

ՀՏԴ 159.9

Զինվորական հոգեբանություն

Արայիկ ՖԻՐՅԱՆ

ԱրՊՀ դասախոս

ԱՆՁԻ ԻՆՔՆԻՐԱՑՈՒՄԸ ԵՎ ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ ԿԱՅՈՒՆՈՒԹՅՈՒՆԸ ՍԱՀՄԱՆԱՍԵՐԶ ԳՈՏՈՒՄ

Հոդվածում առաջ է քաշվել վարկած այն մասին, որ սահմանամերձ գոտում բնակվելու փաստը կարող է որոշակի ազդեցություն ունենալ անձի ինքնիրացման արդյունավետության վրա: Հիմնարար ներկայացվել է այն դատողությունը, որ անձի ինքնիրացման արդյունավետությունը սահմանամերձ գոտում պայմանավորված է անձի հոգեբանական կայունությամբ, որը համեմատաբար թույլ է արտահայտված կյանքի համար վտանգ ներկայացնող պայմաններում:

Բանալի բառեր՝ ինքնիրացում, հոգեբանական կայունություն, սահմանամերձ գոտի, պահանջմունքներ, դժվար իրավիճակ, հարմարվողականություն:

А. ФИРЯН

САМОРЕАЛИЗАЦИЯ И ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ УСТОЙЧИВОСТЬ ЛИЧНОСТИ В ПРИГРАНИЧНОЙ ЗОНЕ

Исследования показывают, что самореализация - это комплексное психологическое образование, осуществляемое на протяжении всего жизненного пути. Успешность самореализации в приграничной зоне обусловлена психологической устойчивостью, которая имеет относительно слабое проявление в жизнеугрожающих условиях, поскольку адаптационные возможности личности также ограничены.

Ключевые слова: самореализация, психологическая устойчивость, приграничная зона, сложная ситуация, адаптация.

A.FIRYAN

**PERSON'S SELF-ESTEEM AND PSYCHOLOGICAL STABILITY
IN THE BORDER ZONE**

Studies allow us to come to the conclusion that a person's self-esteem is a psychological complex that is being implemented throughout life. Its effectiveness in the borderline is conditioned by a person's psychological stability, which is relatively weak in the conditions of life threatening

Key words: self-esteem, psychological stability, border zone, needs, difficult situation, adaptation. situations, as the individual's adaptability is also limited.

«Սահմանային գոտի» հասկացությունը, Հայաստանի Հանրապետության պետական սահմանի մասին օրենքի հոդված 21-ի համաձայն, պետական սահմանագծից Հայաստանի Հանրապետության տարածքի խորքը մինչև 5 կմ լայնությամբ ծավալվող տարածքն է: Իսկ սահմանային գոտու մի մասը, որը հարում է պետական սահմանին մինչև 1 կմ լայնությամբ, կոչվում է սահմանային շերտ:

«Սահմանամերձ գոտի» տերմինն օրենքում ամրագրված չէ, սակայն լայն կիրառություն ունի¹:

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

Մալլուն համարում էր, որ ինքնիրացման պահանջմունքը, ըստ «բուրգի պահանջմունքների» հերթականության, մարդու պահանջմունքներից

¹ Տե՛ս www.sns.am:

ամենավերջինն է: Ավելի ցածր պահանջմունքների բավարարումից արդիական են դառնում ավելի բարձր մակարդակի պահանջմունքներ¹:

Հարկ է նշել, որ պահանջմունքները չեն գտնվում անխախտելի հաջորդականության մեջ, ինչպես դա ցուցադրված է «պահանջմունքների բուրգի» վրա:

Ռ.Ա. Չոբովը և Վ.Ն. Կելասը առանձնացրել են անձի ինքնիրացման վրա ազդող երկու խումբ գործոններ.

1) *անձնային գործոններ (արժեքային կողմնորոշումները, մտքի ճկունությունը, կամքը և այլն),*

2) *գործոններ, որոնք կախված չեն անձից (սոցիալական իրավիճակը, նյութական ապահովվածության վիճակը, զանգվածային լրատվական միջոցների ազդեցությունը մարդկանց վրա, էկոլոգիական միջավայրը և այլն):*

Հիմք ընդունելով այն փաստը, որ ինքնիրացումը սերտորեն կապված է անձի զարգացման հետ, նպատակահարմար է ինքնիրացման գործոնների ուսումնասիրությանը զուգընթաց հետազոտել անձի զարգացումը պայմանավորող մի շարք գործոններ: Հայտնի է, որ զարգացումն ընթանում է կենսաբանական և սոցիալական գործոնների ազդեցության ներքո: Մարդու մեջ բարձրագույն հոգեկան գործընթացները ծնվելու օրվանից չեն դրսևորվում, այլ տրվում են ներուժի ձևով, որի լիարժեք և արդյունավետ իրացումը պայմանավորված է բնական և սոցիալական գործոնների փոխներգործությամբ: Սոցիալական գործոնների ազդեցության արդյունքում մարդը՝ որպես կենսաբանական էակ՝ անհատ, կերպարանափոխվում է և դառնում սոցիալական էակ՝ անձ: Սակայն, այս հասկացությունները մարդու բարձրագույն ընդունակությունները և ստեղծագործական ակտիվության վառ դրսևորումները նկարագրելու համար բավական չեն: Հետևաբար գոյություն ունի մարդու զարգացման ևս մեկ բարձր մակարդակ՝ անհատականությունը, որի զարգացումը անձի սովորական ձևավորում համարել չի կարելի, քանի որ այն ընթանում է որոշակի սպասումներից անկախ: Արդյունքում անձը ոչ միայն ձևավորվում է, այլ նաև ինքնիրացվում ու զարգանում: Անձի անհատականացման համար միայն սոցիալական պատճառականությունը (դետերմինացիան) բավական չէ, կարևոր են նաև անհատական և անձնային առանձնահատկությունները:

Անձի զարգացման մակարդակները չեն դիտարկվում որպես ժամանակագրական փուլեր, քանի որ վեջիններս միշտ չէ, որ ենթարկվում են հաջորդականության սկզբունքին: Ուստի, երբեմն ինքնիրացման գործընթացը կարող է նկատվել օնտոգենետիկական զարգացման վաղ փուլերում (օրինակ՝ մանկական շնորհալիությունը): Ընդունակությունների վաղ զարգացումը

¹ *Տե՛ս Աбрахам Маслоу: Мотивация и личность, 3-е изд. СПб.: Питер 2008. 352 стр.*

² *Տե՛ս Զոբով Р.А., Келасьеv В.Н. Самореализация человека: введение в человекознание. -СПб.:СПбГУ, 2001.*

թվում է, թե հաստատում է կենսաբանական գործոնների առաջնահերթ լինելը: Մակայն, այդ զարգացումը հնարավոր է միայն անձի սոցիալիզացման այն մակարդակում, որում ձևավորվում է ինքնիրացման պատրաստակամությունը: Հարկ է նշել, որ անձը ինքնիրացման գործընթացում ինքնուրույնաբար ընտրում է գործունեության այն ուղղությունը, որը համապատասխանում է իր պահանջներին:

Վ.Ֆրանկը իր հերթին, օրինակ բերելով Սոկրատեսի, որը հավատում էր, որ ուներ ներքին մղումներ ու ներուժ տաղանդավոր հանցագործ դառնալու համար, նշում է, որ մարդիկ անընդհատ ստիպված են ընտրել, թե իրենց հավանական կարողություններից ու հնարավորություններից որոնք են ենթակա իրացման: Մարդիկ, որն է ապրելակերպի հետևելով, ստիպված են լինում հրաժարվել այն նախասիրություններից և հակումներից, որոնք համատեղելի չեն տվյալ կենսակերպի հետ: Այսպիսով, մարդիկ, իրենց կյանքում ընտրելով ինքնիրացման կոնկրետ մի ուղղություն, երբեք չեն կարող իրացնել իրենց ողջ ներուժը¹:

Այդ ընտրության վրա վճռորոշ ազդեցություն են թողնում սոցիալական գործոնները: Վերագրված տեսակետը արդարացվում է նաև գենդերային հետազոտությունների արդյունքներով: Հայտնի է, որ տղամարդկանց ու կանանց հասարակությունը վերագրում է տարբեր սոցիալական դերեր: Հետազոտության արդյունքները վկայում են, որ տղամարդիկ ու կանայք, յուրացնելով գենդերային կարծրատիպերը, հակված են ընտրել սոցիալականացման այն ուղղությունները, որոնք համապատասխանում են իրենց գենդերային դերերին: Մեռերի ինքնիրացման մեջ արտացոլված են այն գենդերային կարծրատիպերը, որոնք բնութագրում են տղամարդկանց ու կանանց մասին հասարակության մեջ ընդունված պատկերացումները:

Համակարգային մոտեցման դեպքում կարող ենք առանձնացնել ինքնիրացման հետևյալ բազային նախադրյալները՝ էկոլոգիական, ֆիզիոլոգիական, հոգեբանական, մանկավարժական և սոցիալական: Անձի ինքնիրացումը իրենից ներկայացնում է բարդ ֆունկցիոնալ համակարգ, որը ներառում է հոգեբանական համալիր կազմավորումներ: Այլ կերպ ասած, ինքնիրացումը բազմաբովանդակ հոգեբանական 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:

¹ *Տե՛ս Փրանկ.В.: Сказать жизни «ДА»: Психолог в концлагере.:Альпина нон-фикшн, 2009 с240*

Ժամանակակից հասարակության մեջ մարդիկ պարբերաբար հայտնվում են դժվար և ճգնաժամային իրավիճակներում: Դա պայմանավորված է տարբեր գործոններով՝ քաղաքական, տնտեսական, բնապահպանական, սոցիալական (աղքատություն, հիվանդություն, գործազրկություն, բարոյական արժեքների կորուստ և այլն): Կյանքի համար վտանգ ներկայացնող իրավիճակների վերլուծության հետ կապված՝ հոգեբանական գրականության մեջ օգտագործում են հասկացությունների լայն շրջանակ՝ *դժվար իրավիճակ, կյանքի իրադարձություններ, արտակարգ իրավիճակ, ճգնաժամային իրավիճակ* 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^{1 2}:

Մարդիկ որքան մեծ ինֆորմացիայի հոսք են ստանում, տվյալ դեպքում՝ պատերազմական իրավիճակի մասին (թշնամու կողմից հարձակումներ, դիվերսիոն-հետախուզական փորձեր և այլն), այնքան նրանց մոտ սթրեսի առաջացումն անխուսափելի է դառնում: Ձևավորված իրավիճակում սահմանամերձ գոտու բնակչությունը հաճախ է ենթարկվում անցանկալի բացասական ազդեցությունների³: Հետևաբար, նման իրավիճակներում առաջնահերթ կարելի է համարել անձնային 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:

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 բացակայություն*: Այս դեպքում հաճախ օգտագործվում է ճշտող, շտկող *«հուզական կայունություն»* հասկացությունը⁴: Ա.Վ. Միխենը գտնում է, որ

¹ *Տե՛ս Վасильюк Ф.Е.: Психология переживания.-М.,1984*

² *Տե՛ս Кудинов С.И., Хаммад С.М.: Психологическая устойчивость личности как основа самореализации, Вестник РУДН, 2015,стр 26-29*

³ *Տե՛ս Медведев В.И.: Психологические реакции человека в экстремальных условиях,М,1979с66-67*

⁴ *Տե՛ս Ребер А.: Большой толковый психологический словарь-М.,2000*

գիտնականները, բնութագրելով կայունությունը որպես հոգեբանական երևույթ (Ֆենոմեն)՝ կիրառում են տարբեր եզրույթներ՝ «անձի կայունություն» (Բ.Ս.Բասարով, Ա.Ն.Լեոնտև, Կ.Կ.Պլատոնով), «կայունություն սթրեսի նկատմամբ» (Բ.Վ.Կուլագին), «հուզական կայունություն» (Լ.Մ.Աբրոխ, Ե.Ա.Միլերյան), «հոգեկան կայունություն» (Մ.Ա. Մատովա, Մ.Ֆ.Սեկաչ), «հոգեբանական կայունություն» (Ի.Ն.Գրըզովա, 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 (С.С.Сарвер, А.Антонovsky, S.Kobasa, С.Мадди) դիմադրողականության և կենսունակության հետ ¹:

Լ.Մ.Աբրոխը «հոգեբանական կայունություն» հասկացությունը սահմանում է որպես մարդուն լարված գործունեության պայմաններում բնութագրող հատկություն, որի առանձին հուզական մեխանիզմները ներդաշնակորեն գուգորդվում են միմյանց և նպաստում դրված նպատակների ձեռքբերմանը ²:

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 ակտիվությունը, միևնույն, մարդու մոտ կարելի է նկատել հուզական կայունության տարբեր աստիճաններ ³: Դժվար իրավիճակներում գտնվող մարդկանց հոգեֆիզիոլոգիական վիճակի մոդելավորմանն իրենց աշխատանքներում անդրադարձել են Ռոբերտ Յերկսը և Ջոն Դոդսոնը: Ըստ Յ.Պ.Կորոլենկոյի՝ նրանք ապացուցել են, որ աշխատանքի արդյունավետության կախվածությունը հուզական գրգռվածությունից ունի որոշակի սահման, որից հետո շարժառիթավորման բարձր աստիճանը հանգեցնում է անցանկալի հուզական հակազդումների (լարվածություն, անհանգստություն, սթրես). արդյունքում գրանցվում է գործունեության վատթարացում ⁴:

Մի շարք գիտնականներ (Ու.Լ. Խասմագումետովնա, Ա.Բ Ախմետով) իրենց աշխատանքներում ապացուցել են, որ սահմանամերձ գոտու ազգաբնակչության մոտ ևս նկատվում են հոգեբանական կառուցվածքային փոփոխություններ, որոնք արտահայտվում են բնավորության

¹ *Տե՛ս Михеева А.В. Стрессоустойчивость: к проблеме определения/ Вестник РУДН, серия Вопросы образования, 2010 N2 с. 82-86*

² *Տե՛ս Аболин Л.М. Психологические механизмы эмоциональной устойчивости человека.- Казань, 1987*

³ *Տե՛ս Бережная Н.И...:Стрессоустойчивость оперативных сотрудников таможенных органов.Ежегодник психологического общества.:в8ТСП6,2003.Т.1.С.453-457*

⁴ *Տե՛ս Короленко Ц.П. Психофизиология человека в экстремальных условиях.-Л., 1978.-272стр.*

շեշտվածությամբ, նյարդահոգեկան լարվածությամբ, զգայության շեմերի, արժեքային կողմնորոշիչների փոփոխությամբ և այլն¹:

ԱՀ սահմանամերձ բնակավայրերում մեր կատարած դիտարկումների արդյունքները փաստում են, որ երկար ժամանակ ապրելով ու գործելով լարված, կյանքի համար վտանգ ներկայացնող պայմաններում՝ սահմանամերձ գոտու բնակչությունը կարող է դրսևորել բարձր հարմարվողականություն: Ուսումնասիրությունները, սակայն, վկայում են, որ անձի հարմարվողականության հնարավորությունները սուղ են ու սահմանափակ:

Այս տեսակետին է հակված նաև Ե.Պ.Իլյինը: Նա նշել է, որ միջին հուզական լարվածության պայմաններում գործունեության արդյունավետությունը բարձրանում է բոլոր մարդկանց մոտ՝ անկախ այն հանգամանքից, թե անհատական ինչ առաձնահատկություններով են նրանք օժտված: Սակայն մեծ լարվածության դեպքում թույլ նյարդային համակարգ ունեցող անձանց մոտ գործունեության արդյունավետությունն իջնում է²:

Սահմանամերձ գոտու բնակչության անհանգստություններն ու տագնապները մեծ մասամբ կապված են սահմանային միջադեպերի, ռազմական լուրջ ընդհարումների, հրաձգությունների և ուժակոծությունների հետ: Մեր կողմից կատարված ուսումնասիրություններն արդարացնում են դատողություններն այն մասին, որ սահմանամերձ գոտում բնակվողները դառնում են ոչ միայն բռնության ականատեսներ, այլև մարտական գործողությունների անմիջական մասնակիցներ: Նույնիսկ հայրենասիրությամբ տոգորված և զինվորական համապատասխան պատրաստություն անցած զինծառայողների համար բավականին դժվար է հարմարվել պատերազմի 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:

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

¹ *Տե՛ս Խասмагомедовна. У.Л.: Проблемы и переживание подростков, находящихся в экстремальных условиях, Санкт-Петербург 1997с 3-8*

² *Տե՛ս Իльин Е.П. Дифференциальная психофизиология. Челябинск, 1999,*

բնագդ 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 դեպք, երբ զինծառայողների մի զուև, զորավարությունների ժամանակ խոցելով 500 թիրախ, մի քանի օր հետո մարտական գործողություններում կատարել է ընդամենը 3 արդյունավետ կրակոց հակառակորդի ուղղությամբ: Գիտնականները հանգել են այն մտքին, որ բնագդները արգելում են մարդուն ոչնչացնել իր կենսաբանական տեսակի ներկայացուցչին¹:

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

«Ձոհի» 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:

Ձոհի 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, քանզի 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 շփումից²:

Մարդու առօրյա կյանքը կարելի է բնութագրել հատկանիշով, որը պայմանականորեն կարող ենք անվանել *սպրեյակարգ*. Հոգեբանության մեջ այս տերմինը կապված է *հարմարվողականություն (ադապտացիա), ինքնակարգավորում, կայունություն* հասկացությունների հետ:

¹ *St'u forum.pravda.com.ua: Поведение человека на войне*

² *St'u Օ. Наталія, Человек в экстремальной ситуации: теоретические интерпретации и модели психологической помощи стр.152-166.*

Իրավիճակները, որոնք դուրս են 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 մարդը այլևս ունակ չէ բավարարելու կենսագործունեության հիմնական պահանջումները:

Երրորդ մակարդակ՝ «արտակարգ իրավիճակներ», որոնք կապված են բնական և տեխնածին արտակարգ իրավիճակների, համաճարակների, ահաբեկչությունների, լայնամասշտաբ և տեղային զինված ընդհարումների հետ: Ըստ հոգեբանների՝ բոլոր այս հանգամանքները հրահրում են հոգեկան և ֆիզիկական տագնապալի վիճակներ, որոնք կարելի է դիտարկել որպես խոչընդոտներ անձի զարգացման և ինքնիրացման ճանապարհին: Բնության և հասարակության ուժերի հանդեպ սեփական անկարողությունը մարդուն վերածում է անջատված մի գոյության:

Բնական և տեխնածին աղետները, որոնց արդյունքում զոհվում և վիրավորվում են բազմաթիվ մարդիկ, ունեն սպառնալիքի անդեմ 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:

Այն տեսակի մարտերում, որտեղ հակառակորդն ընկալվում է որպես մարդ և անհատականություն (հետևակային մարտեր, կործանիչների օդային մենամարտեր և այլն), բանակը արդյունավետ չէ: Բոլորովին այլ պատկեր կարող ենք տեսնել այն մարտերում, որտեղ հակառակորդ բանակի զինվորները միմյանց չեն տեսնում, օրինակ՝ հրթիռահրետանային և տանկային մարտերի ժամանակ: Նմանատիպ միտում է նկատվել ապրիլյան պատերազմի ժամանակ, որի ընթացքում առանձնակի արդյունավետությամբ են գործել ԱՀ ՊԲ հրետանավորները: Ուստի և տուժածի հակազդեցությունները առավել տևական, բուռն և կործանարար են այն դեպքերում, երբ սպառնալիքը հրահրվում է մարդու կողմից:

Անթրոպոգեն բնույթի արտակարգ իրավիճակները քայքայիչ ազդեցություն են թողնում մարդու հոգեկանի վրա:

Արդյունքում մարդու մոտ զարգանում է ինքնիրացմանը հակադիր, էկզիստենցիալիստական վիճակ, որը 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 անհիմաստության գիտակցումից։ Ըստ Է. Ֆրոմմի՝ մարդու հիմնական ընտրությունը կյանքի ու մահվան միջև ընտրությունն է։ Յուրաքանչյուր արարք ենթադրում է այդ ընտրությունը։ Լինել օտարված՝ նշանակում է զրկվել մարդկային կարողություններն օգտագործելու հնարավորությունից։ Ինքնաօտարումը մշտապես հակասում է անձի զարգացմանն ու ինքնաիրացմանը։ Որոշ հեղինակներ «*ինքնիրացում*» տերմինը նույնացնում են «*կյանքի ուղի*» հասկացության հետ, իսկ «*ինքնաօտարում*» տերմինը սահմանում են որպես ճանապարհ, որը տանում է մահվան¹։

Գրականություն

1. Абрахам Маслоу: Мотивация и личность, 3-е изд. СПб.: Питер 2008. 352 стр.
2. А.В. Михеева Стрессоустойчивость: к проблеме определения/ Вестник РУДН, серия Вопросы образования, 2010 N2 с. 82-86
3. Артур Ребер .: Большой толковый психологический словарь- М.,2000
4. В.И. Медведев Психологические реакции человека в экстремальных условиях/ Экологическая физиология человека. Адаптация человека к экстремальным условиям среды. М., 1979С.66-67.
5. В.В. Байлук Сущность самореализации личности и ее структура: Педагогическое образование в России 2011, стр. 12-16.
6. Виктор Франкл.: Сказать жизни «ДА»:Психолог в концлагере.:Альпина нон-фикшн,2009 с240
7. Е.П.Ильин: Дифференциальная психофизиология. Челябинск, 1999,
8. Л.М. Аболин Психологические механизмы эмоциональной устойчивости человека.- Казань, 1987
9. Н.И.Бережная.:Стрессоустойчивость оперативных сотрудников таможенных органов.Ежегодник психологического общества.:В8ТСПб,2003.Т.1.С.453-457

¹ Տե՛ս **Байлук В.В.** Сущность самореализации личности и ее структура: Педагогическое образование в России 2011, стр. 12-16.

10. Наталия О., Человек в экстремальной ситуации: теоретические интерпретации и модели психологической помощи стр.152-166.
11. Р.А Зобов., Келасьев В.Н. Самореализация человека: введение в человекознание.-СПб.:СПбГУ,2001.
12. С.И.Кудинов, С.М.Хаммад: Психологическая устойчивость личности как основа самореализации, Вестник РУДН, серия Психология и педагогика, 2015, стр 26-29
13. У.Л.Хасмагомедовна.:Проблемы и переживание подростков, находящихся в экстремальных условиях, Санкт-Петербург 1997с 3-8
14. Ф.Е. Василюк .: Психология переживания.-М .,1984
15. Короленко Ц.П. Психофизиология человека в экстремальных условиях.-Л., 1978.-272стр.
16. forum.pravda.com.ua: Поведение человека на войне
17. www.sns.am

Հոդվածը տպագրության է երաշխավորել խմբագրական կոլեգիայի անդամ, մ.գ.դ., պրոֆեսոր Ե.Ս. Հակոբյանը: