավիճակին անձի հարմարման և հաղթահարման սոցիալ-հոգեբանական գործընթացները:

Սոցիալական ադապտացիայի միջավայրի բնութագիրը ներկայացնելուց առաջ նախ՝ հարկ է կանգ առնել այն հարցի շուրջ, թե արտակարգ իրավիճակի բացասական և վտանգավոր հետևանքներին ո՞ւմ է անհրաժեշտ հարմարվել: Այս հարցադրումը բերում է մեթոդաբանական նոր մոտեցման մշակման անհրաժեշտությանը՝ միտված բացահայտելու նման իրավիճակին ադապտացման գործընթացի մեջ ներգրավված բոլոր սուբյեկտներին: Մենք ելնում ենք այն համոզմունքից, որ ադապտացման գործընթացի մեջ ներգրավված բոլոր սուբյեկտները կամ սոցիալական խմբերը այս կամ այն չափով ընդգրկված են սոցիալական միջավայրի մեջ, այն միջավայրի, որտեղ նրանք ապրում և գործում են և որտեղ կարող են բխվել որևէ արտակարգ իրավիճակին, ուստի սոցիալական ադապտացման միջավայրի բնութագրականը պատշաճ կերպով ներկայացնելու համար, հարկ է նախ և առաջ ներկայացնել սոցիալական ադապտացման միջավայրի բաղադրատարրերը և արտակարգ իրավիճակում ներգրավված անձանց:

Ըստ արտակարգ իրավիճակում ներգրավվածության՝ մեր կողմից առանձնացվում են անձանց և սոցիալական խմբերի հետևյալ նշանակալի միավորները՝ տուժած, վկա-ականատես, միջնորդ-մասնագետ, սոցիալական շրջապատ, վերապրողներ: Այս պայմանական միավորների կամ սոցիալական ադապտացիայի գործընթացի մեջ ներգրավված անձանց համալիր ամբողջականությունն էլ կազմում են սոցիալական ադապտացման միջավայրի բաղադրատարրերը: Կարելի է ենթադրել, որ ադապտացման գործընթացում ներգրավված բոլոր նշանակալի միավորները միասին կազմում և համալրում են սոցիալական ադապտացիայի միջավայրի կառուցվածքային մոդելը: Մանրամասնելու համար այս դրույթը ստորև ներկայացնենք սոցիալական ադապտացման մեջ ներգրավված յուրաքանչյուր միավորի սոցիալ-հոգեբանական դրսևորման առանձնահատկությունները:

Մխաված չենք լինի, եթե շեշտենք ցանկացած իրավիճակի արտակարգ լինելու հանգամանքը՝ ըստ տվյալ հասարակությունում ապրող անձանց կյանքին ու առողջությանը վտանգ ներկայացնելու աստիճանին: Առաջնահերթ է սահմանել «տուժածի» հոգեբանական պատկերը և նրա տեղն ու դերը սոցիալական միջավայրում: Տուժածն այն անձն է, որը ենթարկվել է արտակարգ իրավիճակի ընթացքում անբարենպաստ հոգեֆիզիոլոգիական և սոցիալ-հոգեբանական ազդե-

ցությունների: Նրա սոցիալական ադապտացման միջավայրը բնութագրվում է որպես իրավիճակային և տեղային. կենտրոնանում է տուժողի անձի շուրջ և նպատակադրված է հասարակական նոր նորմերին ու պայմաններին նրա հարմարմանը: Սոցիալական ադապտացման միջավայրի առանձնահատկությունն է սուբյեկտայնությունը, ինչը արտահայտվում է տուժածի վրա ազդելու առաջնայնությամբ և տուժողի կողմից կրավորական, օբյեկտի դերում հանդես գալու հանգամանքով: Տուժածի հանդեպ սոցիալական միջավայրի բաղադրատարրերն են անմիջական օգնություն ցույց տվող մասնագետները, տուժողի մոտ գտնվող ականատես անձինք և սոցիալական շրջապատը իր ենթակառուցվածքով:

«Վկա-ականատես» նշանակալի միավորի առանձնացումը պայմանավորված է այն անձանց համախմբով, որոնք ականատես են եղել կոնկրետ արտակարգ իրավիճակին, կրել են հոգետրավմատիկ բացասական ազդեցությունը տեսածից, սակայն անմիջապես ընդգրկված չեն եղել աղետի կամ այլ արտակարգ իրավիճակի կործանիչ շառավիղի մեջ: Ականատես վկաների ադապտացման միջավայրը նույնպես իրավիճակային բնույթ ունի և այդ իմաստով ունենալով առաջին տիպի բաղադրատարրի հետ որոշ նմանություններ, այնուամենայնիվ, առանձնանում է որոշակի յուրահատկություններով: Մասնավորապես, նշենք վկայի սուբյեկտ-օբյեկտայնության կարգավիճակը: Այն ենթադրում է հոգեֆիզիոլոգիական և սոցիալ-հոգեբանական բացասական հետևանքների ավելի ցածր աստիճան, քան գրանցվում է տուժողի մոտ, քանի որ վկան անմիջապես իր վրա չի կրում աղետի կամ այլ արտակարգ իրավիճակի ազդեցությունը: Այս պարագայում տեսնում ենք վկայի՝ որպես արտաքին միջավայրի մաս լինելու, սուբյեկտային դրսևորումը: Մյուս կողմից՝ ականատես լինելով իր շրջապատում տեղի ունեցող ավիրվածություններին ու մարդկային զոհերին, վկան նույնպես ենթարկվում է տրավմատիկ իրավիճակի բացասական ազդեցությանը և իրեն հաճախ ներկայացնում է որպես «տուժած», տրավմատիկ իրադրության օբյեկտ:

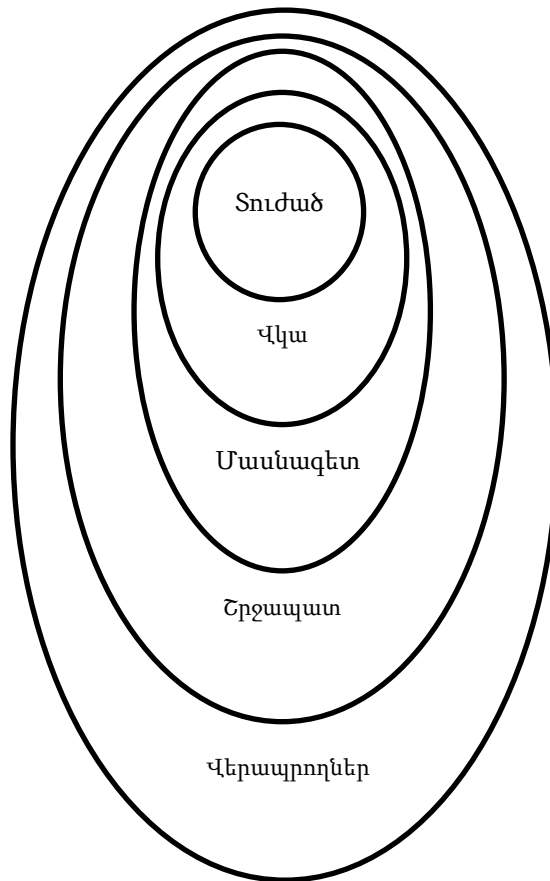
«Միջնորդ-մասնագետի» սոցիալական դերով հանդես եկող անձինք ներկայանում են սուբյեկտայնության խիստ արտահայտված վարքագծով, որոնք, ի տարբերություն նախորդ երկու սոցիալական դերերի ներկայացուցիչների, սոցիալական ադապտացիայի միջավայրում հանդես են գալիս իրենց մասնագիտական նախախնամության և ակտիվության դիրքերից՝ վերածելով սոցիալական միջավայրը օբյեկտին հատուկ ենթարկվող ու կրավորական միջավայրի: Այս պարագայում այդպիսի պասիվ և ենթարկվող միջավայրի տարր կարող են համարվել տուժողը, վկաները, ավերված սոցիալական կառույցները և ենթակառուցվածքը:

Շրջապատի բաղադրատարրը անձանց այն ամբողջությունն է, որը չի են-

թարկվել տվյալ արտակարգ իրավիճակին, բայց ելնելով իր նախորդ փորձից կամ տեղեկատվության միջոցներից՝ ձևավորում է իր ուրույն դիրքորոշումներն ու կարծիքը տվյալ արտակարգ իրավիճակի մասին և ներկայանում է դիտորդի դերում հանդես եկող սուբյեկտի կարգավիճակով: Դիտորդի սոցիալական ակտիվության/պասիվության աստիճանը հաճախ կապակցված է շրջապատի ենթակառուցվածքով՝ ըստ ներքին և արտաքին շրջապատի սահմանումների: Առաջին սահմանումը ընդգրկում է տուժողի և տուժողի դերում ներկայացող վկայի անմիջական, հարազատ շրջապատի բաղադրատարրը, իսկ երկրորդը՝ հասարակական կարծիքի միջոցով ներկայացող և տուժողի հետ անմիջապես առնչություն չունեցող համայնքը կամ արտաքին աշխարհը:

Վերջապես, վերապրողների սոցիալական խումբը հանդես է գալիս որպես սոցիալական միջավայրի տարածաժամանակային բաղադրատարր: Դա արտակարգ իրավիճակը վերապրած անձանց սերունդներն են և ազգաբնակչության այն հատվածը, որը պահպանել է տվյալ հոգեկան ու ֆիզիկական տրավմայի մասին հիշողությունը: Այլ խոսքերով, վերապրողների խումբը արտաքին շրջապատի հատկանիշներով օժտված միջավայրն է, բայց այլ տարածաժամանակային կտրվածքի մեջ: Եվ եթե արտակարգ իրավիճակի ընթացքում հանդես եկող արտաքին շրջապատը ձևավորվում է տվյալ իրավիճակի ժամանակակիցներից, ապա վերապրողների բաղադրատարրը ներկայացվում է տվյալ իրավիճակի մասին հավաքական հիշողության առկայության հանգամանքով: Որպես օրինակ բերենք 1988թ. Սպիտակի ավերիչ երկրաշարժի կամ 1915 թ. Հայոց ցեղասպանության օրինակները: Միանշանակ կարելի է եզրակացնել այդ դեպքերի ժամանակակիցների և հետագա վերապրողների ընկալումների, ինքնագիտակցության ու արժեքների տարբերությունը: Առաջին բաղադրատարրի սուր էմոցիոնալ ընկալումներն ու սուբյեկտիվիզմը վերապրողների մոտ փոխարինվում են իրենց ժամանակին համահունչ ընկալման և արժևորման սոցիալ-հոգեբանական առանձնահատկություններով:

Սոցիալական աղապտացիայի միջավայրի բաղադրատարրերի գրաֆիկական պատկերը ցույց է տալիս թե՛ սուբյեկտայնության սկզբունքը, թե՛ ժամանակային: Ներկայացված միավորները ներկայացնում են միջավայրի շերտավորումը՝ ըստ դիպվածայնության հանգամանքի՝ սկսած արտակարգ իրավիճակի կիզակետում գտնվող տուժողի մակարդակից մինչև տվյալ իրավիճակն վերապրած սերունդները:



Ելնելով միջավայրի վերոնշյալ բնութագրումներից՝ մատնանշվում են արտակարգ իրավիճակում սոցիալական ադապտացիայի միջավայրի այնպիսի հատկություններ, ինչպիսիք են՝ դիպվածայնությունը, հանկարծակիությունն ու տեղայնությունը: Այդ հատկությունները վերաբերում են կոնկրետ իրավիճակին, բնութագրում են որոշակի վայրում ու ժամանակի մեջ տեղ գտած արտակարգ դեպքերը: Նման հատկությունների ի հայտ գալը վկայում է միջավայրի արտակարգ կացության կտրուկ արտահայտվածության մասին:

Սոցիալական միջավայրի արտակարգ հատկությունների կրկնելիության կամ շարունակականության դեպքում գործ կունենանք ճգնաժամային իրավիճակի կամ դժվար կենսական իրադրությունների պատկերի հետ՝ իրեն բնորոշ դիպվածայնության երկարաձգման հատկությամբ:

Սոցիալական ադապտացիայի միջավայրի թվարկած հատկություններից բացի՝ առանձնացվում է ադապտացման միջավայրի կենսագրական հատկությունը, որը բնորոշում է կենսագործունեության արտակարգ պայմանները և վե-

րաբերում է հիմնականում սոցիալական միջավայրի բաղադրատարրերից միջնորդ-մասնագետների սոցիալական խմբին:

Արտակարգ իրավիճակները խախտում են անձի և միջավայրի միջև գոյություն ունեցող հավասարակշռությունը և աղբյուր են ֆիզիոլոգիական, հոգեբանական ու սոցիալական տարաբնույթ բարդությունների ու խնդիրների¹⁹⁰: Աղապտացիայի սոցիալական միջավայրի նման խախտումները կարող են բնութագրվել նաև ըստ իրադրության սուբյեկտիվ և օբյեկտիվ դժվարության կամ էքստրեմալության: Որոշ հեղինակներ այդ տարանջատումը կապում են անձի կողմից տվյալ իրադրության կամ իրավիճակի սուբյեկտիվ գնահատականի հետ¹⁹¹: Արտակարգ պայմանների ընկալման բնույթն ու առանձնահատկությունները տարբերվում են ըստ այն նշանակության, որը տրվում է տվյալ իրավիճակին: Այն իրավիճակները, որոնք անձին ներկայացնում են իր աղապտիվ պոտենցիալը գերազանցող պահանջներ, իրենց մեջ պարունակում են կա'մ մարտահրավեր, կա'մ վտանգ իր կյանքին ու առողջությանը:

Այսպիսով՝ միջավայրի հետ անձի փոխհարաբերությունների ու սոցիալական նորաստեղծ պայմաններին ու դժվարություններին հարմարվելու վերաբերյալ տարբեր հայեցակարգերն ու գիտատեսական մոդելները ուշադրությունը կենտրոնացնում են սոցիալական միջավայրի տարբեր օբյեկտիվ կամ սուբյեկտիվ գործոնների վրա, որոնք նպաստում են հարմարման գործընթացին:

Հոգեբանական պաշտպանություն և էթնո-սոցիալական միջավայր

Դիտարկելով անձի հոգեբանական պաշտպանությունը սոցիալական միջավայրի հետ փոխգործողության համատեքստում՝ ակներև են դառնում այդ երևույթի ներկայացման հետևյալ հարցադրումները՝

- արտաքին ո՞ր ազդակից պիտի անձը պաշտպանվի,
- արդյո՞ք հոգեբանական պաշտպանության կարիքն առաջանում է միայն արտաքին միջավայրի վտանգավոր կամ անհասկանալի լինելու պարագայում, թե՞ կարող է նաև դիտվել որպես անձի Ես-կոնցեպտի յուրահատուկ դրսևորում,
- արդյո՞ք հոգեբանական պաշտպանության բոլոր դրսևորումները դրական ազդեցություն են ունենում անձի զարգացման և ինքնառեակիզացիայի վրա,

¹⁹⁰ Lasarus R.S., Folkman S. Stress, appraisal, and coping, N.Y., 1984, 235 p.

¹⁹¹ Наптова-Бочавер С.К. «COPING BEHAVIOR» в системе понятий психологии личности // Психол. журн., Т. 18, 1997, № 5, с. 20 – 30; Березин Ф.Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека. – Л., 1988. – 270 с.

- արդյո՞ք կոնֆլիկտային իրավիճակում անձանց մոտ ձևավորվում են հոգեբանական պաշտպանության առանձնահատուկ մեխանիզմներ, թե՞ վերջիններս յուրացնում են պաշտպանության ունիվերսալ մեխանիզմները, որոնք բավարար են հոգեբանական անվտանգության ձեռքբերմանը:

Է. Ֆրոմմը ներկայացրեց այն մեխանիզմները, որոնք անձը իրագործում է միջավայրի հետ կոնստրուկտիվ փոխգործողության բացակայության պայմաններում: Արդյունքում հեղինակը առանձնացրել է պաշտպանության մեխանիզմների հետևյալ խմբերը՝

- սադիզմ՝ որպես այլոց նկատմամբ իշխանության սահմանման,
- մագոխիզմ՝ որպես անձի անկախության վերացման և հասարակության հետ Ես-ի ձուլման միտումի,
- դեստրուկտիվիզմ՝ որպես խաղաղ փոխգործողությունից հրաժարման,
- կոնֆորմիզմ՝ որպես անձի կողմից տարածված կարծիքների յուրացման դրսևորումներ¹⁹²:

Անձի հոգեբանական պաշտպանության մեխանիզմների տեսա-մեթոդական մշակումներից Ա. Նալչաջյանն առանձնահատուկ ուշադրություն է դարձրել էթնիկ ինքնապաշտպանվածության մեխանիզմների ուսումնասիրությանը: Նա հոգեբանական պաշտպանության մեխանիզմների շարքում նշում է մշակույթը, ընտանիքը, կրոնն ու եկեղեցին: Էթնոպաշտպանության եղանակներից մատնանշվում է նաև էթնոսի ինքնափոխազդան (ինքնամեկուսացումը), ինչի արդյունքում նկատելի է դառնում իմբրինդինգի երևույթը՝ միտված էթնոսի ներսում ընտանիքների ձևավորմանը և, արդյունքում, մարդաբանական որոշակի տեսակի ստեղծմանն ու պահպանմանը: Էթնո-հոգեբանական պաշտպանության այսպիսի պատկերը Ա. Նալչաջյանը անվանում է գլոբալ պաշտպանվածության տիպ, ինչի ենթատեքստում նա առանձնացնում է կառուցվածքային հոգեբանական պաշտպանության եզրույթը: Այն արտահայտվում է ասիմիլյացիայի վտանգի առջև կանգնած էթնոկիրների համապատասխան վարքագծի մեջ, ինչը դրսևորվում է ազգային փոքրամասնության կողմից սոցիալական, ինքնակառավարման կառուցվածքների ստեղծման գործընթացում՝ ուղղված ներխուժային փոխհարաբերությունների ակտիվացմանն ու պահպանմանը¹⁹³:

Հոգեբանական պաշտպանության մեխանիզմներից հատուկ կարևորություն են ներկայացնում մի շարք հեղինակների տեսակետները՝ ատրիբուցիայի վերաբերյալ, որն ընկալվում է որպես անձի ինքնաներկայացման հաճախ հան-

¹⁹² Фромм Э., Бегство от свободы, М., 2011.

¹⁹³ Налчаджян А., Этнопсихологическая самозащита и агрессия, Ереван, 2000.

դիպող ձև և վարքագծի մոտիվացիոն հիմքերից մեկը: Այն սկզբնական անձնային մեկնություններից աստիճանաբար զարգացում է ստացել ատրիբուցիայի սոցիալականացման ուղղությամբ, իսկ միջանձնային հարաբերությունների մոտիվացիոն դաշտը տեղափոխվել է միջէթնիկ փոխհարաբերությունների ոլորտ¹⁹⁴: Կաուզալ, իրավիճակային ատրիբուցիայի, ինքնատրիբուցիայի և այլ ենթատեսակների մասին նշել է նաև Ա. Նալչաջյանը, ով կարծիք է հայտնել այն մասին, որ ատրիբուցիան թեև համամարդկային երևույթ է, այնուամենայնիվ այն ունի էթնիկ յուրահատկություններ: Այդ էթնիկ առանձնահատկությունները կախված են մշակույթների տարբերություններից, էթնոսների զարգացման պատմա-մշակութային և սոցիալ-հոգեբանական առանձնահատկություններից և արդի ժամանակաշրջանում միջէթնիկ փոխհարաբերությունների կարգավիճակից¹⁹⁵:

Հոգեբանական պաշտպանության մեխանիզմների կիրառման արդյունքում հնարավոր է իրականության ընկալման փոփոխումը կամ վերաիմաստավորումն այնպես, որ առավելագույնս նվազեն այդ իրականությունից բխող վախերն ու տագնապները, իրավիճակը կորցնի իր ծայրահեղ վտանգավոր պատկերը և ընկալվի անձի համար նպաստավոր երանգներով: Այստեղ մենք համամիտ ենք այն հեղինակների կարծիքներին, որոնք մատնանշում են հոգեբանական պաշտպանության մեխանիզմների գործառնության երկակիությանը: Մի կողմից ակներև է, որ պաշտպանության մեխանիզմները դրական գործառույթ են կատարում՝ նպաստելով առկա իրավիճակին անձի հարմարմանը, և հնարավորինս զերծ են պահում տրավմատիկ հոգեկան ապրումներից: Մյուս կողմից՝ պաշտպանության մեխանիզմների երկարաժամկետ գործարկումը կարող է փոխարինել արտաքին միջավայրի օբյեկտիվ ընկալմանը, ինչի արդյունքում անձը ընտելանում է իր «անվտանգ» հոգեվիճակին և չի կարողանում ճիշտ գնահատել ստեղծված իրավիճակը:

Հոգեբանական պաշտպանության մեխանիզմների կայուն արտահայտվածությունը ընկալումներում և վարքագծում, հաճախակի օգտագործումը, մտածելակերպի կարծրատիպացման հետ կապվածությունը աստիճանաբար կորցնում են իրենց դրական նշանակությունը և խոչընդոտում անձի զարգացումը: Արդյունքում անձը դառնում է անընդունակ՝ գտնելու խնդրի լուծման արդյունավետ ուղիները և կորցնում է իրականության օբյեկտիվ ընկալման հմտությունները: Այդուհանդերձ, հեղինակների կողմից նշվում է նաև այն փաստը, որ հոգեբանական պաշտպանության մեխանիզմների ուսումնասիրությունը հնարավոր է իրականացնել՝ քննելով անձի պահանջմունքների առաջացման և բավարարման

¹⁹⁴ Сукиасян С. Г., Агрессия: Социальный или биологический феномен, Ереван, 2002; Weiner B., An attributional theory of motivation and emotion. New York, Springer Verlag, 1986.

¹⁹⁵ Тиллих П., Избранное: Теология культуры. М.: Юристъ, 1995.

գործընթացները: Այս իմաստով հոգեբանական պաշտպանությունը ներկայա-
նում է որպես անձի նպատակների արտացոլում, և հետևաբար նպատակների և
դրանց հասնելու միջոցների, ինչպես նաև անձի դրդապատճառների և վարքագ-
ծի անհամապատասխանությունը կարող են հանգեցնել նաև հոգեբանական
պաշտպանության մեխանիզմների անարդյունավետությանը:

Հոգեվերլուծաբանների կողմից խնդրո առարկա հանդիսացող եզրույթը
ներկայացվում է որպես չբավարարված անձի պահանջմունքների և Ես-ի ձևա-
վորման ընթացքում չլուծված խնդիրների արտացոլում: Գ. Քելլերմանի համոզ-
մամբ այդ տեսակետը անհրաժեշտ է համալրել սոցիո-կենսաբանական տեսութ-
յունների հետ, որոնք արտահայտում են հոգեբանական պաշտպանության մե-
խանիզմների կապը որոշակի զգացմունքների կառավարման հետ: Այդ տեսա-
կետն իր զարգացումը ստացավ Ռ.Պլուտչիկի հետ համահեղինակությամբ
ստեղծված կոնցեպտի հիմքում, որը ներկայացնում է անձի զգացմունքների և
պաշտպանության մեխանիզմների ուրույն համակարգ: Հոգեբանական պաշտ-
պանության մոդելը Ռ. Պլուտչիկը ներկայացրել է 1979 թ. համահեղինակներ Գ.
Քելլերմանի եւ Հ. Կոնտի հետ¹⁹⁶: Այս մոդելը հիմնված է զգացմունքների ընդհա-
նուր էվոլյուցիոն տեսության վրա, որում ներառվում են հոգեբանական պաշտ-
պանության մեխանիզմները՝ որպես ութ հիմնական հույզերի նախատիպեր:

Տեսամեթոդական այդ դրույթները իրենց արտացոլումն են գտել «*Life Style Index*»
հարցաթերթիկում: Հեղինակները, վերլուծելով տեսական և էմպիրիկ ու-
սումնասիրությունները, հանգում են այն եզրակացության, որ պաշտպանության
մեխանիզմներն առաջին հերթին փոխկապակցվում են անձնային առանձնա-
հատկությունների հետ: Համաձայն այդ տեսակետի՝ առաջարկվում են հոգեբա-
նական պաշտպանության հետևյալ հայեցակարգային մոդելները.

1. հոգեբանական պաշտպանության հատուկ ձևերը առաջանում են ա-
ռանձնահատուկ հույզերի հաղթահարման պահանջմունքից,

2. հոգեբանական պաշտպանության մեխանիզմները, որոնք թվով ութն
են, ձևավորվում են համապատասխանաբար ութ հիմնական հույզերի (*վախ*,
զայրույթ, *ուրախություն*, *տխրություն*, *ընդունում*, *մերժում*, *սպասում*, *զարմանք*)
հաղթահարման նպատակով,

3. հոգեբանական պաշտպանության ութ հիմնական մեխանիզմները
(*արտամղում*, *տեղափոխում*, *ռեակտիվ կազմավորում*, *կոմպենսացիա*, *իրակա-
նության ժխտում*, *պրոյեկցիա*, *ռացիոնալիզացիա*, *ռեգրեսիա*) տիրապետում են
ինչպես նմանության, այնպես էլ հակադրության հատկանիշներով,

¹⁹⁶ Plutchik R., Kellerman H., Conte H.R. A structural theory of ego defenses and emotions // Isard E. (ed.)
Emotions in personality and psychogy. N.Y.: Plenum Publishing Corporation, 1979.

4. անձի հոգեախտորոշման որոշ տեսակներն իրենց հիմքում կրում են հոգեբանական պաշտպանության ոճերի ազդեցությունը,

5. անձի հոգեբանական պաշտպանության ոճերը կարող են ձևավորվել պաշտպանության մեխանիզմների ցանկացած համադրումով:

Հոգեբանական պաշտպանություն և սոցիալական կոնֆլիկտոզեն միջավայր

Ժամանակակից գրականության մեջ գոյություն ունեն կոնֆլիկտի բազմաթիվ դասակարգումներ: Ըստ մի շարք հետազոտողների (Ա.Գ. Զորավումիսով, Ռ. Դարենդորֆ)՝ գոյություն ունի կոնֆլիկտների հետևյալ դասակարգումը՝ ներանձնային կոնֆլիկտներ, միջանձնային կոնֆլիկտներ, խմբային կոնֆլիկտներ, հիմնարկային (ինստիտուցիոնալ) կոնֆլիկտներ, կոնֆլիկտներ մշակույթների միջև և միջպետական կոնֆլիկտներ:

Վերջինս միջազգային կոնֆլիկտի տարատեսակներից է, որի սուբյեկտներն են հակամարտող պետությունները կամ պետական կազմավորումները (օրինակ՝ չճանաչված պետությունները): Միջազգային կոնֆլիկտների սուբյեկտներն են հանդիսանում առավելապես պետությունները:

Ըստ այդմ առանձնացնում են՝

- միջպետական կոնֆլիկտներ.
- ազգային-ազատագրական կոնֆլիկտներ.
- ներքին միջազգայնացված կոնֆլիկտներ:

Միջազգային կոնֆլիկտը կրում է բացահայտ սոցիալական բնույթ:

Սոցիալական կոնֆլիկտները բնութագրվում են սոցիալական սուբյեկտների (անձերի, խմբերի, կոլեկտիվների, շարժումների, պետությունների) հակամարտությամբ և պայմանավորված են վերոնշյալ սուբյեկտների միջև տեղ գտած հակասություններով:

«Կոնֆլիկտ» հասկացությունը ծագել է լատիներեն «conflictus» բառից, որը նշանակում է «բախում, լուրջ տարաձայնություն, վեճ»: Անօրյա կյանքում այն գործածվում է բազում իմաստներով, ինչպես նաև՝ փոխաբերական առումներ-

րով¹⁹⁷: Առավել տարածված սահմանման համաձայն՝ կոնֆլիկտն այն սոցիալական իրավիճակն է, երբ երկու և ավելի կողմեր փորձում են հետամուտ լինել իրենց հակադիր շահերին կամ անհամատեղելի նպատակներին: Պետք է հիշել, որ կոնֆլիկտը հասարակական հարաբերությունների անհերքելի փաստերից է և սոցիալական փոփոխությունների շարժիչ ուժը: Կոնֆլիկտները կարող են կատարել ինչպես դրական, այնպես էլ բացասական գործառույթներ: Հիմնական կոնֆլիկտաբանական միջամտությունների մասին պատկերացում կազմելու համար բավական է անդրադառնալ ամերիկյան կոնֆլիկտաբան Հ. Ասեֆայի կողմից առաջարկված կոնֆլիկտների պարզագույն դասակարգմանը¹⁹⁸: Այստեղ կոնֆլիկտը տիպաբանված է երկու հիմնական առանցքների շուրջ՝ նպատակներ և վարքագիծ, իսկ կոնֆլիկտային իրավիճակների տիպերն առանձնացված են այդ երկու տարրերի հարաբերակցության հիման վրա:

Իրավիճակ՝ **«Կոնֆլիկտ չկա»**: Առաջին հայացքից թվում է, թե այս իրավիճակը առավել նախընտրելի է, սակայն հայտնի է, որ ցանկացած խաղաղ հասարակություն, լինելով դինամիկ և փոփոխվող, այս կամ այն չափով պետք է հակված լինի որոշակի կոնֆլիկտների: Կոնֆլիկտների իսպառ բացակայությունը նույնպես վտանգավոր է:

Թաքնված (լատենտ) կոնֆլիկտ: Այստեղ առկա է հակասություն, որը դեռևս արտահայտված չէ, և հնարավոր է՝ պահանջվեն հատուկ միջոցառումներ՝ այն վերհանելու համար:

Մակերեսային կոնֆլիկտ: Այս դեպքում պետք չէ փնտրել խոր արմատներ, քանի որ հակասությունը մակերեսային է և կարող է վերանալ հաղորդակցությունների կարգավորման հետ մեկտեղ:

Բացահայտ կոնֆլիկտ: Այս տիպի կոնֆլիկտներում առկա են ինչպես մակերեսային դրսևորումներ, այնպես էլ խոր արմատներ. սա բարդ իրավիճակ է:

Ինքնին հակասությունների առկայությունը ոչ միշտ է տանում կոնֆլիկտի: Կոնֆլիկտի զարգացման համար կողմերը պետք է գիտակցեն, որ իրենց շահերն ու նպատակները անհամատեղելի են, ինչպես նաև ունենան կողմնորոշվածություն դեպի հակասությունների լուծման կոնֆլիկտային ուղիները: Ավելին, օրյեկտիվորեն կողմերի նպատակները և շահերը կարող են չհակասել, բայց եթե դրանք ընկալվում են որպես փոխբացառող, ապա դա կարող է իր հետ բերել կոնֆլիկտի ծագման հավանականություն: Կոնֆլիկտը կարելի է սահմանել նաև

¹⁹⁷ Акопян Н. Р., Геворкян С. Р., Социально-психологический аспект феноменологии конфликта, - «Տեսական և կիրառական հոգեբանության հիմնախնդիրները» միջազգային գիտաժողովի նյութեր, Երևան, 2011, 234-238.

¹⁹⁸ Տես՝ Абсатархов Р., Этнополитическая общность и нации, М., Мысль, 1995, № 10, 16-19.

որպես ընկալվող շահերի բախում՝ հաշվի առնելով այն, որ ցանկացած դեպքում կոնֆլիկտում կողմերը միմյանց շահերը ընդունում են որպես փոխհակասող՝ անկախ այն բանից, թե ինչպիսին են դրանք իրականում:

Նույնկերպ կոնֆլիկտի մասնակիցները կարող են ունենալ շահերի օբյեկտիվ խոր տարբերություններ, բայց, այնուամենայնիվ, չընդունեն, որ այդպիսիք գոյություն ունեն և գործեն՝ առաջնորդվելով իրականության նկատմամբ սեփական հայացքներով՝ խուսափելով ակնհայտ առճակատումից: Գործնականում կարող է պատահել նաև այնպես, որ շահերի իրական կոնֆլիկտը մերժվի, իսկ իրականում գոյություն չունեցող կոնֆլիկտը ընկալվի որպես իրական կոնֆլիկտ: Իր ծայրահեղ արտահայտության մեջ իրականության և դրա ընկալման անհամապատասխանությունը կարող է ոչ միայն ծնել կոնֆլիկտներ, այլև ստեղծել բազմաթիվ դժվարություններ դրանց կարգավորման հարցում:

Կոնֆլիկտի հոգեբանական տիրույթը ներկայացված է 2 մակարդակներով՝

1. զգացմունքային մակարդակ (դրական զգացմունքներն են՝ ուրախություն, հրճվանք, և բացասական զգացմունքներն են՝ վախ, սարսափ)

2. ճանաչողական մակարդակ (կոգնիտիվ), որը իր հերթին ներկայացված է 3 բաղադրիչներով՝

- ընտրովի ընկալում.
- ընտրովի վերհիշում կամ մտաբերում.
- անհատական կամ խմբային սոցիալական ինքնություն:

Ընտրովի ընկալումը մի գործընթաց է, երբ դեպքերը, իրադարձություններն ու դեմքերը տվյալ սուբյեկտի կողմից ըմբռնվում և մեկնաբանվում են յուրահատուկ ձևով՝ ելնելով տվյալ խմբի դրական կերպարի հաստատման կամ ամրապնդման սկզբունքից: Դրան համապատասխան՝ ընդունվում է միայն այն ինֆորմացիան, որը նպաստում է տվյալ խմբի մասին դրական ձևավորմանը, և ցանկացած ինֆորմացիա, որն ինչ-որ չափով կարող է սպառնալ դրական կերպարին, մերժվում է:

Ընտրովի վերհիշումը կամ մտաբերումը՝ որպես երևույթ, շատ մոտ է ընտրովի ընկալմանը, սակայն վերաբերում է դեպքերին, դեմքերին և իրադարձություններին, որոնք տեղի են ունեցել անցյալում: Իրադարձությունը, որը ծանր հետք է թողել տվյալ խմբի վրա, ստացել է «ընտրված տրավմա» անվանումը: Վերջինս սոցիալ-հոգեբանական երևույթ է, որը կարող է դառնալ տվյալ խմբի ինքնության տարրերից մեկը:

Անհատական կամ խմբային սոցիալական ինքնությունն անձի կամ խմբի պատկանելությունն է որևէ այլ խմբի: Հենց նշված ինքնության միջոցով և ազդե-

ցությամբ է մարդը ձևավորում իր վերաբերմունքը և դիրքորոշումն արտաքին միջավայրից ստացվող ինֆորմացիայի վերաբերյալ¹⁹⁹:

Սոցիալական անումիայի պայմաններում կոնֆլիկտող կողմերից առնվազն մեկին հատուկ են կարծրատիպային ընկալումները հակառակ կողմի և իրակա-նության վերաբերյալ: Առավել ծայրահեղ պայմաններում կարծրատիպերն ի հայտ են գալիս մասսայական գիտակցման մակարդակում: Դրանք նշանակալի աստիճանով ստեղծվում և ամրապնդվում են զանգվածային տեղեկատվության միջոցով:

Կարծրատիպային ընկալումը ներառում է՝

- հուզական հայեցակետ (հակառակորդ կողմի նկատմամբ թշնամանքի զգացում, վախ, կասկածամտություն).
- ճանաչողական (կոգնիտիվ) հայեցակետ (ինֆորմացիայի պարզեցման ձգտում, ծայրահեղ ընտրողականություն, այսինքն՝ ընդունվում է միայն այն ինֆորմացիան, որը համաձայնության մեջ է գտնվում առկա կարծրատիպերի հետ):

Զիգմունդ Ֆրեյդը իր աշխատանքներում բազմիցս անդրադարձել է անձի և հասարակության հարաբերություններին՝ դրանք որակելով որպես կոնֆլիկտա-յին, քանի որ հասարակությունը մշտապես ճնշում է մարդու մի շարք բնագոյների դրսևորումը²⁰⁰:

Հետևաբար, խմբային և միջանձնային կոնֆլիկտները կարող են հիմք հան-դիսանալ նաև ներանձնային կոնֆլիկտների ձևավորման համար: Ընդ որում, այս գործընթացը կարող է ունենալ նաև հակադարձ ուղղությամբ զարգանալու մի-տում: Կոնֆլիկտները մշտապես ուղեկցել են մարդկությանը, քանի որ մարդիկ իրենց վարքը համապատասխանեցնում են իրենց հաճույքների սկզբունքներին և օժտված են բնածին ագրեսիվությամբ: Հարկ է նշել, որ հասարակության մեջ տեղ գտնող հակասությունները և կոնֆլիկտները խթան են հանդիսանում այդ նույն հասարակության զարգացման համար, ուստի մարդկության ծագմանն ու զար-գացմանը ուղեկցել են կոնֆլիկտներն ու վեճերը: Ցեղերի, տոհմերի, պետություն-ների, հասարակությունների և քաղաքակրթությունների միջև պատերազմները տեղի են ունեցել պատմական բոլոր ժամանակաշրջաններում: Առաջին և Երկ-

¹⁹⁹ Hakobyan N., Dabaghyan A., Khachatryan A., The Phenomenon of Anomie in the Context of Marginality, Katchar, 2022, 1, 89-104.

²⁰⁰ Фрейд З., О психоанализе // Психоаналитические этюды / сост. Д. И. Донского, В. Ф. Круглянского. Минск: Попурри, 1997, 5–47.

րորդ համաշխարհային, ապա «սառը» պատերազմները եկան ապացուցելու բռնի կոնֆլիկտների կանխարգելման և դրանց դեմ միջոցների ձեռնարկման անհրաժեշտությունը: Այսօր մարդկությունը, խորապես մտահոգված լինելով կոնֆլիկտների հետևանքներով, փորձում է մշակել համապարփակ գիտական մոտեցում կոնֆլիկտների վերլուծության, լուծման և կարգավորման ուղղությամբ:

Գաղտնիք չէ, որ կոնֆլիկտոգեն իրավիճակներն ուսումնասիրվել են բազում տեսանկյուններից: Կոնֆլիկտոգեն պայմաններում անձի «հոգեկան վիճակներ», «հոգեկան լարվածություն», «սթրեսային վիճակ» հասկացությունների զարգացման գործում զգալի ներդրում ունեն Յու. Ա. Գոլովախը, Վ. Ի. Լեբեդեվան, Ա.Ա.Նալչաջանը և այլք²⁰¹:

Կյանքի համար վտանգ ներկայացնող պայմաններում հոգեկան ամենատարածված վիճակներից է հուզական լարվածությունը: Որոշ հեղինակներ այն նույնացնում են սթրեսի հետ, որը պայմանավորված է վերջինիս անորոշ մեկնաբանությամբ: Մարդու համար առաջնահերթ են դառնում կյանքի որոշակի փուլում կարևորված արժեքների պահպանումը և նորերի հիմնումը, վերջիններիս կործանման դեպքում [34; 118, 196-200]:

Անձի հոգեբանական ռեսուրսները սոցիալական ադապտացիայի միջավայրում

Անձը ապրում և գործում է հասարակության ներքո: Հասարակական միջավայրից դուրս հնարավոր չէ պատկերացնել անձի կենսագործունեության որևէ բնագավառ: Շատ դեպքերում սոցիալական այդ միջավայրի բնութագրականից է կախված լինում անձի հոգեբանական ռեսուրսների արտահայտչամիջոցներն ու փոխգործողությունը:

Շատ հետազոտողներ նշում են, որ դրական սոցիալական շրջապատը (ընտանիք, ընկերներ) կարող է նպաստել անձի սթրեսակայունության պահպանմանն ու ամրապնդմանը: Այդ կապակցությամբ սոցիալական շրջապատը դիտվում է որպես սթրեսի հաղթահարման սոցիալ-հոգեբանական ռեսուրս: Բ.Գ. Անանևը իր հերթին գրում է անձի հոգեբանական կայունության վրա այլ մարդ-

²⁰¹ Sten` Богомаз С.А., Левицкая Т.Е. Особенности картины мира человека с высокою жизнестойкостью // Гуманитарные основания развития региона с высоким инновационным потенциалом: глобализация, идентификация, миграция: Материалы школы-семинара / Под ред. О.М. Краснорядцевой, С.А. Богомаза. Томск: Дельтаплан, 2007. с. 53-56; Богомаз С.А. Жизнестойкость человека как личностный ресурс совладания со стрессами и достижения высокого уровня здоровья // Материалы науч.-практ. конгрессов Третьего Всерос. форума «Здоровье нации . основа процветания России». М., 2007. Т. 3, ч. 1. с. 23-25; Аймаганбетова О. Х., Психология этнических конфликтов // Вестник КазНУ, Серия психологии и социологии. №1 (8), 2002., 48-51.

կանց կողմից բարոյական աջակցության և կարեկցանքի առկայության ազդեցության ու նշանակության մասին:

Ֆ. Նորիսը նույնպես բացահայտել է սթրեսի ու սոցիալական օգնության և աջակցության փոխկապակցվածությունը: Շատ հոգեբաններ մատնանշում են այն փաստը, որ սոցիալական անմիջական շրջապատից աջակցության պարագայում անձը ավելի արագ է կարողանում հաղթահարել սթրեսը²⁰²:

Ն. Վեյնսթեյնը կարծում է, որ էմոցիոնալ սթրեսից հետո անձի հոգեկան առողջությունը վտանգված է լինում անգործության զգացմունքի առկայության դեպքում, երբ մարդը իրեն զգում է միայնակ²⁰³: Այդ պատճառով սոցիալական աջակցությունը կարող է դիտվել որպես սթրեսի բացասական հետևանքները նվազեցնող մեխանիզմ:

Սոցիալական աջակցության ձևերը տարանջատվում են՝ ըստ ինստիտուցիոնալ՝ պետական կամ ադմինիստրատիվ, ըստ աշխատատեղերի՝ կորպորատիվ, ըստ արհմիությունների՝ ոչ ֆորմալ կամ ընտանեկան, ընկերական և այլ: Ընդհանրացնելով՝ առանձնանում են սոցիալական աջակցության նյութական, էմոցիոնալ և տեղեկատվական տեսակները: Սոցիալական աջակցությունը օգնում է դիսթրեսի զարգացման կանխարգելմանը: Բազմաթիվ հետազոտությունները բացահայտել են այն փաստը, որ սոցիալական աջակցության առկայության դեպքում անձինք ավելի քիչ են ենթարկվում դեպրեսիայի: Փաստ է նաև կանանց հակումը աջակցություն փնտրելու այլ կանանց մոտ, սակայն ոչ պակաս կարևոր է տղամարդկանց մոտ սոցիալական աջակցության ձեռքբերումը:

Հոգեբանական գրականության մեջ գոյություն ունի հոգեբանական ռեսուրսների բավական տարբեր դասակարգումներ: Այսպես՝ Ն.Ե.Վոդոպյանովան և Ե.Ս.Ստարենկովան հոգեբանական ռեսուրսների կազմում են ընդգրկում հմտություններն ու գիտելիքը, փորձը և կարողությունները, կոնստրուկտիվ վարքի մոդելները, ակտուալ ընդունակությունները, որոնք անձին հնարավորություն են տալիս լինելու ավելի ադապտիվ և սթրեսակայուն, հաջողակ և բավարարված կյանքի որակով: Հեղինակների մեծամասնությունը առանձնացնում են ներքին (անձնային) և արտաքին ռեսուրսներ²⁰⁴: Տվյալ դասակարգումը կարող

²⁰² Norris, F.H., & Kaniasty, K., Received and perceived social support in times of stress: A Test of the social support deterioration deterrence model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1996, #71, pp. 498-511; Hobfoll S.E., Lilly R.S., Resource conservation as a strategy for community psychology, *Journal of Community Psychology*, 21, pp. 128-148; Greenfield P. and Bruner S., Culture and Cognitive Growth. In: Goslin (ed.) *Handbook of Socialization Theory and research*. Chicago: RandMcNally, 1969, 623 p.

²⁰³ Weinstein, N. D., Unrealistic optimism about future life events, *Journal of Personality and Social Psychology*, 1980, #39, pp. 806-820.

²⁰⁴ Водопьянова Н. Е. Психодиагностика стресса. — СПб.: Питер, 2009. — 336 с.; Куликов, И. В. Психогигиена личности. Вопросы психологической устойчивости и психопрофилактики, СПб., 2004, 464с.

Է կիրառվել որպես մեթոդաբանական հիմք ապաստրեսային թրեյնինգների մշակման և կազմակերպման համար:

Ներքին ռեսուրսներ	Արտաքին ռեսուրսներ
Անձնային՝ ✓ սթրեսի հաղթահարման ակտիվ մոտիվացիա ✓ վերահսկման ինտերնալ կոդմնորոշում ✓ ինքնավստահություն ✓ պոզիտիվ և ռացիոնալ մտածողություն ✓ էմոցիոնալ-կամային հասկանիշներ ✓ էմոցիոնալ ինտելեկտ ✓ գիտելիք ✓ կյանքի փորձ, նմանատիպ իրավիճակների հաղթահարման փորձ Ընդունակություններ՝ ✓ օգնություն ինդրելու և այն ընդունելու ընդունակություն ✓ աջակցության միջավայր ստեղծելու կարողություն ✓ հոգեկան ինքնավերահսկման հմտություններ ✓ տեղեկատվական ակտիվություն ✓ հույս ✓ տոկունություն ✓ հոգեբանական կոմպետենտություն ✓ հոգեբանական պաշտպանության մեխանիզմներ ✓ ժամանակի կառավարում Վարքային՝ ✓ քրային-ռազմավարություն ✓ սոցիալական աջակցության փնտրում ✓ ասսերտիվ վարք Ֆիզիկական ռեսուրսներ՝ ✓ առողջության վիճակ, առողջության	Սոցիալական աջակցություն՝ ✓ սոցիալական աջակցության ինստիտուտներ ✓ պետություն ✓ կազմակերպություններ ✓ ընտանիք, ընկերներ ✓ սոցիալական աջակցության տեսակներ՝ նյութական, էմոցիոնալ, տեղեկատվական և այլն: Նյութական ռեսուրսներ՝ ✓ եկամտի բավարար մակարդակ ✓ ապրելու և հանգստի համար բավարար պայմաններ ✓ կյանքի անվտանգություն ✓ աշխատանքի օպտիմալ պայմաններ ✓ աշխատանքի դիմաց վարձատրության ստաբիլություն

պահպանմանն և ամրապնդմանն ուղղված միջոցառումներ ✓ կենսաձև ✓ վնասակար սովորությունների առկայություն/բացակայություն ✓ հանգստի համար նախատեսված ժամանակ ✓ սնունդ ✓ քուն	
---	--

Աղյուսակ 2. Անձի սթրեսակայունության ռեսուրսների կառուցվածք:

Անձը կյանքի տարբեր փուլերում կիրառում է տարբեր ռեսուրսներ, որոնք շատ դեպքերում հատուկ չեն արժևորվում և ընկալվում են որպես կյանքի սովորական միջոցներ: Որոշ դեպքերում էլ ռեսուրսները անհասանելի են լինում անձի համար բացասական հոգեբանական երևույթների հետ բախման հետևանքով՝ լինի դա բացասական անցյալի փորձը, թե իռացիոնալ մտածողությունը: Հենց այդ պատճառով էլ կարևորվում են այդ բացասական երևույթների ազդեցությունը նվազեցնող և սթրեսակայունությանը նպաստող համապատասխան թրեյնինգները: Մյուս կողմից՝ թրեյնինգների ժամանակ ստացած գիտելիքներն ու հմտությունները կարող են օգտակար և կիրառելի լինել հետագայում հնարավոր արտակարգ իրավիճակների հետ բախման և հաղթահարման գործընթացում: Հոգեբանական ռեսուրսները օգնում են ադապտացվել սթրեսին, այդ պատճառով որքան շատ ներքին և արտաքին ռեսուրսների է տիրապետում անձը, այնքան հեշտ է կարողանում դուրս գալ սթրեսային իրավիճակից:

Որոշ հեղինակներ արտակարգ իրավիճակներում անձի կենսագործունեության հիմնախնդիրը դիտարկում են ադապտացիայի տեսության տեսանկյունից: Ադապտացիան հասկացվում է նրանց կողմից որպես ներքին փոփոխությունների և նոր պայմաններին հարմարման գործընթաց և արդյունք: Օրգանիզմի ադապտիվ ընդունակությունները ներկայացնում են միջավայրի ոչ ադեկվատ պայմաններում բնականոն կենսագործունեության պահպանման չափանիշը: Անձնային մակարդակում կարևորվում է օրգանիզմի հիմնական կենսական նշանակություն ունեցող գործառույթների պահպանումը կամ այլ՝ ոչ ադեկվատ գործառույթներին անցումը: Միջավայրի պայմաններին անձի ադապտացման գործընթացի էական գործոն է հոգեկան ադապտացումը: Դա անձի և շրջապատող միջավայրի միջև առավելագույն համապատասխանության կա-

յացման դինամիկ գործընթաց է, որը հնարավորություն է տալիս անձին իր պահանջմունքները բավարարելու և միջավայրի պայմաններին համապատասխան պատակադրվելու համար: Հոգեկան ադապտացիան բաժանվում է ավոհոգեկան և ինտրահոգեկան միավորների, որոնցից առաջինը նշանակում է արտաքին, վարքային մակարդակում իրականացվող ադապտացիան, իսկ երկրորդը՝ հոգեբանական պաշտպանության մեխանիզմները: Մթերեսային իրավիճակներում նման պաշտպանական մեխանիզմները, ըստ Ֆ.Բ. Բերեզինի, հաճախ դժվարացնում են անձի գործունեության ինքնակարգավորման գործընթացը՝ ադապտադելով իրականության ընկալումն ու պատկերացումները սեփական անձի մասին:

Ադապտացիայի տեսանկյունից արտակարգ իրավիճակները կարող են լինել կարճաժամկետ և երկարաժամկետ: Առաջինի դեպքում ակտիվանում են անձի պաշտպանական հակազդման առաջնահերթ մեխանիզմները: Երկարաժամկետ արտակարգ իրավիճակների դեպքում անհրաժեշտություն է առաջանում անձի ֆունկցիոնալ ամբողջ համակարգի ադապտացիոն վերակառուցման: Այլ խոսքերով՝ երկարաժամկետ սթրեսը կապված է ադապտացիոն ռեզերվների ծախսման հետ, կարող է թաքնված ընթանալ՝ արտահայտվելով միայն ադապտացիայի ցուցանիշների փոփոխություններում: Այս դեպքում ադապտացումը կարող է հաջող ընթանալ, եթե անձը, հարմարվելով երկարաժամկետ արտակարգ իրավիճակի պայմաններին, մոբիլիզացնում է իր խորին, թաքնված ռեզերվները²⁰⁵: Նման երկարաժամկետ սթրեսի օրինակ են բնական աղետների բարձր ռիսկայնության ռեզիլիոնները, ձգձգվող պատերազմական իրավիճակները, քաղաքա-տնտեսական ճգնաժամերը և այլն: Նման սթրեսային իրավիճակները հեղինակը առաջարկում է դիտարկել որպես սթրեսորների հատուկ տեսակ, որը պահանջում է ադապտացիայի յուրահատուկ մեխանիզմներ: Մյուս կողմից՝ երկարաժամկետ սթրեսները հանգեցնում են այդ իրավիճակների ընկալմանը որպես «սովորական» երևույթի, գործում են հարմարման այնպիսի լծակներ, որոնք թուլացնում են սթրեսի ընկալման սրությունը և նպաստում են նման պայմաններում անձի բնականոն կենսագործունեությանը:

Հայլի-Յունգը իր հերթին առանձնացնում է սթրեսի կառավարման կամ ադապտացիայի այնպիսի գործոններ, ինչպիսիք են՝ պատրաստվածության աստիճանը բնական աղետներին, սոցիալական աջակցության առկայությունը անմիջապես աղետից հետո, շրջապատող միջավայրի բնութագրականները, աղետի պարբերականությունը և մասնագետների՝ հոգեբանների, հոգեբույժների,

²⁰⁵ Китаев-Смык Л.А., Психология стресса, Москва, 1983 с.368.

փրկարարների և սոցիալական աշխատողների անհետաձգելի օգնության հասունությունը²⁰⁶:

Նշենք նաև օտարերկրյա հեղինակների այլ ուսումնասիրությունները՝ ի դեմս Ռ.Լազարուսի քոպինգ-վարքի, Ս.Մադդիի անձի տոկունության տեսությունների: Ս.Նարտովա-Բոչավերը մատնանշում է սթրեսային իրավիճակներում անձի ադեկվատ գործունեության կախվածությունը անձի ադապտիվ հնարավորություններից, տվյալ իրավիճակի ընկալման յուրահատկություններից և արժևորումից: Վարքի այս կամ այն կողմնորոշման ընտրությունը կարող է կատարվել ինչպես անգիտակցական, այնպես էլ՝ գիտակցական մակարդակներում, իսկ ընտրված ռազմավարության արդյունավետությունը մեծ մասամբ կախված է լինում այն բանից, թե ինչքանով տվյալ արտակարգ իրավիճակը ենթարկվում է անձի վերահսկմանը: Նման եզրահանգմանն է եկել նաև Ս.Մադդին, որը մատնանշել է այն դեպքերը, երբ անձը, վերցնելով պատասխանատվություն իր վրա, կարողացել է այս կամ այն չափով վերահսկել ստեղծված իրավիճակը՝ դրանով իսկ դառնալով ավելի դիմակայուն և տոկուն: Ռուսական ժամանակակից հոգեբանական գիտակարգում ի հայտ են եկել նաև անձի բնութագրականների արժևորման գաղափարները, որոնք պատասխանատու են անձի ադապտացիայի համար, ինչպիսիք են՝ Ա.Գ.Մակլակովի անձնային ադապտացիոն պոտենցիալի և Դ.Ա.Լեոնտևի անձնային պոտենցիալի կոնցեպտները:

Անձի ադապտացիոն ընդունակությունները գնահատվում են անձի հոգեբանական բնութագրականների զարգացման մակարդակով, որը առավելագույնս նշանակալի է անձի հոգեկան գործունեության կարգավորման համար: Որքան բարձր է այդ բնութագրականների մակարդակը, այնքան մեծ է անձի ադապտացիայի հավանականությունը և նշանակալի ադապտացիային ենթակա արտաքին միջավայրի գործոնները: Անձի տվյալ հոգեբանական առանձնահատկություններն էլ կազմում են նրա անձնային ադապտացիոն պոտենցիալը, որը ներառում է նյարդա-հոգեկան կայունությունը, անձի ինքնագնահատականը, սոցիալական աջակցության առկայությունը, անձի կոնֆլիկտայնության մակարդակը և սոցիալական փոխգործողության փորձը: Բոլոր թվարկած բնութագրականները Ա.Մակլակովը դիտարկում է նշանակալի ադապտացիայի գնահատման և կանխորոշման, ինչպես նաև՝ անձի հոգեկան հավասարակշռության վերականգնման գործում²⁰⁷:

²⁰⁶ Hiley-Young B., Gerrity E., Critical Incident Stress Debriefing: Value and limitations in disaster response, -in NCP Clinical Quarterly, 1994, Vol. 4, #2.

²⁰⁷ Мадди С., Теории личности. Сравнительный анализ, СПб: Речь, 2002; Маклаков, А.Г., Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогноз в экстремальных условиях. Психологический журнал. Москва, № 1, 2001, с.16-24.

Դ.Ա.Լեոնտևը կիրառում է, ինչպես նշվեց, «անձնային պոտենցիալ» եզրույթը: Անձնային պոտենցիալը անձնային հասունության մակարդակի ինտեգրալ բնութագրականն է²⁰⁸: Անձնային հասունության արտահայտման հիմնական ձևերն են անձի ինքնառեգույացիայի և ինքնադետերմինացիայի հասկացությունները: Անձնային պոտենցիալը արտացոլում է արտակարգ իրավիճակի հաղթահարմանն ուղղված անձի ջանքերը: Հետևապես, հաղթահարումը կարող է կատարել անձի պաշտպանական գործառույթը: Եթե հոգեբանական հաղթահարումը՝ հիմնված անձի տոկոսության վրա, հանգեցնում է անձի զարգացմանը, ինքնադետերմինացմանը, ապա միջանկյալ օղակում կհայտնվի հաղթահարման այնպիսի տեսակը, որը հատուկ է արտակարգ իրավիճակում կամ սոցիալականացման ճանապարհին գտնվող անձին, ուստի հաղթահարման գործունեությունը հմտություն է, որը տրվում է անձի սոցիալականացման ընթացքում, անձը «սովորում է» հաղթահարման հմտություններին, մասնավորապես՝ հենց նույն հաղթահարման ընթացքում: Անձնային որակների այդպիսի դիտարկման դեպքում կարելի է սահմանել նաև կյանքի նկատմամբ անձի տոկոսության ընդունակությունը, որը ձևավորվում է դժվար կենսական իրադրությունների, մասնավորապես՝ արտակարգ իրավիճակների հաղթահարման ընթացքում:

Ինչպես հաղթահարման գործունեությունը, այնպես էլ ինտրահոգեկան ադապտացիան կամ պաշտպանական վարքը կարող են դիտարկվել որպես հաղթահարման տեսակ՝ հիմնված այլ ռեսուրսների և հմտությունների վրա: Անձնային ռեսուրսները այս դեպքում երկրորդական դեր են կրում, նրանք կարող են նույնիսկ բացառվել հաղթահարման գործընթացից: Այս դեպքում հոգեբանական հաղթահարումը չի սահմանվում զուտ անձնային որակներով, նրանք ներկայանում են գուցա հեռ: Պաշտպանական մեխանիզմների կիրառման գերակշռությունը կարող է տանել դեպի անձի ապահինտեգրումը, սակայն արտակարգ իրավիճակներում, երբ անհրաժեշտ է անմիջապես ազդել անձի ինտեգրման և ադապտացման հմտությունների վրա, այդպիսի մեխանիզմները չափազանց օգտակար են լինում և նպաստում են, որ անձը «հավաքվի ուժերով» և ներդնի արդեն հասուն հաղթահարման ռեսուրսները: Անձի ռեսուրսները կազմում են ադապտացիայի հիմնական պաշարը: Նույնիսկ նրանց ուղղակի առկայությունը ապահովում է անձի ադապտիվ գործառույթի ակտիվացումը, ինչը արտահայտվում է անձի նույնականացման, ինքնահարգանքի և սեփական ուժերի նկատմամբ վստահության զգացումներում: Որպես ադապտացման ռեսուրս կարելի է դիտարկել այն ամենը, ինչը անձը օգտագործում է միջավայրի պա-

²⁰⁸ Леонтьев Д.А., Современная психология мотивации, М., 2002, 343 с.

հանջները բավարարելու և դժվար կենսական իրադրությունները հաղթահարելու համար: Ժամանակակից հոգեբանական գիտակարգում տարբերակում են ռեսուրսների երկու տեսակ՝ անհատական կամ ներքին և միջավայրային կամ արտաքին: Երբեմն նրանք կոչվում են նաև հոգեբանական և սոցիալական ռեսուրսներ: Հոգեբանական ռեսուրսները ներառում են անձի հմտությունները և ընդունակությունները, իսկ միջավայրային ռեսուրսները արտացոլում են սոցիալական շրջապատի կողմից ինստիտուցիոնալ, բարոյական և էմոցիոնալ օգնության հասանելիությունը: Մթերսի կառավարման և ադապտացիայի հաջողությունը մեծ մասամբ կախված է լինում առկա և հասանելի ռեսուրսների բնույթից: Բարոյական կայունությունը նպաստում է արտակարգ իրավիճակում տոկոսնության, իսկ սեփական արդյունավետության նկատմամբ հավատը՝ խնդիրների լուծման հարցում հաստատականության դրսևորմանը: Նյութական միջոցների առկայությունը հնարավորություն է տալիս օգտվելու տեղեկատվական, իրավական, բժշկական և մասնագիտական օգնության այլ ձևերից, քանի որ սոցիալական ռեսուրսների հասանելիությունը լինում է տարբեր, ապա կարելի է ենթադրել արտակարգ իրավիճակներում ցածր տնտեսական մակարդակ ունեցող անձանց անգործության և անպաշտպանվածության ավելի ցայտուն պատկերը՝ հասարակության տնտեսապես ապահովված և կայուն կենսամակարդակ ունեցող շերտերի նկատմամբ: Բացահայտված է նաև այն փաստը, որ անձինք, որոնք ռեսուրսների պակաս են զգում, հաճախ ընտրում են խուսափողական ռազմավարությունը՝ համեմատած այն անձանց հետ, որոնք տիրապետում են տարատեսակ ռեսուրսների: Նշենք նաև, որ այդ տարանջատումը միանշանակ չէ և հայտնի են շատ դեպքեր, երբ բազմապիսի ռեսուրսների առկայության դեպքում էլ անձը զգում է դրանց պակասը: Այլ խոսքերով՝ ռեսուրսները մնում են չօգտագործված: Այս պարագայում չափազանց կարևոր է բացահայտել այն խոչընդոտները, որոնք հանգեցնում են ռեսուրսների ոչ լիարժեք կիրառմանը: Նման խոչընդոտներից են մշակութային առանձնահատկությունները, ավանդույթները, հասարակական կարծիքը, անձնային որակները: Մի շարք հեղինակների կողմից կատարված փորձարարական հետազոտությունները ցույց են տվել, որ արտակարգ իրավիճակում օգնություն փնտրելու հարցում կաշկանդավածությունը կապված է սեփական անձի նկատմամբ հարգանքի, անկախության զգացումը պահպանելու, սեփական թուլությունն ու անգործությունը թաքցնելու գործոնների հետ²⁰⁹:

²⁰⁹ Gross A. E., McMullen P. A., Models of the help-seeking process // In B. M. DePaulo, A. Nadler, & J. D. Fisher (Eds.), New directions in helping (Vol. 2): Help-seeking. New York, 1983; Nadler A., Help-seeking behavior: Psychological costs and instrumental benefits // In M. S. Clark (Ed.), Review of personality and social psychology, Vol. 12, New York, 1991, pp. 290-312.

Տարբեր մոտեցումների վերլուծության հանրագումարում կարելի է առանձնացնել արտաքին միջավայրի, միջանձնային հարաբերությունների և զուտ հոգեբանական որոշ բնութագրականներ, որոնք բարձրացնում են անձի կայունությունը սթրեսային և հոգետրավմատիկ գործոնների նկատմամբ: Նման հոգեբանական բնութագրականները կարող են սահմանվել որպես արտակարգ իրավիճակներին անձի ադապտացիայի հոգեբանական ռեսուրսներ: Ադապտացիայի տարատեսակ ռեսուրսներից առանձնացվում են այնպիսիք, որոնք կապված են անձի պատկերացումների հետ աշխարհի և իր անձի մասին, իր գոյության նշանակության մասին: Բացի դրանից՝ որպես անձի ռեսուրս դիտարկվում է արտակարգ իրավիճակներում անձի գիտելիքների և վարքի կանոնների կիրառումը: Հետազոտություններում հաճախակի հանդիպող գաղափարը վերաբերում է արտակարգ իրավիճակներում անձի վերահսկման գործոնին կամ անձի ինտերնալ/էքստերնալ վիճակներին: Անձի ինտերնալ կարգավիճակը արտահայտվում է կյանքի դժվարությունների հաղթահարման անձի ընդունակության և պատրաստակամության մեջ: Հակառակ բևեռում է հայտնվում անձի անգործության [89] կենսական որոշակի դիրքորոշումը, որը բնութագրում է անձի կողմից որոշումներ կայացնելու և իր վրա պատասխանատվություն վերցնելու անկարողությունը: Մեր կողմից այս երևույթը անվանվում է «սոցիալականացված անգործություն» և բնութագրում է անձի այնպիսի հարմարման մեխանիզմ, որը հիմնված է գերազանցապես արտաքին ռեսուրսների օգտագործման և ծախսման վրա և, միաժամանակ, հոգեբանական ռեսուրսների առավելագույնս պահպանման և կոնսերվացման վրա: Հոգեբանական ռեսուրսների նման «սառեցման» մեխանիզմը՝ լինելով պարադիտար իր բնույթով, կարող է միայն որոշ ժամանակի ընթացքում ապահովել անձի պաշտպանվածության պահանջմունքը: Այդ երևույթը կարելի որակել որպես «սոցիալական ադապտացիայի շրջադարձ»: անձը աստիճանաբար սկսում է սովորել անգոր լինելու իր դիրքորոշմանը և սոցիալական աջակցության պարտադիր ներկայությանը, ինչը վերջինիս պարբերականացման կամ ընդհատման դեպքում ունենում է հոգետրավմատիկ հետևանքներ: Հակառակ դրան՝ ինտերնալ դիրքորոշում ունեցող անձինք համարում են, որ իրենց հետ կատարվող իրավիճակը մեծ մասամբ պայմանավորված է իրենց գործունեությամբ և, համապատասխանաբար, նրանց մոտ ավելի մեծանում է պատասխանատվության զգացումը իրենց անձի և շրջապատի նկատմամբ:

Այս կապակցությամբ ներկայացնենք Վ.Ֆրանկլի դիրքորոշումը այն մասին, որ արտակարգ իրավիճակներում անձը հանդես է գալիս ավելի դիմացկուն, եթե գիտակցում է իր կյանքի իմաստը, այսինքն՝ եթե անձը գիտակցում է,

թե «ինչի համար է» նա ապրում, ապա նա կարող է հաղթահարել կյանքի բոլոր դժվարությունները²¹⁰:

Ջ. Կրամբոն, ներկայացնելով իր դիտարկումները անձի համար բնական աղետների հոգեբանական հետևանքների վերաբերյալ, նույնպես մատնանշում է այն հանգամանքը, որ այն մարդիկ, որոնք տեսնում էին իրենց կյանքի իմաստն ու նպատակը, ավելի արդյունավետ էին հաղթահարում ծանր կենսական պայմանները²¹¹: Այսպես՝ կյանքի իմաստի ու նպատակի, սեփական «Ես»-ի նշանակության գիտակցումը հզոր գործոն է՝ ուղղված անձի կայունության բարձրացմանը՝ արտաքին անբարենպաստ պայմանների նկատմամբ: Օտարերկրյա ուսումնասիրություններում նույնպես հանդիպում են աշխատություններ՝ նվիրված հոգետրավմատիկ իրադրություններում արժեքների դերին²¹²:

Անձի հոգեբանական հասունությունը, որն արտահայտվում է «հոգեբանական տարիք» հասկացության միջոցով, ազդում է անձի՝ կենսական դժվար իրադրություններին արդյունավետ հակազդելու ընդունակությունների վրա: Հասուն վերաբերմունքը սեփական կյանքի նկատմամբ և, հակառակն, հոգեբանական և ժամանակագրական տարիքի էական շեղումները վկայում են հոգեկան տրավմայի նկատմամբ հակազդման մեխանիզմների անմշակվածության մասին [37]: Նշենք մեկ այլ հանգամանք՝ հոգետրավմատիկ իրադրության նկատմամբ անձի կայունության բարձրացման առումով ապագայի որոշակի պլանավորումը: Նման պլանավորման բացակայությունը տրավմատիկ իրադրության հետևանքով առաջացած սթրեսի վկայությունն է²¹³:

Այսպիսով՝ հաղթահարման ռազմավարության հիմնական հատկանիշներից է տվյալ իրադրության ներառումը սեփական կենսական փորձի մեջ ու հետագա կյանքի արժևորմանը նպաստող այդ փորձի ռացիոնալ գնահատականը:

Անդրադառնալով անձի ադապտացման գործոններին՝ Ռ. Լազարուսը և Ֆոլկմանը հատկապես մատնանշում են ընթացող գործընթացների օրինաչափության գիտակցման անհրաժեշտությունը: Արտակարգ իրավիճակներում վարքի կանոնների իմացությունը այն հաղթահարման կոգնիտիվ ռեսուրսն է՝ հիմնված այս կամ այն երևույթների օրինաչափությունների և առաջացման ու հաղթահարման մեխանիզմների մասին անձի գիտելիքի վրա: Նման իրավիճակներում ընթացքող գործընթացների հասկացման կարևորությունը անձի արդյունավետ կենսագործունեության համար նշել է նաև Մ.Մամարդաշվի-

²¹⁰ Франкл В., Человек в поисках смысла. - М.: Прогресс, 1990, 368 с.

²¹¹ Crumbaugh J., Cross-Validation of Purpose in Life Test, Journal of Individual Psychology, 1968, pp. 74-81.

²¹² Taylor, S. E. and S. K. Schneider, Coping and the simulation of events, in- Social Cognition 1989, #7, pp. 174-194.

²¹³ Young, B.H., Ruzek, J.I., & Ford, J.D. (in press). Cognitive-behavioral group treatment for disaster-related PTSD. In B.H. Young & D.D. Blake (Eds.), Group treatment for post-traumatic stress: Conceptualizations, themes, and processes. Washington, 2006.

լին²¹⁴: Հասկացումը թույլ է տալիս անձին կատարվածը «լցնել» անձնային իմաստներով: Ջ.Կելլին ենթադրում է գործընթացների սուբյեկտիվ հավանական պլանավորման ազդեցությունը ոչ միայն ֆիզիոլոգիական գործընթացների, այլև անձի կենսագործունեության բոլոր կողմերի վրա²¹⁵: Նույն կարծիքին է Լ.Անցի-ֆերովան, որն անձի կողմից իրավիճակների հավանական պլանավորման ընդունակությունը և այդ գործընթացների հիմքում ընկած օրինաչափությունների իմացությունը համարում է կարևորագույն գործոն հանկարծակի առաջացած արտակարգ իրավիճակների տրավմատիկ ազդեցությունը նվազեցնելու գործում²¹⁶: Հոգեկան կարգավորումը անհնար է առանց ներկա և հավանական ապագա կերպարների համադրման պլանավորման, ուստի կարելի է դիտարկել որպես հոգեկանի ադապտացիայի, ֆիզիոլոգիական համակարգերի հիմքում ընկած օպտիմալ կառավարման սկզբունք՝ հիմնված ապագա իրադրությունների սպասվելիք պատկերի վրա: Հետևապես, արտակարգ իրավիճակներում անձի արդյունավետ ադապտացիայի ընդունակությունը անմիջապես կախված է ապագայի հավանական պլանավորման նրա ընդունակությունից:

Վերը նշված ռեսուրսների հետ մեկտեղ անձը տիրապետում է նաև վարքային ռեսուրսներին: Դրանք են, նախ և առաջ, արտակարգ իրավիճակի ընթացքում և դրանից հետո վարքի հմտությունները:

Կարևոր է նշել, որ վերոնշյալ հոգեբանական ռեսուրսները պարբերաբար լրացվում և ձևավորվում են կյանքի ընթացքում: «Անձ – միջավայր» համակարգում դա այն փոփոխականն է, որը գտնվում է անձի կառավարման ներքո: Ադապտացիայի և հաղթահարման հոգեբանական ռեսուրսները ներկայացվում են որպես անձի հիմնական բնութագրականներ, որոնք ոչ միայն բնութագրում են, այլև միջնորդում են անբարենպաստ պայմանների ազդեցությանը:

Անձը ադապտացվում է սթրես առաջացնող իրադրությունների լայն շրջանակին: Ջ. Պիկուն առաջ է քաշում մի տեսակետ, որի համաձայն՝ հակազդումը սթրեսին զանազանվում է ըստ սթրեսի ընկալվող աղբյուրի՝ արտակարգ իրավիճակի²¹⁷:

Համաձայն սթրեսի աղբյուրի՝ կարելի է առանձնացնել արտակարգ իրավիճակների երեք տեսակ՝

- սթրեսի աղբյուրը անձից անկախ է և սկզբունքորեն անկանխատեսելի (բնական աղետները).

²¹⁴ Мамардашвили М. *Эстетика мышления*. - М.: Московская школа политических исследований, 2000, 416 с.

²¹⁵ Kelley H. H., Attribution theory in social psychology, In D. Levine (ed.), Nebraska Symposium on Motivation, V. 15, 1967, pp. 192-238 Lincoln: University of Nebraska Press.

²¹⁶ Анциферова Л.И., Личность в трудных жизненных условиях // Психологический журнал, 1994, с.3-18.

²¹⁷ Picou J. S., Marshall B.K., Gill D. A., Disaster, Litigation, and the Corrosive Community, The University of North Carolina Press Social Forces, June 2004, 82(4):1493-1522.

- սթրեսի առաջացման աղբյուրը տվյալ անձի հոգեկանն է.
- արտակարգ իրավիճակը ստեղծված է այլ մարդկանց կողմից (պատերազմ, ահաբեկչական ակտ):

Հոգեբանորեն ավելի ծանր են համարվում այն իրավիճակները, որոնց առաջացման մեջ մեղավոր են այլ մարդիկ և որի հաղթահարումը գերազանցապես կախված չէ այդ իրավիճակում հայտնված անձից, ուրեմն արտակարգ իրավիճակներից հոգեբանորեն «ամենաթեթևն» է այն իրավիճակը, որը կախված չէ որևէ մեկի կամքից. բնական աղետը, սակայն այս դեպքում էլ այդ իրավիճակի հաղթահարումը մեծ մասամբ կախված է անձի ակտիվությունից և հոգեբանական ռեսուրսների կիրառման հմտությունից, եթե այն չի ուղեկցվում մեծաքանակ զոհերի հետ: Նշենք բնական աղետների ևս մեկ առանձնահատկություն. նրանք գրավում են մեծ տարածքներ և կազմալուծում են սոցիալական կառույցի ենթակառուցվածքը, ինչը նույնպես հանգեցնում է զոհերի և ավերածությունների թվի մեծացմանը: Որոշ հեղինակներ, սակայն, այնուամենայնիվ մատնանշում են այն փաստը, որ տեխնոգեն արտակարգ իրավիճակներն ավելի խորը սոցիալական և հոգեբանական ազդեցություն են գործում, քան բնական աղետները²¹⁸:

Ամփոփելով արտակարգ իրավիճակներին անձի սոցիալական ադապտացիայի հոգեբանական ռեսուրսների հարաբերակցության քննությունը՝ կարելի է անել հետևյալ եզրակացությունները՝

- ✓ Արտակարգ իրավիճակներին ադապտացիան ներառվում է անձի սոցիալականացման համակարգում:
- ✓ Անձի հոգեբանական ռեսուրսները կարևորվում են արտակարգ իրավիճակով պայմանավորված նորաստեղծ սոցիալական կառույցներին ադապտացիայի տեսանկյունից:
- ✓ Առանձնացվել են անձի հոգեբանական ռեսուրսների կոգնիտիվ, էմոցիոնալ և վարքային ռեսուրսների տեսակները:
- ✓ Արտակարգ իրավիճակի կոգնիտիվ ռեսուրսների կոնստրուկտիվ արտահայտվածության դեպքում նկատի են առնվում անձի կարողություններն ու գիտելիքը արտակարգ իրավիճակում գործելու և այն հաղթահարելու, կանոնավոր կյանքին անցնելու հարցում:
- ✓ Կոգնիտիվ ռեսուրսների դեստրուկտիվ հետևանքների դեպքում նկատվում է մտածողության սոցիոմերժ արտահայտվածությունը և կյանքի կանոնավոր ընթացքին անցնելու անձի անկարողությունը:

²¹⁸ Norris, F.H., & Kaniasty, K., Received and perceived social support in times of stress: A Test of the social support deterioration deterrence model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1996, #71, pp. 498-511.

✓ Էմոցիոնալ ռեսուրսների կոնստրուկտիվ հետևանքները արտահայտվում են սոցիոմետ զգացմունքների տիրապետման, ապրումների դինամիկայի նկատմամբ վերահսկման և պոզիտիվ ապրումների ուղորդման մեջ:

✓ Ադապտացիայի էմոցիոնալ ռեսուրսների դեստրուկտիվ դրսևորումներն են վախի, տխրության, տագնապի ու անգործության ապրումների տեսքով արտահայտված զգացմունքները:

✓ Ադապտացիայի վարքային ռեսուրսները ապահովում են ռեսուրսների վերոնշյալ կոգնիտիվ և էմոցիոնալ տեսակների արտահայտվածությունը անձի կենսագործունեության մեջ: Ելնելով հոգեբանական ռեսուրսների կառուցվածքային դասակարգման տրամաբանությունից՝ կարելի է վարքային գործոնը ևս ենթարկել նույն օրինաչափությանն ու քննել որպես կոգնիտիվ վարքային և էմոցիոնալ վարքային ռեսուրսներ: Դրանցից առաջինը կնշանակի վարքի այնպիսի դրսևորումներ, որոնք առավելապես պայմանավորված են անձի կոգնիտիվ ռեսուրսներով: Էմոցիոնալ վարքի հասկացության շրջանակը, համապատասխանաբար, կկազմի վարքի այնպիսի արտահայտվածությունը, որի հետևանք են անձի ապրումներն ու զգացմունքայնությունը: Յուրաքանչյուր վարքի տեսակ, նմանապես, կենթարկվի ընդհանուր ենթակառուցվածքային դասակարգման՝ որպես կոգնիտիվ կամ էմոցիոնալ վարքի կոնստրուկտիվ և դեստրուկտիվ բաղադրիչների՝ արտահայտված վարքի գործունեության սոցիոմետ կամ սոցիոմերթ դրսևորումներով:

✓ Բացահայտվել է «սոցիալականացված անգործության» անձի հարմարման մեխանիզմը, որը հիմնված է գերազանցապես արտաքին ռեսուրսների օգտագործման ու ծախսման և, միաժամանակ, հոգեբանական ռեսուրսների առավելագույնս պահպանման ու «սառեցման» վրա: Այդ մեխանիզմը բնութագրվել է որպես «սոցիալական ադապտացիայի շրջադարձ», երբ անձը աստիճանաբար սկսում է ընտելանալ անգոր լինելու իր դիրքորոշմանը և սոցիալական աջակցության պարտադիր ներկայությանը և ակնկալում է սոցիալական միջավայրի ադապտացումը արտակարգ իրավիճակում հայտնված իր նոր կարգավիճակին: Սոցիալական աջակցության պարբերականացման կամ ընդհատման դեպքում նման դիրքորոշումը ունենում է հոգետրավմատիկ խորը հետևանքներ:

✓ Արտակարգ իրավիճակի հաղթահարման ռազմավարության հիմնական հատկանիշներից է տվյալ իրադրության ներառումը սեփական կենսական փորձի մեջ ու հետագա կյանքի արժևորմանը նպաստող այդ փորձի ռացիոնալ գնահատականը:

✓ Արտակարգ իրավիճակի նկատմամբ անձի կայունության բարձրացման առումով հատկապես կարևորվում է ապագայի որոշակի պլանավորումը: Նման պլանավորման բացակայությունը տրավմատիկ իրադրության հետևանքով առաջացած սթրեսի վկայությունն է:

Աղապտացիայի հոգեբանական ռեսուրսների եռաստիճան մոդելը իրենից ներկայացնում է անձի հոգեկան առողջության սոցիալ-հոգեբանական գործոնը, որի առկայությունն էլ թույլ է տալիս անձի աղապտացիայի եզրույթը սահմանել որպես հոգե-սոցիալական հարմարման մեխանիզմ:

ԳԻՏԱՄԵԹՈՂԱԿԱՆ ՈՒՂՂՈՐՈՒՄ

Հոգեբանական պաշտպանության մեխանիզմների տեսամեթոդաբանական ուսումնասիրության արդյունքում կարելի է մշակել գիտագործնական որոշակի հանձնարարականներ, որոնք նպատակ ունեն զարգացնելու և ամրակայելու սոցիալական անոմիայի պայմաններում անձի հոգեբանական պաշտպանության կոնստրուկտիվ մեխանիզմների ազդեցությունը և միտված են մեթոդապես ու պրակտիկորեն աջակցելու ոլորտի պատասխանատուներին՝ հոգեբաններին, զինվորական, կրթական, արտակարգ իրավիճակները կարգավորող հաստատությունների մասնագետներին և այլն:

Հոգեբանական պաշտպանության մեխանիզմների դոմինանտող կոնստրուկտների վերընթաց ուղղվածությամբ կումուլյացիայի հայեցակարգի ներդրման նպատակով ներկայացվում է դոմինանտող կոնստրուկտների կումուլյացիայի փուլային ծրագիր, որն առաջարկվում է իրականացնել սոցիալական անոմիայի պայմաններում արժեհամակարգի բացահայտված տարրերի հիման վրա:

Ծրագրի շրջանակներում հարցվողներին առաջարկվում է նախ դասակարգել տերմինալ և ինստրումենտալ արժեքների ցանկն՝ ըստ առաջնահերթության, այնուհետև ներկայացվում են մեթոդական վարժանքներ, որոնց համալիր կիրառումը թույլ է տալիս ձևակերպել արդյունքները որպես հետպատերազմական շրջանում բնակչության հոգեբանական պաշտպանության դրսևորումների դոմինանտող կոնստրուկտների կումուլյացիայի մոդել: Այդ նպատակով կատարվում են հետևյալ աշխատանքները.

Փուլ 1

Տերմինալ և ինստրումենտալ արժեքների դասակարգումից հետո առաջարկվում է ձևավորել այնպիսի դասակարգում, որն, ըստ հարցվողի կարծիքի, կհամապատասխանի երջանիկ և բարեկեցիկ մարդկանց: Այս փուլի ավարտին հնարավոր է դառնում բացահայտելու հարցվողի համար առավելագույն նշանակություն ունեցող արժեքները:

Փուլ 2

Առաջարկվում է նշել նախորդ՝ առավելագույն նշանակալիություն ունեցող արժեքների ցանկից այն արժեքները, որոնք, ըստ հարցվողի, արդեն իրագործված են սեփական կյանքի ընթացքում:

Փուլ 3

Առաջարկվում է նշել ցանկից այն արժեքները, որոնք հարցվողը առաջին հերթին կցանկանար իրագործել:

Փուլ 4

Առաջարկվում է նույն աշխատանքը կատարել հարցվողի համար մտերիմների և հարազատների համար: Այդ փուլի ընթացքում հնարավոր է դառնում ամրակայել այն դրական կոնստրուկտները, որոնք դարձել են անձի կողմից գիտակցված և նշանակալի:

Փուլ 5

Իրականացվում է ստուգիչ հարցում՝ բացահայտելու համար հոգեբանական պաշտպանության մեխանիզմների և կենսակայունության ցուցանիշների գործառնության դրական փոփոխությունները:

Այսպիսով՝ հոգեբանական պաշտպանության դոմինանտող կոնստրուկտների կումուլյացիայի մոդելի միջոցով ստացված արդյունքները թույլ են տալիս մշակել սոցիալական անոմիայի պայմաններում անձի հոգեբանական պաշտպանության կոնստրուկտիվ մեխանիզմների զարգացման, կենսակայունության ցուցանիշներում դրանց ներգրավման և արժեհամակարգում նման մեխանիզմների ամփոփմանն ուղղված գիտագործնական առաջարկները և հետագա հոգեբանական հետազոտությունների տեսլականը:

Արժեհամակարգի վրա հոգեբանական պաշտպանության կումուլյատիվ մոդելի կոնստրուկտիվ փոխազդեցության առանձնահատկություններից ելնելով՝ կազմվել են նաև հետևյալ հանձնարարականները, որոնց կազմակերպման և իրագործման բաղադրիչները ներկայացվում են ստորև.

- ազգաբնակչության ներքին կոնսոլիդացիայի սինդրոմի զարգացմանն ու հոգեբանական պաշտպանության կումուլյատիվ մոդելի ուսումնասիրմանն ուղղված հոգեբանական նպատակային հետազոտությունների իրականացում և արդյունքների հրապարակում,

- հոգեբանական պաշտպանության կումուլյատիվ մոդելի մեթոդական հարցադրումներին նվիրված կլոր սեղանների կազմակերպում և մեթոդական ձեռնարկի հրատարակում,

- կրթական և հանրային հաստատություններում պարբերաբար կազմակերպվող հոգեբանական զրույցների անցկացում, որոնք ուղղված կլինեն պատերազմական գործողությունների հավանական վերսկսման պարագայում պաշտպանական օպերատիվ խնդիրների կատարմամբ պայմանավորված մտահոգությունները և մտավախությունները մեղմելուն,

- դասապրոցեսին հետազոտության արդյունքների կիրառում՝ որպես մանկավարժա-դասախոսական անձնակազմին տրված մեթոդական ուղեցույց,

- հոգեբանների թիմի մշտադիտարկումների կազմակերպում, որոնց նպատակն է ազգաբնակչության սոցիալ-կենցաղային պայմանների ոչ լիարժե-

քության ու անձնական խնդիրների առկայության պայմաններում սոցիալ-տնտեսական, հոգեբանական պահանջմունքների մոնիթորինգը,

➤ սոցիալ-հոգեբանական, հանրային-հասարակագիտական ուղղվածությամբ ծրագրերի շրջանակներում ոլորտի պատասխանատուների հետ համագործակցությունը՝ միտված ազգաբնակչության արժեհամակարգի և կենսակայունության ցուցանիշների հետ դրանց համադրելիությանը,

➤ հոգեթերապևտիկ աշխատանքներ տարիքային տարբեր խմբերի հետ՝ ուղղված հոգեբանական կայունության ամրապնդմանը: Արտաքին սպառնալիքի մշտական առկայության, սոցիալական անոմիայի պայմաններում գտնվելու հանգամանքով պայմանավորված՝ անհանգստության պայմաններում անձնային այնպիսի որակների ամրակայմանը, ինչպիսիք են՝ հաստատունությունը, հավասարակշռությունը և դիմադրողականությունը,

➤ ՁԼՄ-ներում կազմակերպել հոգեբանական լսումներ, որոնց նպատակն է ազգաբնակչության հոգեբանական պաշտպանության ամրակայումը և կենսակայունության մակարդակի բարձրացումը,

➤ փորձի փոխանակման համապետական և միջազգային գիտական հարթակներում ազգաբնակչության հոգեկան առողջության հիմնախնդրի բարձրացումը և գիտական հիմնավորումը:

ՎԵՐՋԱԲԱՆ

Անձն ապրում ու գործում է հասարակության ներքո: Նրա կենսագործունեությունը պայմանավորող սոցիալական միջավայրը հասարակական, նյութական և հոգևոր պայմանների բարդ, բազմաշերտ և տարաբնույթ մի ամբողջություն է, որի ձևավորման ու զարգացման միտումները հաճախ ներկայանում են հակասական և կոնֆլիկտային փոխհարաբերությունների տեսքով: Սոցիալական միջավայրի ցանկացած բնութագրումը շեշտադրում է սոցիալ-տնտեսական, քաղաքական, մշակութային և այլ ինստիտուտների զարգացող բնույթը, ինչը ենթարկվում է անկանխատեսելի փոփոխությունների տարատեսակ արտակարգ իրավիճակների պայմաններում, ինչպիսիք են՝ բնական աղետները՝ երկրաշարժը, ջրհեղեղը, դժբախտ պատահարները և այլն: Նման իրավիճակները շղթայական կապով առաջ են բերում նաև սոցիալական այնպիսի իրավիճակներ, որոնք պահանջում են նոր ստեղծված սոցիալական պայմաններին անձի ադապտացիա և հարմարում: Արտակարգ իրավիճակով պայմանավորված սոցիալական անումիկ տարրերի ներգործողությունը և ազդեցությունը չեզոքացնելու համար առաջ են գալիս անձի սոցիալ-հոգեբանական ադապտացիայի համապատասխան մեխանիզմներն ու գործառույթները:

ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅԱՆ ՑԱՆԿ

1. Adler F., Laufer W.S. (Ed.), The Legacy of Anomie Theory. – New Brunswick, NJ: Transaction Publishers. 2000. p. 15, 439 p.
2. Гладких А.Г. Связь жизнестойкости с различными видами интеллекта // Психология XXI века: Материалы X Междунар. Межвузовской науч.-практ. конф. / Под ред. Б.В. Чеснокова. СПб., 2007, 208-209.
3. Agnew R. Pressured into Crime: An Overview of General Strain Theory. Los Angeles: Roxbury Pub., 2006, p. 50, 238 p.
4. Богомаз С.А. Жизнестойкость человека как личностный ресурс совладания со стрессами и достижения высокого уровня здоровья // Материалы науч.-практ. конгрессов Третьего Всерос. форума «Здоровье нации . основа процветания России». М., 2007. Т. 3, ч. 1. с. 23-25.
5. Богомаз С.А., Левицкая Т.Е. Особенности картины мира человека с высокой жизнестойкостью // Гуманитарные основания развития региона с высоким инновационным потенциалом: глобализация, идентификация, миграция: Материалы школы-семинара / Под ред. О.М. Краснорядцевой, С.А. Богомаза. Томск: Дельтаплан, 2007. с. 53-56.
6. Богомаз С.А., Непомнящая В.А. К проблеме поиска психологических оснований развития инновационной компоненты личности в юности и молодости // Сибирский психологический журнал. 2007. Вып. 25. с. 78-82.
7. Crumbaugh J., Cross-Validation of Purpose in Life Test, Journal of Individual Psychology, 1968, pp. 74-81.
8. Dubin R. Deviant Behavior and Social Structure: Continuities in Social Theory//ASR. 1959. April. p. 164, 343 p.
9. Eysenck H.J., Arnold W., Meili R. (EDS.), Encyclopedia of Psychology. Herder & Herder, N-Y, 1972, vol.1, p. 25.

10. Greenfield P. and Bruner S., Culture and Cognitive Growth. In: Goslin (ed.) Handbook of Socialization Theory and research. Chicago: RandMcNally, 1969, 623 p.
11. Gross A. E., McMullen P. A., Models of the help-seeking process // In B. M. DePaulo, A. Nadler, & J. D. Fisher (Eds.), New directions in helping (Vol. 2): Help-seeking. New York, 1983.
12. Hakobyan N., Gevorgyan S., Petrosyan L., Khachatryan A., The Problem of Personal Development in the Context of Social Anomie, Wisdom, 2022, 22(2), 7-14.
13. Hakobyan N., Khachatryan A., Structure of Person{'}s Psychological Resources in Emergency Situations, 2018, SSRN, 158-164.
14. Hakobyan N., Dabaghyan A., Khachatryan A., The Phenomenon of Anomie in the Context of Marginality, Katchar, 2022, 1, 89-104.
15. Hartmann H., Ego-Psychology and the Problem of Adaptation. N.Y., 1950, 740 p.
16. Hiley-Young B., Gerrity E., Critical Incident Stress Debriefing: Value and limitations in disaster response, -in NCP Clinical Quarterly, 1994, Vol. 4, #2.
17. Hobfoll S.E., Lilly R.S., Resource conservation as a strategy for community psychology, Journal of Community Psychology, 21, pp. 128-148.
18. Horowitz D. L. Ethnic Groups in Conflict, New York, 1985.
19. <http://forum.pravda.com.ua>: // Поведение человека на войне .
20. <https://old.asparez.am/aboutus/projects/jca-arm-az-uk-fco-2010-2011/10.armen-melqonyan-conflict-regulation-management.pdf>,
Մելքոնյան Ա., Կոնֆլիկտ, Կոնֆլիկտների կարգավորում: «Նվազ կարծրատիպեր, առավել վստահություն խաղաղ լուծումների համար» ծրագիր:
21. Janof-Bulman, R. and L. Lang-Gunn: 1988, 'Coping with disease, crime, and accidents: The role of self-blame attributions', in L. Y. Abramson

- (ed.), *Social Cognition and Clinical Psychology: A Synthesis* (Guilford, New York, London), pp. 116–147.
22. Jones E. E., Kanouse D. E., Kelley H. H., Nisbett R. E., Valins S. and Wejner B. (eds.), *Attribution: Perceiving the causes of behavior*. Morristown /N.J., General Learning Press, 1972.
 23. Kelley H. H., Attribution theory in social psychology, In D. Levine (ed.), *Nebraska Symposium on Motivation*, V. 15, 1967, pp. 192-238 Lincoln: University of Nebraska Press.
 24. Kobasa, S. C., & Puccetti, M. C., Personality and social resources in stress resistance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1983, #45, pp. 839-850.
 25. Lasarus R.S., Folkman S. *Stress, appraisal, and coping*, N.Y., 1984, 235 p.
 26. MacIver. R. M. *The Ramparts We Guard*. – Macmillan, New York, 1950. p.84, 152 p.
 27. Maddi S.R., *Personality theories: a comparative analysis* Homewood, Ill: Dorsey Press, 1968.
 28. Nadler A., Help-seeking behavior: Psychological costs and instrumental benefits // In M. S. Clark (Ed.), *Review of personality and social psychology*, Vol. 12, New York, 1991, pp. 290-312.
 29. Norris, F.H., & Kaniasty, K., Received and perceived social support in times of stress: A Test of the social support deterioration deterrence model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1996, #71, pp. 498-511.
 30. Тиллих П., *Избранное: Теология культуры*. М.: Юристъ, 1995.
 31. Passas N. Agnew R. *The future of Anomie Theoty*. Northeastern University Press. 1997. p.1, 240 p.
 32. Philips L., *Human adaptation and his failures*. Academic Press, N-Y&London, 1968.

33. Picou J. S., Marshall B.K., Gill D. A., Disaster, Litigation, and the Corrosive Community, The University of North Carolina Press Social Forces, June 2004, 82(4):1493-1522.
34. Plutchik R., Kellerman H., Conte H.R. A structural theory of ego defenses and emotions // Isard E. (ed.) Emotions in personality and psychogy. N.Y.: Plenum Publishing Corporation, 1979.
35. Powell E.H. Occupation, Status, and Suicide: Toward a Redefinition of Anomie // American Sociological Review. Vol. 23. No. 2, (Apr., 1958). Pp. 131-139.
36. Riesman D., Reuel D., Glazer. N. The lonely crowd. – New Haven: Yale University Press, 1950. p.287, 386 p.
37. Robert A. LeVine, Culture, Behavior and Personality. An Introduction to the Comparative Study of Psychosocial Adaptation..Chicago, 1974, 362 p.
38. Rubin, M., Social class differences in social integration among students in higher education: A meta-analysis and recommendations for future research. Journal of Diversity in Higher Education, 2012, 5, p 22-31.
39. Skinner B.F., Science and Human Behavior, N. Y.: Macmillan, 1953, p. 91 .
40. Spiro M.E., Social Systems, Personality and Functional Analysis. In: Kaplan, B. Studying Personality Cross-Culturally. Evanston, Ill.: Row, Peterson, 1961, 460p.
41. Tajfel H. and Turner J. C., The social identity theory of inter-group behavior, In S. Worchel and L. W. Austin, Psychology of Intergroup Relations, Chigago, 1986, 485 p.
42. Taylor C. Alienation and Community // Universities and Left Review, № 5 (Autumn 1958), 1959. pp. 11-18, p. 16.
43. Taylor J., A personality scale of manifest anxiety. The Journal of Abnormal and Social Psychology 48 (2): 1953, 285–290.

44. Taylor, S. E. and S. K. Schneider, Coping and the simulation of events, in- Social Cognition 1989, #7, pp. 174–194.
45. Thomae H., Das Individuum und seine Welt. Eine Personlichkeite theorie. 2 Vollig neu bearbeitete Auflage. Verlag fur Psychologie. Gottingen, Toronto, Zurich, 1988, 218 s.
46. Weiner B., An attributional theory of motivation and emotion. New York, Springer Verlag, 1986.
47. *Weinstein N. D., Klotz M. L., Sandman P. M.*, “Optimistic biases in public perceptions of the risk from radon,” Lessons from a Study in Radon Risk Communication,” N.Y., May 1988.
48. Weinstein, N. D., Unrealistic optimism about future life events, Journal of Personality and Social Psychology, 1980, #39, pp. 806–820.
49. Whiting John W.M. and Child I.L., Child Training and Personality: A Cross-Cultural Study, New Haven: Yale University Press, 1953, 575 p.
50. Young B. H., Ford J. D, Ruzek J. I. Friedman M.J, Fred D. G., Disaster mental health services, California, 2008.
51. Young, B.H., Ruzek, J.I., & Ford, J.D. (in press). Cognitive-behavioral group treatment for disaster-related PTSD. In B.H. Young & D.D. Blake (Eds.), Group treatment for post-traumatic stress: Conceptualizations, themes, and processes. Washington, 2006.
52. Zhao, R. Social change and anomie: A cross-national study / R. Zhao, L. Cao // Social forces. — Vol. 88, Nr. 3. — March 2010. —p. 1209, 1229 p.
53. Аболин Л. М., Психологические механизмы эмоциональной устойчивости человека.- Казань, 1987.
54. Абсатархов Р., Этнополитическая общность и нации, М., Мысль, 1995, № 10, 16-19.
55. Аймаганбетова О. Х., Психология этнических конфликтов // Вестник КазНУ, Серия психологии и социологии. №1 (8), 2002,.48-51.

56. Акопян Н. Р., Геворкян С. Р., Социально-психологический аспект феноменологии конфликта,- «Տեսական և կիրառական հոգեբանության հիմնախնդիրները» միջազգային գիտաժողովի նյութեր, Երևան, 2011, 234-238
57. Андреева Г.М., Социальная психология, М., 1999, 375 с.
58. Анциферова Л.И., Личность в трудных жизненных условиях // Психологический журнал, 1994, т.15, 1, с.3-18.
59. Анциферова Л.И., Психология повседневности: жизненный мир личности и «техники» её бытия // Психол. журн., Т.14, 1993, №2, с. 8–16.
60. Афанасьев В. Эволюция концепции аномии в социологии девиантного поведения // Рубеж. Сыктывкар, 1992. № 2. с. 74, 195 с.
61. Ахмедов А. Б., Особенности Я-концепции подростков, живущих в экстремальных условиях // Вопросы психологии, # 5, 2010, 33-40.
62. Байлук В. В., Сущность самореализации личности и ее структура: Педагогическое образование в России, М., 2011, 12-16.
63. Бассин Ф. В., «Значащие» переживания и проблема собственно-психологической закономерности // Вопросы психологии, № 3, 1972, 105-124.
64. Бассин Ф. В., О силе «Я» и психологической защите // Самосознание и защитные механизмы личности: хрестоматия. Самара: БАХРАХ-М, 2000, 3–13.
65. Беджаниян А. Т., Балансированное взаимодействие компонентов структуры личности и безопасность личности // Материалы межвузовского консорциума, Ереван, N 1, 2015.
66. Бергер П., Социальное конструирование реальности, М., 1995, с. 219.
67. Беребин М.А. К вопросу о терминах, связанных с феноменологией психической адаптации // Методологические проблемы современной психологии: иллюзии и реальность: материалы

- Сибирского психологического форума. 16-18 сентября 2004 г. Томск: Томский государственный университет, 2004. с. 341-345.
68. Бережная Н. И., Стрессоустойчивость оперативных сотрудников таможенных органов // Ежегодник Российского психологического общества: Материалы 3-го Всероссийского съезда психологов, 25—28 июня, в 8 т., СПб., т. 1, 2003.
69. Березин С.В. Психологическая коррекция в условиях межличностного конфликта подростков. Самара, 1995.
70. Березин Ф.Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека. – Л., 1988. – 270 с.
71. Библиография: Оксфордский толковый словарь по психологии / Под ред. А. Ребера. — М.: Вече, АСТ, 2002.
72. Блюм Г., Психоаналитические теории личности М., 2000.
73. Большая российская энциклопедия, Мертон Р. Социальная структура и аномия // Социология преступности / Под ред. Б. С. Никифорова. М., 1966.
74. Большой психологический словарь. — М.: Прайм-ЕВРОЗНАК. Под ред. Б.Г. Мещерякова, акад. В.П. Зинченко. 2003.
75. Бохан Т. Г., Онтогенетический аспект стресса и стрессоустойчивости с позиции идей самоорганизации // Вестник Томского государственного университета, 200-203.
76. Браун Дж., Психология Фрейда и постфрейдисты / пер. с англ./, М., 1997, 304 с.
77. Бурлачук Л.Ф., Коржова Е.Ю. Психология жизненных ситуаций: Учебное пособие, М., 1998. - 263 с.
78. Бурова Ю.В., Коваль Е.А. Нормативные основания механизмов преодоления дезадаптации современной молодежи в условиях социальной аномии (на примере Республики Мордовия). Саранск, 2014, с.45, 383 с.

79. Василюк Ф. Е., Психология переживания: Анализ преодоления критических ситуации, М., 1984.
80. Водопьянова Н. Е. Психодиагностика стресса. — СПб.: Питер, 2009. — 336 с.
81. Волков Г.Д., Оконская Н.Б., Адаптация и ее уровни,- Философия пограничных проблем науки, Пермь, 1975, Вып. 7, с. 134-142.
82. Выготский Л. С., Психология развития как феномен культуры / Под ред. М.Г. Ярошевского. М.: Изд-во «Институт практической психологии», Воронеж: НПО «Мэдок», 1996.
83. Выготский Л.С., Исторический смысл психологического кризиса,- Собр. соч. в 6 т, т. 2, 1982, с. 291-437.
84. Геворкян С. Р., Психологические особенности конфликта в сфере управления // Проблемы педагогики и психологии, Ереван, №3, 2011, 80-91.
85. Дейнека О.С. Экономическая психология: Учебное пособие, СПб., 2000, с.110.
86. Демина Л. Д., Некоторые аспекты психолого-педагогической адаптации студентов к вузовскому обучению // Педагогические условия совершенствования адаптационных процессов в вузе: Межвузовский тематический сборник, Барнаул, 1988, 44-51.
87. Долгорукова В. И., Кондратьева О. А., Психологическая защита, Москва, 2014.
88. Дробинина Л. В., Жизнестойкость как интегральная характеристика инновативной компоненты личности // Проблемы актуализации молодежного потенциала в условиях инновационного развития России: Материалы Молодежного сибирского психологического форума, Томск, 2007, 92-97.
89. Дробинина Л. В., Изучение взаимосвязи жизнестойкости и креативности как характеристик инновативной компоненты

- личности,- Студенты в научном поиске: Тезисы докладов 4-й Всероссийской студ. науч.-практ. конференции, пое ред. Р. А. Ахмерова, Е. Д. Дорофеева, С. П. Дырина.
90. Дьяченко, М.И. Кандыбович, Л.А., Психологические проблемы готовности к деятельности, Минск, 1976.
 91. Дюркгейм Э. О разделении общественного труда. Одесса, 1900, с. 294, 432с.
 92. Дюркгейм Э. Самоубийство: Социологический этюд/ Под ред. В. А. Базарова—М.: Мысль, 1994, с. 237, 399 с.
 93. Емельянов Б. М., Правкин С. А. Теория государства и права. Ч. 2. М.: МИЭМП, 2010. Гл. 23. Законность, правопорядок, общественный порядок.
 94. Зобов Р. А., Келасьев В. Н., Самореализация человека: введение в человекознание, СПб., 2001.
 95. Зотова О.И., Кряжева И.К., Некоторые аспекты социально-психологической адаптации личности,- Психологические механизмы регуляции социального поведения, М., 1979, с. 219- 232.
 96. Ильин Е. П., Эмоции и чувства, Спб., 2001.
 97. Исмаилов Ш. О., Адаптация личности к экстремальным ситуациям,- Ш. О. Исмаилов, М. Г.
 98. Казначеев В.П., Современные аспекты адаптации, Новосибирск, 1980, 191 с.
 99. Калайков И., Цивилизация и адаптация, Москва, 1984.
 100. Кара-Мурза С.Г. Аномия в России: причины и проявление. М.: Научный эксперт, 2013, 264 с., с.7.
 101. Карапетян В. С., Необходимость активной творческой деятельности личности для оздоровления общества. Всероссийский форум “Здоровье нации – основа процветания России.”, М., т 3, часть 1, с. 70-72, 2007.

102. Карвасарский Б. Д., Психотерапия, СПб., 2007.
103. Китаев-Смык Л.А., Психология стресса, Москва, 1983 с.368.
104. Ключко В.Е. Самоорганизация в психологических системах: проблемы становления ментального пространства личности (введение в трансспективный анализ). Томск: Томский государственный университет, 2005.
105. Кольцова В.А. История психологии: проблемы методологии. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2008. с. 14, 511с.
106. Кон И.С., Социология личности, М., 1967, с. 104–107.
107. Корель Л.В., Социология адаптации : этюды апологии, Новосибирск, 1997.
108. Короленко Ц.П., Психофизиология человека в экстремальных условиях, Л., 1978, 210 с.
109. Кох И. А. Социальная аномия и социальное управление / И. А. Кох // Известия Уральского государственного университета. — 2006 — N 42 — с. 65. 233 с.
110. Крысько В.Г., Словарь-справочник по социальной психологии, М., 2003, 416 с .
111. Кузнецов П.С., Концепция социальной адаптации, Саратов, 2000.
112. Кузнецов, П. С., Адаптация как функция развития личности, Саратов, 1999.
113. Куликов Л.В., Психология настроения, СПб.: Изд-во СПбГУ, 1997.
114. Куликов, Л. В. Психогигиена личности. Вопросы психологической устойчивости и психопрофилактики, СПб., 2004, 464с.
115. Лабиринты одиночества. /Сост. Н.Е. Покровский М., 1989, с.127, 624 с.
116. Лазарус Р. Теория стресса и психофизиологические исследования //Эмоциональный стресс - Л-д, 1970 с.178-208 .
117. Лебедев, В.И., Экстремальная психология. Психическая деятельность в замкнутых системах. Москва, 2001.

118. Левитов Н. Д., О психических состояниях человека, Москва, 1964.
119. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность, М.,1975.
120. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность, М.,1975; Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни, М., 1980.
121. Леонтьев Д. А., Современная психология мотивации, М., 2002; Романова Е. С., Гребенников Л. Р., Механизмы психологической защиты, М., 2001.
122. Леонтьев Д.А., Современная психология мотивации, М., 2002, 343 с.
123. Ломов Б.Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии, М., 1984.
124. Ломов Б.Ф., Журавлев А.Л. Психология управления // Знание, М., 1978, №7.
125. Лотман Ю.М., К построению теории взаимодействия культур, в кн.: Лотман Ю.М., Семиосфера, СПб., 2001, 341 с.
126. Магомедов,- Педагогика: традиции и инновации: материалы IV междунар. науч. конф., Челябинск, 2013, с. 156-158; 74.
127. Мадди С., Теории личности. Сравнительный анализ, СПб: Речь, 2002.
128. Мак-Вильямс Н. «Психоаналитическая диагностика: Понимание структуры личности в клиническом процессе», изд. «Класс», 1998, с. 351, 592 с.
129. Маклаков, А.Г., Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогноз в экстремальных условиях. Психологический журнал. Москва, № 1, 2001, с.16-24.
130. Малкина-Пых И.Г., Экстремальные ситуации. Справочник практического психолога, М., 2005.
131. *Мамардашвили М.* Эстетика мышления. - М.: Московская школа политических исследований, 2000, 416 с.

132. Мамардашвили М., Сознание как философская проблема // Вопросы философии, 1990, № 10.
133. Маркарян Э.С., Вопросы системного исследования общества, М., 1972.
134. Медведев В. И., О проблеме адаптации // Компоненты адаптационного процесса, Л.: 1984,с. 3–18; Березин Ф.Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека. – Л., 1988. – 270 с.
135. Медведев В. И., Психологические реакции человека в экстремальных условиях // Экологическая физиология человека. Адаптация человека к экстремальным условиям среды. М., 1979, 66-67.
136. Медведев В. И., Устойчивость физиологических и психологических функций человека при действии экстремальных факторов, Л.: Наука, 1982, 103 с.
137. Мертон Р. К. Явные и латентные функции // Американская социологическая мысль. М., 1994. с. 379, 496с.
138. Мертон Р. К. Социальная структура и аномия //Социология преступности. М., 1966. с. 210, 313 с.
139. Мертон Р., Непреднамеренные последствия преднамеренного социального действия [Текст] / Р. Мертон // Социологический журнал. - 2009. - № 2. - с. 13, 103 с.
140. Мертон Р., Социальная теория и социальная структура 2006 - с. 631. 837с.
141. Милославский Ю.А., Адаптация социальная / Энциклопедический социологический словарь, М., 1995.
142. Муздыбаев К., Стратегия совладания с жизненными трудностями,- Журнал социологии и социальной антропологии. Т.1, Вып. 2. 1998.
143. Муздыбаев К. Дилеммы распределения ресурсов // Вестн. Санкт-Петерб. ун-та. 1992. Сер.6. Вып. 1. с. 62-69;

- Нуркова В.В., Василевская К.Н. Автобиографическая память в трудной ситуации: новые феномены. // Вопросы психологии; 2003. №5. с. 95- 102.
144. Муздыбаев К. Дилеммы распределения ресурсов // Вестн. Санкт-Петерб. ун-та. 1992. Сер.6. Вып. 1. с. 62-69.
145. Мухина В.С., Личность и этносы в условиях столкновения цивилизаций,- Мир психологии, М., 2001, № 4, с.114-127.
146. Назарова Т. С, Шаповаленко В. С., Экстремальная ситуация как обучающая модель,- Педагогика, 1999, № 6, с. 32-39.
147. Налчаджян А., Этнопсихологическая самозащита и агрессия, Ереван, 2000.
148. Налчаджян А.А., Социально-психическая адаптация личности (формы, механизмы и стратегии), Ереван, 1988.
149. Нартов, Н. А. Социология: учебник для бакалавров / Нартов Н. А. - Москва: Дашков и К, 2015, с. 426, 544с.
150. Нартова-Бочавер С.К. «COPING BEHAVIOR» в системе понятий психологии личности // Психол. журн., Т. 18, 1997, № 5, с. 20 – 30.
151. Нартова-Бочавер С.К., Понятие “психологическое пространство личности”: обоснование и прикладное значение; Психологический журнал, том 24, #6, 2003, “Наука”, Москва, с.25-27.
152. Нартова-Бочавер, Софья Кимовна. Дифференциальная психология. — Флинта, МПСИ, 2008. —с. 97, 280 с. — (Библиотека психолога). — 3000 экз. — ISBN 978-5-89349-435-8, ISBN 978-5-89502-423-2.
153. Насиновская Е. Е., Якубовская М. Я. Психологический барьер как защитный механизм личности в конфликтной ситуации, М., 1984.
154. Нуркова В.В., Василевская К.Н. Автобиографическая память в трудной ситуации: новые феномены. // Вопросы психологии; 2003. №5. с. 95- 102.
155. Нэнси Мак-Вильямс, «Психоаналитическая диагностика», глава «Параноидные личности», с. 155, 382с.

156. Озернюк Н. Д., Механизмы адаптаций, М., 1992.
157. Осипова А. А., Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях, Ростов н/Д, 2005, 315 с.
158. Павлов И. П., Полное собрание сочинений, т. 3., кн. 2, М., 1951.
159. Петровский А.В. Личность, деятельность, коллектив, М., 1982.
160. Поланьи, К. О вере в экономический детерминизм / К. Поланьи // Избр. работы. — М.: Территория будущего, 2010. с. 26, 200 с.
161. Психологическая диагностика индекса жизненного стиля (пособие для врачей и психологов) / Под ред. Л.И.Вассермана, СПб., 1998.
162. Психология экстремальных ситуаций: Хрестоматия /сост. Тарас А. Е., Сельченко К. В./, М., 2000, 480 с.
163. Психология, словарь, Петровского А.В., Ярошевского М.Г., 1990.
164. Психология. А-Я. Словарь-справочник / Пер. с англ. К. С. Ткаченко. — М.: ФАИР-ПРЕСС. Майк Кордуэлл. 2000, 448 с.
165. Ратинов А. Р., Ефремова Г. Х., Психологическая защита и самооправдание в генезисе преступного поведения // Личность преступника как объект психологического исследования, М., 1979, 3-33.
166. Реан А. А., Кудашев А. Р., Баранов А. А. Психология адаптации личности, СПб., 2002.
167. Рейковский Я., Экспериментальная психология эмоций, М.: Прогресс, 1979.
168. Рядинская Е. Н., Особенности психологических состояний человека, проживающего в зоне вооруженного конфликта, в контексте трансформаций смысло-жизненных стратегий в постконфликтный период: Журнал <Психология и право>, 2003, 196-200.
169. Самоубийство: социологический этюд / Э. Дюркгейм; пер. с фр. А.Н. Ильинского; изд. подгот. Вал. А. Лукова. — СПб., 1998, с. 158, 399 с.

170. Свиридов Н.А. Социальная адаптация личности в трудовом коллективе // Социологические исследования, 1980, №3, С. 47–48.
171. Смелзер Н. Социология. М., 1994. с. 208, 688с.
172. Соловьева С. Л., Психология экстремальных ситуаций, СПб., 2003, 128 с.
173. Сорокин П. А. Социальная стратификация и социальная мобильность // Человек. Цивилизация. Общество. М., 2002. с. 187, 373 с.
174. Социальная идентификация личности./Под.ред. В.А. Ядова – М.:РАН История социологии., 1993, с.89.
175. Социальное: истоки, структурные профили, современные вызовы/под ред. П.К. Гречко, Е.М. Курмелевой. — М.: РОССПЭН, 2009. с.150, 440 с.
176. Сукиасян С. Г., Агрессия: Социальный или биологический феномен, Ереван, 2002.
177. Сукиасян С. Г., Агрессия: Социальный или биологический феномен, Ереван, 2002.
178. Тарабрина Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса: Спб.: Питер, 2001, 272 с.
179. Тарас, А. Е. Сельченко, К. В. (сост.) Психология экстремальных ситуаций: Хрестоматия, Москва, 2000.
180. *Тиллих Пауль*. Избранное: Теология культуры, М., 1995, 479с.; Франкл В., Человек в поисках смысла. - М.: Прогресс, 1990, 368 с.
181. Феофанов К.А. Социальная аномия: обзор подходов в американской социологии // Социологические исследования. 1992. № 5. с. 88-92, с. 89.
182. Философская энциклопедия, НОРМА, https://dic.academic.ru/dic.nsf/enc_philosophy/837/%D0%9D%D0%9E%D0%A0%D0%9C%D0%90.
183. Философские проблемы теории адаптации, 233 с.

184. Философский энциклопедический словарь, М.,1983, 629 с.
185. Франкл В., Человек в поисках смысла. - М.: Прогресс, 1990, 368 с.
186. Фрейд З., О психоанализе // Психоаналитические этюды / сост. Д. И. Донского, В. Ф. Круглянского. Минск: Попурри, 1997, 5–47.
187. Фрейд А., Эго и защитные механизмы // Теория и практика детского психоанализа: в 2 т. М.: Апрель-Пресс, ЭКСМО-Пресс, 1999, Т. 1, 115–245.
188. Фролов С.С. Социология. Учебник для вузов/С.С. Фролов - М: НОРМА, 2007 - с 224, 256с.
189. Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности. М., 1994, с. 184, 635 с.
190. Фромм Э., Бегство от свободы, М., 2011.
191. Хасмагамедовна У. Л., Проблемы и переживания подростков, находящихся в экстремальных условиях: Диссертация кандидата психологических наук: Санкт- Петербург, 1997.
192. Чешев В. В., Поведенческая и деятельностная адаптация: общее и особенное // Вестн. Томского гос. пед. ун-та (Tomsk State Pedagogical University Bulletin). Вып. 4, 2012, 230–234.
193. Шапкин А., Дикая Л.Г., Деятельность в особых условиях: компонентный анализ структуры и стратегий адаптации,- Психологический журнал, 1996, т.17, № 1, с. 19–34.
194. Шибутани, Т., Социальная психология. Москва, 2002.
195. Штёльтинг Э., "Социальное значение границ" // Кочующие границы: Сборник статей по материалам международного семинара. Под ред. О. Бредниковой и В. Воронкова, Центр независимых социологических исследований, Труды. Вып.7. Санкт-Петербург, 1999.
196. Щепаньский Я. Элементарные понятия социологии, М.: Прогресс. 1969.
197. Эдельман В. А., Симонов А. И., ОБЩЕСТВО, Гуманитарный портал, <https://gtmarket.ru/concepts/6866>.

198. Աղուզումցյան Ռ. Վ., Ամիրյան Ս. Ս., Պապոյան Վ. Ռ., Գալստյան Ա. Ս., Խաչատրյան Ն. Գ., Հովհաննիսյան Հ. Ռ., Հարությունյան Ն. Ա., Սարգսյան Դ. Յ., Հոգեկան հուսալիության հետազոտման մեթոդաբանական մոտեցում: Անձի հոգեբանական անվտանգության հիմնախնդիրը, Կոլեկտիվ մենագրություն, Երևան, 2009, 113-131:
199. Արամյան Լ. Յու., Սահմանամերձ գոտու երիտասարդների հետպատերազմյան ժամանակահատվածի հոգեվիճակների դրսևորման առանձնահատկությունները, ԵՊՀ-ի հոգեբանության ամբիոնի աշխատակիցների գիտական հոդվածների ժողովածու, Երևան, 2003, էջ 26-37:
200. Հակոբյան Ն.Ռ., Մարզինալության դրսևորման յուրահատկությունները փոխակերպվող հասարակությունում, Երևան, Զանգակ, 2004, 290 էջ:
201. Ղարաբուլյան Ա. Լ., Կայունությունը և անկայունությունը հասարակական զարգացման համատեքստում // Անցումային հասարակություն. Սոցիոմշակութային փոխակերպումներ, պրակ 4, Երևան 2008, 27-36:
202. Մկրտումյան Մ. Պ., Արտակարգ իրավիճակների հոգեբանության կանխարգելման և վերականգնողական հիմնախնդիրները: Ուս. ձեռնարկ.-Եր.: Զանգակ-97, 2008:
203. Մկրտումյան Մ. Պ., Արտակարգ իրավիճակների հոգեբանություն, Երևան, 2013:
204. Վարդանյան Կ. Ե., Անձի հոգեբանական առանձնահատկությունների դերը սուիցիդալ վարքի պատճառականության շղթայում, Երևան, 2008:

**ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ՀԱՆՐԱՊԵՏՈՒԹՅԱՆ ԳԻՏՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ԱԶԳԱՅԻՆ
ԱԿԱԴԵՄԻԱՅԻ ԳԻՏԱԿՐԹԱԿԱՆ ՄԻԶԱԶԳԱՅԻՆ ԿԵՆՏՐՈՆ**

ՆԱԻՐԱ ՀԱԿՈԲՅԱՆ ԱՆՆԱ ԽԱՉԱՏՐՅԱՆ ԱՐԱՅԻԿ ՖԻՐՅԱՆ

**ՍՈՑԻԱԼԱԿԱՆ ԱՆՈՄԻԱ ԵՎ
ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ ՊԱՇՏՊԱՆՈՒԹՅՈՒՆ
ՈՒՍՈՒՄՆԱՄԵԹՈԴԱԿԱՆ ՁԵՌՆԱՐԿ**

**NATIONAL ACADEMY OF SCIENCES OF THE REPUBLIC OF ARMENIA
INTERNATIONAL SCIENTIFIC-EDUCATIONAL CENTER**

NAIRA HAKOBYAN ANNA KHACHATRYAN ARAYIK FIRYAN

**SOCIAL ANOMIE AND PSYCHOLOGICAL PROTECTION
EDUCATIONAL-METHODICAL MANUAL**

Տպագրության եղանակը՝ թվային
Թուղթը՝ օֆսեթ, 80 գ/մ²
Չափսը՝ 70X100/16
Ծավալը՝ 10 տպ. մամուլ
Քանակը՝ 200 օրինակ

Տպագրվել է «Տիր» հրատարակչության տպարանում
Հասցեն՝ Երևան, Ա. Միկոյանի փող., 2/2
Հեռ.՝ (+374 10) 55-48-84, (94) 50-99-00
Էլ. փոստ՝ tirpublishinghouse@gmail.com

