

ԵՐԵՎԱՆԻ ՊԵՏԱԿԱՆ ՀԱՄԱԼՍԱՐԱՆ

**ԱՆՁԻ ԵՎ ՄԱՄՆԱԳԻՏԱԿԱՆ ԳՈՐԾՈՒՆԵՈՒԹՅԱՆ
ՀՈԳԵԲԱՆՈՒԹՅԱՆ Գ/Հ ԼԱԲՈՐԱՏՈՐԻԱ**

**ԱՆՁԻ ԿԵՆՍԱԳՈՐԾՈՒՆԵՈՒԹՅԱՆ
ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ
ԱՆՎՏԱՆԳՈՒԹՅՈՒՆ**

Երևան
ԵՊՀ հրատարակչություն
2015

ՀՏԴ 159.923

ԳՄԴ 88.4

Ա. 597

*Երաշխավորված է ԵՊՀ փիլիսոփայության և
հոգեբանության ֆակուլտետի գիտական
խորհրդի կողմից*

Խմբագիր՝ հ.գ.դ., պրոֆեսոր Հ. Մ. Ավանեսյան

Հեղինակներ՝

Ռ. Վ. Աղուզումցյան, Ե. Բ. Մուրադյան (1.1, 1.2, 1.4),
Վ. Ռ. Պապոյան (2.1), Ա. Ս. Գալստյան (2.2), Դ. Յ. Սարգսյան (1.3),
Ծ. Ս. Ամիրյան (1.5)

Ա. 597 Անձի կենսագործունեության հոգեբանական անվտանգություն //
կոլեկտիվ մենագրություն, հեղ.՝ Ռ. Վ. Աղուզումցյան, Վ. Ռ. Պա-
պոյան, Ա. Ս. Գալստյան, Ե. Բ. Մուրադյան, Դ. Յ. Սարգսյան,
Ծ. Ս. Ամիրյան // Եր., ԵՊՀ հրատ., 2015, 142 էջ:

Սույն աշխատանքը ընդգրկում է անձի հոգեբանական անվտանգության հիմնա-
խնդիրների ուսումնասիրությունը մարդու կենսագործունեության տարբեր ոլորտնե-
րում՝ առանձնակի կարևորելով անձի մասնագիտական գործունեությունը:

Աշխատանքում ներառված են նաև անձի հոգեբանական անվտանգության գնա-
հատման մեթոդիկաները, որոնք օգտագործվել են լայնածավալ հետազոտությունների
իրականացման համար:

Կոլեկտիվ մենագրությունը կիրառելի է հոգեբանության ոլորտում մասնագիտական
կրթության, տեսական և գործնական դասընթացների մշակման, բուհերի տարբեր ֆա-
կուլտետների ուսանողների, մասնագետների, ասպիրանտների և հարակից այլ գիտա-
կարգերի մասնագետների համար:

ՀՏԴ 159.923

ԳՄԴ 88.4

ISBN 978-5-8084-1954-4

© ԵՊՀ հրատ., 2015

© Հեղ. խումբ, 2015

ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹՅՈՒՆ

ՆԱԽԱԲԱՆ.....	5
---------------------	----------

ԲԱԺԻՆ 1

ԱՆՁԻ ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ ԱՆՎՏԱՆԳՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ

ԱՊԱՀՈՎՈՂ ՆԱԽԱԳՐՅԱՆՆԵՐԸ

1.1. Անձի հոգեբանական անվտանգությունը կենսագործունեության տարբեր ոլորտներում.....	11
1.2. Ընտանիքի դերը անձի հոգեբանական անվտանգության համատեքստում.....	25
1.3. Առողջությունը որպես անձի հոգեբանական անվտանգության ապահովման կարևոր գործոն	36
1.4. Ընկերությունը որպես անձի հոգեբանական անվտանգության բաղադրիչ.....	53
1.5. Հոգեբանական անվտանգությունը և գործունեության արդյունավետությունը.....	59

ԲԱԺԻՆ 2

ԳՈՐԾՈՒՆԵՈՒԹՅՈՒՆ ԵՎ ԱՆՁԻ ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ

ԱՆՎՏԱՆԳՈՒԹՅՈՒՆ

2.1. Մասնագիտական գործունեության յուրահատկությունները անձի հոգեբանական անվտանգության տեսանկյունից	68
2.2. Անձի հոգեբանական անվտանգության համակարգային վերլուծություն.....	88

ՎԵՐՋԱԲԱՆ	108
-----------------------	------------

ՀԻՄՆԱԿԱՆ ՀԱՍԿԱՅՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ.....	110
---------------------------------------	------------

ԱՆՁԻ ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ ԱՆՎՏԱՆԳՈՒԹՅԱՆ

ԳՆԱՀԱՏՄԱՆ ՓԱԹԵԹ.....	115
-----------------------------	------------

ՆԱԽԱԲԱՆ

ԵՊՀ անձի և մասնագիտական գործունեության հոգեբանության գ/հ լաբորատորիան վերջին տարիներին զբաղվել է անձի հոգեբանական անվտանգության հիմնախնդրի ուսումնասիրմամբ: Կատարված աշխատանքների արդյունքում հրատարակվել են «Անձի հոգեբանական անվտանգության հիմնախնդիրը» (2009 թ.) և «Անձի հոգեբանական անվտանգության հիմնախնդիրը. տեսական և փորձարարական հետազոտություններ» (2014 թ. ռուսերեն լեզվով) խմբային մենագրությունները: Նպատակ է դրվել անձի հոգեբանական անվտանգությունը դիտարկել մարդու կենսագործունեության տարբեր ոլորտներում՝ հաշվի առնելով միջավայրային տարրերը, ընտանիքի դերը, առողջության ցուցանիշները, տեղեկատվության ազդեցությունը, մշակութային խնդիրները և այլն: Առանձնացվել են նաև աշխատանքային և կրթական միջավայրային գործոններն անձի զարգացման տեսանկյունից՝ ձևավորված պայմաններ, առաջընթացի հնարավորություններ, կարգավիճակ, ակնկալիքներ, սպասումներ և հավակնություններ:

Որպես փոխակերպվող հասարակություն՝ այսօր ևս առընչվում ենք հոգեբանական անվտանգության խնդիրների հետ, որոնք ներկայացվում են մարդու կենսագործունեության մեջ դժբախտ դրություններով արտաքին ազդեցություններով և անձի անհատական առանձնահատկություններով, դրդապատճառներով, պահանջ-մոտեցմանով և այլն:

Անձի հոգեբանական անվտանգության հիմնախնդիրը բազմամակարդակ և բազմակողմանի հետազոտման առարկա է, և մինչ այժմ կատարված տեսական, փորձարարական վերլուծություններում ու մեկնաբանություններում հիմնախնդիրն վերաբերող չափանիշները տեսակավորվել և խմբավորվել են, սակայն չեն համակարգվել այն գործոնները, որոնք որպես համապատասխան (վալիդ) բնութագրիչներ կարող են ներկայացնել անձի հոգե-

բանական անվտանգությունը կենսագործունեության տարբեր ոլորտներում:

Կիրառական տեսանկյունից անձի կենսագործունեության հոգեբանական անվտանգությունը կարող է նպաստել մարդու ապահովության սուբյեկտիվ ընկալման ընդլայնմանը, որտեղ կարող են ձևավորվել մարդու ապահովության պահանջմունքի բավարարման օբյեկտիվ ներուժի նախադրյալները:

Մինչ այժմ կատարված տեսական և հետազոտական վերլուծություններում առանձնացվել են անձի կենսագործունեության կարևոր և նշանակալի այնպիսի ոլորտներ, ինչպիսիք են «ընտանիքը», «առողջությունը», «ընկերությունը» և «աշխատանքը», որոնց վերաբերյալ արդյունքները ներկայացվել են նախորդ աշխատանքներում:

Սույն խմբային մենագրության երկու բաժիններում ներկայացված են անձի հոգեբանական անվտանգությունն ապահովող բաղադրիչների մեկնաբանումները կենսագործունեության տարբեր ոլորտներում:

Չանտեսելով ***ընտանիքի՝*** որպես սոցիալական ինստիտուտի դերը՝ անձի կենսագործունեության հոգեբանական անվտանգության տեսանկյունից այն հանդիսանում է հիմնարար կառույց, որտեղ բավարարվում են մարդու առաջնային պահանջմունքները և ձևավորվում կյանքի իմաստավորման ու արժևորման նախապայմանները: Ընտանիքում ձևավորված փոխհարաբերությունների, հոգեբանական մթնոլորտի, կենսական և կրթական մակարդակների բարձր ցուցանիշները նպաստում են ապահովության ձեռքբերմանը, հոգատարության պահանջմունքի բավարարմանը, ինչը մարդու զարգացման և ինքնիրացման կարևորագույն նպատակներից է: Ընտանիքը ապահովում է նաև մարդկային վերարտադրումը և ձևավորում որոշակի փոխհարաբերություններ կենսագործունեության տարբեր ոլորտներում՝ ուսուցում, մշակույթ, հասարակական ակտիվություն և այլն:

Ի վերջո ընտանիքը, որպես հուսալի համակարգ, ապահովում է այնպիսի փոխհարաբերություններ, որոնք կարևորվում են հոգեբանական անվտանգության ցուցանիշների գնահատման տեսանկյունից: Ընտանեկան փոխհարաբերությունների հիմքում ընկած են հուզական կապերը, փոխադարձ հարգանքը և հասկացվածությունը, որոնք էլ ապահովում են այդ հարաբերությունների յուրաքանչյուր կողմի պահանջմունքների բավարարումը, մոտիվացում դեպի գործունեություն, և արդյունքում ընտանիքը մույնացվում է կյանքի իմաստի հետ՝ ապահովելով ընտանիքի յուրաքանչյուր անդամի երջանկությունը, ուրախությունը և ապահովությունը:

Անձի կենսագործունեության մյուս կարևոր ոլորտը, որը նշանակալի է հոգեբանական անվտանգության համար, «**առողջությամբ**» է: Դժվար է պատկերացնել անձի հոգեբանական անվտանգության ապահովումը՝ առանց ֆիզիկական և հոգեկան առողջության նորմատիվ ցուցանիշների առկայության. դրանք են սթրեսակայունությունը, դիմադրողականությունը, առողջ ապրելակերպին ուղղված վարքը, նյարդահոգեկան կայունությունը և շրջապատին հարմարվելու կարողությունը:

Անձի կենսագործունեության հոգեբանական անվտանգության ենթատեքստում առողջությունը հանդես է գալիս որպես կյանքի որակի պահպանման և բարելավման երաշխիք: Առողջությունը ապրելու, աշխատելու իրավունք է, հոգեֆիզիոլոգիական ներուժ, որն ապահովում է անձի սոցիալական ակտիվությունը և ինքնաբավությունը: Առողջությունը, որպես անձի հոգեբանական անվտանգության ապահովման անհրաժեշտ գործոն, խիստ կարևորվում է կենսագործունեության առանձնահատուկ պայմանների կարիք ունեցող մարդկանց, առավել ևս՝ երեխաների կյանքում:

Խմբային մենագրության մեջ ներկայացված «առողջության» ոլորտի հետազոտական տվյալները, որոնք արտացոլում են հատուկ կարիքներով անձանց հարմարման կարողությունները, վկայում են այն մասին, որ հոգեբանական առողջության հիմք հանդիսացող նյարդահոգեկան կայունության, հուզականության և վար-

քի հսկողության ցուցանիշները հանդես են գալիս որպես հոգեբանական անվտանգության ապահովման նախադրյալներ: Անխոս, վերջիններիս առկայության համար առանձնակի կարևորվում է արտաքին բարենպաստ միջավայրը:

Անձի կենսագործունեության հոգեբանական անվտանգության մեկ այլ առանձնացված ոլորտ՝ «**ընկերությունը**», նկարագրվում է որպես միջանձնային հարաբերությունների մակարդակում մարդկանց միջև յուրահատուկ շփում, որը հիմնված է ընտրողական կապվածության, փոխըմբռնման, հետաքրքրությունների ընդհանրության վրա և ենթադրում է շփման ընթացքում անձնային ինքնաբացահայտում, դրական ապրումների խորություն:

Անձի դրոսպատճառային ոլորտում «**ընկերություն**» բաղադրիչը դիտարկվում է հարմարավետության, հաճելի շրջապատում շփման պահանջմունքի բավարարման տեսանկյունից: Իրական ընկերությունը, թե՛ կառուցվածքով, թե՛ բովանդակությամբ լինելով շփման այնպիսի ձև, որը նպաստում է անձի գարգացմանը, հոգևոր և բարոյական որակների կայացմանը, շփման մեջ հանդես է գալիս որպես միջանձնային հարաբերությունների որակական առաջընթաց, ինքնփրացման միջոց:

Սույն խմբային մենագրության առաջին մասը ամփոփվում է գործունեության արդյունավետության, մասնագիտական գործունեության հոգեբանական առանձնահատկությունների տեսական վերլուծություններով:

Անձի կենսագործունեության հոգեբանական անվտանգության ապահովումն առավել կարևորվում է **աշխատանքային գործունեության** մեջ, երբ դիտարկվում են այն անհրաժեշտ գործոնները, որոնք նպաստում են գործունեության արդյունավետությանը: Անդրադառնալով արտասահմանյան գրականությանը՝ հարկ է նշել, որ այնտեղ առանձնահատուկ ուշադրության են արժանանում արդյունավետ գործունեության ապահովման այնպիսի գործոններ, ինչպիսիք են աշխատանքային սոցիալ-հոգեբանական

մթնոլորտը, համատեղ գործունեությունը և համագործակցային տարրը, տեղեկացվածության, գիտելիքի, փորձի փոխանակումը: Աշխատանքի արդյունավետության բարձրացման գործում մեծ կարևորություն ունի աշխատակազմի անդամների փոխհարաբերությունների որակը, որն էլ նպաստում է ուսուցողական վարքին:

Գործունեության արդյունավետությանը նպաստում է ղեկավարի՝ որպես առաջնորդի կառավարման դեմոկրատ, աջակցող ոճը, ինչը ձևավորում է աշխատակիցների մոտ ապահովության զգացողություն, թիմի ներսում հոգեբանական առողջ մթնոլորտ և անվտանգ միջավայր:

Խմբային մենագրության երկրորդ մասում դիտարկվում է անձի հոգեբանական անվտանգությունը մասնագիտական դրդապատճառային տեսանկյունից: Կարող ենք նշել, որ այն կապված է հոգեկան առողջության հետ, որն իր հերթին իր վրա է վերցնում տեղեկատվական միջավայրի և կենսագործունեության պայմանների ազդեցությունները: Ինչպես «առողջության» բաղադրիչի մեկնաբանումներում, մասնագիտական գործունեության մեջ ևս որպես հոգեկան առողջությունը ապահովող գործոններ հանդես են գալիս հարմարումը, հոգեբանական կայունությունն ու ներդաշնակությունը:

Հոգեբանական ապահով գործունեության միջավայրը և աշխատանքային առողջ մթնոլորտը կարող են հիմնարար նախադրյալներ հանդիսանալ անձի կենսագործունեության հոգեբանական անվտանգության ապահովման և նրա հոգեկան առողջ զարգացման համար:

Մեր կողմից կատարված անձի ***հոգեբանական անվտանգության համակարգային վերլուծությունը*** ամփոփում է կենսագործունեության տարբեր ոլորտներում մարդու ապահովության համար անհրաժեշտ գործոնների փոխկապակցվածությունները: Գործոնային ծանրաբեռնվածության առանձնացված խմբերը ներկայացվում են անձի հոգեբանական անվտանգության գլխավոր գործոնների ընդհանրացումներով՝ «ապահով կեցություն»,

«ակտիվ գործունեություն», «հավակնություններ» և «սթրեսադիմացկունություն»:

Առանձնակի իմաստավորվում է ապահով միջավայրում իրացվող անձի նպատակաուղղված ակտիվությունը, ինչն էլ խթանում է արդյունավետ գործունեությունը:

Ըստ գործոնային վերլուծության արդյունքների՝ անձի հոգեբանական անվտանգությունն ապահովող բաղադրիչների նշանակալիությունը պայմանավորվում է սոցիալական միջավայրով, անձի ակտիվությամբ, պահանջմունքներով և այս ամենի հանդեպ ձևավորված նրա ադեկվատ վերաբերմունքով:

ԲԱԺԻՆ 1

ԱՆՁԻ ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ ԱՆՎՏԱՆԳՈՒԹՅՈՒՆՆ ԱՊԱՀՈՎՈՂ ՆԱԽԱԳԻՅԱԼՆԵՐԸ

1.1. ԱՆՁԻ ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ ԱՆՎՏԱՆԳՈՒԹՅՈՒՆԸ ԿԵՆՍԱԳՈՐԾՈՒՆԵՈՒԹՅԱՆ ՏԱՐԲԵՐ ՈԼՈՐՏՆԵՐՈՒՄ

Հոգեբանության մեջ անձի հոգեբանական անվտանգության հիմնախնդրի ուսումնասիրությամբ զբաղվում են տարբեր երկրների գիտնականներ՝ համարելով այն առաջնահերթ անձի արդյունավետ կենսագործունեության համար:

Հիմնախնդրի ֆունդամենտալ-տեսական մոտեցումը պայմանավորված է հոգեբանական անվտանգության հասկացության նորությով և ընդարձակ բովանդակությամբ, որն էլ ներառում է հոգեբանության հիմնական հասկացությունները (հոգեկան, անձ, ապահովություն):

Գործնական տեսանկյունից հոգեբանական անվտանգության հիմնախնդրի հանդեպ հետազոտողների հետաքրքրությունը կարելի է մեկնաբանել ժամանակակից հասարակության մեջ տիրող անկայունության պայմաններում անձի անվտանգության ապահովման միտումներով՝ կապված կենսագործունեության տարբեր ոլորտներում «մարդկային ռեսուրսների» առավելագույն օգտագործման հետ:

Հոգեբանական անվտանգության կայացումը և արագընթաց զարգացումը տրամաբանական են, ինչի շնորհիվ «անձի հոգեբանական անվտանգությունը դրսևորվում է որպես հոգեբանների հետազոտությունների առարկայական բնագավառի անբաժանելի բաղադրիչ» [9, էջ 59]: Այսպես, օրինակ, հոգեբանական անվտանգության հիմնախնդրի հետազոտումը Ռուսաստանի Դաշնության գիտությունների ակադեմիայի հոգեբանության ինստիտուտում (ՌԴ ԳԱ ՀԻ) իրականացվում է հետևյալ ուղղություններով՝

- **մակրոհոգեբանություն**, այն է՝ հոգեբանական երևույթների ուսումնասիրումը հասարակության համապատասխանության մեջ: Այս ուղղության շրջանակներում հետազոտվում են անվտանգության հոգեբանության ոլորտի հետևյալ բաղկացուցիչները՝ ահաբեկչության հոգեբանություն, ահաբեկչության հոգեբանական հետևանքները, հեղափոխության հոգեբանություն, բարոյականության հոգեբանություն, հոգեբանական բարեկեցություն, հայրենասիրության հոգեբանություն,

- երկրորդ ուղղությունը ներառում է **ադիկտիվ և դեհանտ վարքի** հետազոտումը,

- երրորդ ուղղությունը վերաբերում է **գործունեության և վարքի** տարբեր տիպի սոցիալական և հոգեբանական **ախտահարումներին**, ինչը հոգեբանական անվտանգության հիմնախնդրի ուսումնասիրման գիտական մոդ մոտեցում է [15, էջ 6-7]:

Սի շարք հեղինակներ հոգեբանական անվտանգության շրջանակներում դիտարկում են սոցիալական անվտանգության, աշխատանքի անվտանգության, տեղեկատվական անվտանգության հոգեբանությունը, ինչպես նաև անվտանգության ինքնաապահովման, կորպորատիվ անվտանգության, արտակարգ իրավիճակների և ահաբեկչության հոգեբանությունը [9]:

Հարկ է նշել, որ ներկայացված յուրաքանչյուր ուղղություն այսպես թե այնպես շոշափում է անձի հոգեբանական անվտանգության հիմնախնդիրը: Նշենք, որ անձի հոգեբանական անվտանգությունն այսօր ներկայանում է որպես հոգեբանության առանձին գիտական ուղղություն [17]:

**«Անձի հոգեբանական անվտանգություն»
Եզրույթի իմաստային նշանակության սահմանում**

Ի՞նչ ենք հասկանում իրականում «անձի հոգեբանական անվտանգություն» հասկացությունն ասելով: Այս հարցին միանշանակ պատասխան տալը շատ դժվար է՝ հաշվի առնելով այն բազմաքանակ արտասահմանյան և մասնավորապես ռուսական գիտական աշխատանքները, որոնք ուղղված են եզրույթի բովանդակային լուսաբանմանը:

Այսպես՝ հետազոտողներն առանձնացնում են հոգեբանական անվտանգության տարբեր չափանիշներ: Որոշ հեղինակներ բացահայտում են անձի անվտանգության և մարդու ֆիզիկական կազմավորման ամբողջության նույնացման միտումները, ոմանք էլ ընդգծում են աշխարհի հանդեպ վերաբերմունքի և արտացոլման համապատասխանության հատուկ նշանակությունը, հոգեկանի ապահովվածությունը, գիտակցությունը [14, 17]:

Անձի մակարդակում հոգեբանական անվտանգությունը կապվում է մարդու ապահովվածության կամ անապահովության ապրումի, ներուժի առկայության, տրավմատիկ իրավիճակներում հակազդման և հաղթահարման, ինչպես նաև սեփական անձի հանդեպ ունեցած իրատեսական և ցանկալի պատկերացումների կոնգրոնետության գիտակցման հետ [11]:

Հոգեբանական անվտանգությունն առանձնակի հետաքրքիր է՝ կապված «արտակարգ իրավիճակներում մարդու հոգեկանի պաշարների համախմբված կենտրոնացման հետ: Անվտանգության պահանջմունքի իրացումը՝ որպես անհատի ամբողջականության պահպանում, իր մեջ ներառում է ներկայով բավարարվելու զգացումը, ապագայի հանդեպ վստահություն ունենալը և պաշտպանվածության զգացողությունը շրջակա միջավայրի, արժեքների ու հետաքրքրությունների նկատմամբ» [6]:

Սի շարք հեղինակներ համարում են, որ անվտանգության պատկերացումները միանման ձևակերպում են ստանում տարբեր

մշակութային մարդու ապրումները և զգացմունքները, որոնք կապված են ներկա իրավիճակի և ապագայի հեռանկարների հետ: Հոգեբանական անվտանգության սահմանումը ձևակերպվում է իբրև հասարակական գիտակցության վիճակ, երբ հասարակությունն ամբողջությամբ, ինչպես նաև առանձին անձը ընկալում են կյանքի առկա որակը որպես հուսալի, քանի որ այն ստեղծում է իրատեսական հնարավորություններ քաղաքացիների բնական և սոցիալական պահանջմունքների բավարարման համար, ինչն էլ հանդիսանում է ապագայի հանդեպ վստահության նախահիմքը [18]:

Մեկ այլ մեկնաբանմամբ, որը չի հակասում վերոնշյալներին, անձի հոգեբանական անվտանգությունը բնութագրվում է երկու իմաստային նշանակությամբ: Առաջինը գուցե ավելի է արտաքին միջավայրային գործոնների հետ, որոնք ուղղված են անձի անվտանգության առաջատար պահանջմունքների (ֆիզիկական և հոգեբանական) բավարարմանը: Երկրորդը կապված է այդ պահանջմունքների ինքնաբավարարման ձգտման հետ, որի արդյունքում սուբյեկտը ձեռք է բերում հոգեբանական պաշտպանվածություն [10]:

Ընդհանուր առմամբ հոգեբանական անվտանգության հասկացությունը հանգում է երկու փոխկապակցված տեսական դրույթների. մի կողմից հոգեբանական անվտանգությունը հանդես է գալիս որպես մարդու սուբյեկտիվ ապրումի ինդիկատոր, մյուս կողմից կապված է որոշակի ֆիզիկական, սոցիալ-տնտեսական, սոցիալ-հոգեբանական և միջավայրային այլ բաղադրիչների հետ, որոնք հանդես են գալիս որպես մարդու հոգեբանական անվտանգության զգացողության օբյեկտիվ նախադրյալներ: Այս ենթատեքստում հետաքրքրություն է ներկայացնում հետազոտական այն մոտեցումը, որում հոգեբանական անվտանգությունը ժամանակակից մարդու համար կապվում է «այնպիսի երևույթների և իրավիճակների ուսումնասիրման հետ, որոնք լի են վտանգով և

առաջացնում են հոգեբանական անապահովության զգացում» [15, էջ 6]:

Այսօր հոգեբանական անվտանգության սահմանումներից ամենաարդիականը համարվում է տեղեկատվական-հոգեբանական անվտանգությունը՝ որպես անհատական, խմբային ու հասարակական գիտակցության սոցիալական սուբյեկտների պաշտպանվածության կարգավիճակ: Այն կապված է «տեղեկատվական գործոնների փոխազդեցությունների հետ, երբ հոգեարավմատիկ տեղեկությունների ազդեցության ներքո առաջանում են դիսֆունկցիոնալ սոցիալական վիճակներ և անհատի կյանքի գործունեության խանգարումներ (տագնապ, ձայներ, անարդարացի (հակաօրինական...), նկրտներ, հոգեսոմատիկ խանգարումներ և այլ ռիսկեր [15, էջ 8]: Սակայն հարց է ծագում, թե ինչպե՞ս է այդ պաշտպանվածության վիճակը արտահայտվում անհատական հոգեբանական բնորոշումներում, և ինչպե՞ս կարելի է չափել այն» [15, էջ 9]:

Այսօր հատուկ ուշադրություն է դարձվում ինտերգրատիվ հոգեբանական բնորոշումների որոնմանը, որի հետ կապված առաջարկվում է հոգեբանական անվտանգության նոր եզրույթ՝ սուբյեկտի ինտերգրատիվ բնորոշում: Այն արտացոլում է անվտանգության՝ որպես բազային պահանջումների բավարարվածության մակարդակը և չափվում է հոգեբանական բարեկեցության/-ոչ բարեկեցության ապրումների ուժգնությամբ: Սակայն այս սահմանման մեջ մենք բախվում ենք մի հասկացությունը մյուսով բացատրելու երևույթին, ինչն էլ իր հերթին լուսաբանում է պահանջում:

Հոգեբանական անվտանգության սահմանման բազմազանությունը, նրա մեկնաբանման ոչ միանշանակ լինելը հանգեցնում են անձի հոգեբանական անվտանգության խնդրի, հասկացության աղճատման: Սահմանումների վերլուծությունը և դրանք մեկնաբանելը որպես մյուս սահմանումների հետևանք հանգեցնում են բազում հարցերի՝ կապված տվյալ հասկացության բովանդակա-

լից հիմնավորման և իրական պատկերացման հստակեցման հետ: Ըստ մեզ՝ նման հարցերի լուծման համար ոչ պակաս կարևոր դեր կարող է ունենալ «հոգեբանության կատեգորիալ համակարգը» [14], որը հնարավորություն է տալիս համեմատել այս կամ այն հասկացությունը մեր պատկերացումների մատչելի կատեգորիաների հետ և գտնել դրա համար համապատասխան բացատրություն [1]:

«Մեթոդաբանական լիբերիալիզմի խստաբարո տարբերակի» ավանդույթների սահմաններում այս կամ այն եզրույթի վերացականությունը կարող է դրական գնահատվել, քանի որ այն ենթադրում է ուսումնասիրվող հասկացության բազմաթիվ մեկնաբանումներ: Առաջանում են բազում, համալիր բացատրություններ, որոնք կարող են նպաստել եզրույթի առաջընթացին, էվոլյուցիոն զարգացմանը, սակայն «գիտակցության սահմաններում»: Այստեղ կարելի է հիշել Լ. Ս. Վիգոտսկու կարծիքը՝ կապված այն բանի հետ, որ «...երբ հասկացության ծավալը մեծանում և ձգտում է անվերջության... նրա պարունակությունը նույն ուժգնությամբ նվազում է մինչև զրո» [4, էջ 308]:

Անձի հոգեբանական անվտանգությունը հոգեբանական տարբեր տեսություններում

Հոգեբանության մեջ ընդունված է այս կամ այն ֆենոմենը ուսումնասիրելիս, փաստեր հավաքելիս, երևույթները դիտարկելիս դիմել գիտական հստակ հարացույցների՝ տվյալների մեկնաբանման փորձին նպաստելու նպատակով [5, 21]: Անձի հոգեբանական անվտանգության ենթատեքստում դիտարկենք խնդրի լուծումը հոգեվերլուծական ուղղության տեսանկյունից: Ըստ Լ. Մ. Կոստինայի՝ Չ. Ֆրեյդը անձի հոգեբանական անվտանգությունը կապում էր հոգեբանական պաշտպանական մեխանիզմի գործունեության մակարդակի, իսկ Ա. Ադլերը՝ անլիարժեքության բար-

դույթի հաղթահարման մակարդակի հետ: Մի շարք հոգեվերլուծողների աշխատանքներում անվտանգությունը դիտարկվել է որպես անձի բազային պահանջմունք, որը նախադրյալ է մանկական տարիքի զարգացման դժվարությունների առաջացման/հաղթահարման [8, 9]: Բիհևիորիստական մոտեցման շրջանակներում անձի անվտանգությունը առնչվել է հոգեբանական անվտանգությանը նպաստող ցանկալի վարքի ձևավորման հետ, որը կարող է իրագործվել մի շարք հոգեթրեյնինգների (Դ. Ուոտսոն), սոցիալական համակարգի ուսուցման (Ա. Բանդուրա), կառուցողական վարքագծի դրական ամրապնդման ճանապարհով (Բ. Սկիններ): Մեծ է գեշտալտ հոգեբանների դերը անձի հոգեբանական անվտանգության հասկացության հարցում: Մի շարք հետազոտողների կարծիքով՝ Կ. Լևինի կենսատարածության գիտակարգը կարող է դիտարկվել որպես որոշակի համակարգերում իրադարձությունների հնարավոր վտանգավոր/անվտանգ դաշտի և նրա ուժի մակարդակի որոշման փորձ [8]:

Էկզիստենցիալ-հումանիստական ուղղության մեջ անձի հոգեբանական անվտանգությունը դիտարկվել է որպես անձի անվտանգության բազային պահանջմունքի բավարարման ձգտում՝ սոցիալական ինքնակառավարման միջոցով: Այլ կերպ ասած՝ մարդը կարող է կառավարել և ստեղծել սեփական ճակատագիրը՝ օգտագործելով վտանգների հաղթահարման գիտակցված վարքագիծ [8]: Ա. Մասլոուն անվտանգության պահանջմունքը դասակարգել է որպես բազային, սակայն որոշակի իրադրությունների համար հնարավոր է դարձրել տվյալ պահանջմունքի բավարարումից հրաժարվելը: «Իրավիճակի հարթեցմանն ուղղված պահանջմունքների ի սկզբանե բավարարումը յուրաքանչյուր սուբյեկտի համար կարող է դիտարկվել որպես ինքնիրացմանն ուղղված անվտանգության ապահովման արժեքավոր հնարավորություն» [9, էջ 60]:

Մի շարք հոգեբանական խնդիրներ, որոնք ուսումնասիրվում են հոգեբանության առանձին ճյուղերի կողմից, ինչպիսիք են

«կյանքի որակը», «երջանկության հոգեբանությունը», «հոգեկան առողջությունը» և այլն, անմիջականորեն կապված են անձի հոգեբանական անվտանգության ուսումնասիրման հետ: Այստեղ հատկանշական է, որ վերը նշված բնագավառներում հոգեբանական գիտելիքների հիմնական հասկացությամբ կապված «բարեկեցության հոգեբանական ապրումների, առողջության, բավարարվածության, հարմարավետության, երջանկության հետ, ամենօրյա պատկերացումներում զուգորդվում են անձի հոգեբանական անվտանգության հետ» [9, էջ 59]:

Նշենք, որ «բարեկեցություն» եզրույթը կիրառվում է «կյանքի որակ»-ի տիրույթում և նույնացվում է «կյանքից բավարարվածության» կամ «կյանքի բարձր որակ»-ի հետ: Անգլալեզու գրականության մեջ օգտագործվում է “subjective well-being” եզրույթը, որը թարգմանվում է որպես «սուբյեկտիվ բարեկեցություն»: Այն իր մեջ ներառում է կյանքի որակի սուբյեկտիվ գնահատման բովանդակային-ինաստային կշիռը: Ընդհանուր առմամբ բարեկեցությունը հասկացվում է որպես «կյանքի սահուն ընթացք՝ առանց որևէ խախտումների, արգելքների» [7, էջ 22]:

Նաև պետք է նշել, որ «երջանկությունը» դիտարկվում է որպես սուբյեկտիվ բարեկեցության հիմնական գործոն, սակայն երջանկության հոգեբանությունը ուսումնասիրման առանձին ճյուղ է [7]:

Անձի հոգեբանական անվտանգության ուսումնասիրություններն ունեն հասկացությունը հստակեցնելու միտում, որը համաձայնեցվում է հետևյալ դիրքորոշումով. «Անձի հոգեբանական անվտանգությունը որպես հոգեբանական անվտանգության բնագավառ տվյալ պահին գտնվում է իր հասկացության համակարգի և հետազոտությունների ուղղությունների հետագա ընդարձակման հստակեցման փուլում» [9, էջ 59]:

Այնուամենայնիվ, անկախ անձի հոգեբանական անվտանգության փաստերի բացահայտումից և հստակեցումից՝ խնդիրը

բավարար մեկնաբանված չէ և արժանի է հետագա ուսումնասիրմանն ու դիտարկմանը:

Ընդհանուր առմամբ ստեղծվում է հոգեբանական անվտանգության չափանիշների որոնման անավարտ պատկեր՝ բազմաթիվ տեսական պարզաբանումներով, ինչը կարող է հնարավոր դարձնել հետազոտությունների արդյունքում ձևավորել, մշակել ուսումնասիրվող հասկացության սեփական մոտեցումը:

Անձի հոգեբանական անվտանգության ուսումնասիրման խնդիրները

Գիտական հրատարակումների և անձի հոգեբանական անվտանգության ոլորտում հետազոտությունների արդյունքում առաջացան մի շարք դժվարություններ, որոնց էությունը արտահայտվում էր հետևյալ դրույթներում՝ տվյալ հասկացության բովանդակության, էության մեկնաբանման ոչ միանշանակությունը, տվյալ հասկացության իմաստային բեռնվածության մեծ դաշտը (գոյություն ունեցող բոլոր դեֆինիցիաներում անձի հոգեբանական անվտանգություն հասկացության իմաստաբանական դաշտերի սահմանների որոշման խնդիրը) [13, 15, 16, 20, 21]: Ընդհանրացնելով հետազոտական դժվարությունները՝ կարող ենք առանձնացնել հետևյալ դրույթները.

- տվյալ հասկացության ներառումը սոցիալական անվտանգության մեջ,

- հոգեբանական անվտանգության դիտարկումը տարբեր հարթություններում (որպես գործընթաց, որպես վիճակ, որպես անձի հատկություն),

- հոգեբանական անվտանգության դիտարկումը մի քանի մակարդակներում (հասարակության, բնակավայրի, միջավայրի),

- հոգեբանական անվտանգության տարբեր ձևերի դիֆերենցումը,

- հոգեբանական անվտանգության ուսումնասիրությունների ռազմավարության ընտրության ոչ բավարար հիմնավորումը,

- տվյալ հասկացությունը հոգեբանական գիտելիքների կառուցվածքային որոշակի տարրերի խմբին վերագրելու դժվարությունը (կատեգորիա, փաստ, ֆենոմեն, ընդհանրացում, տեսություն և այլն),

- իմաստով համակցվող եզրույթների առկայությունը (բավարարվածություն կյանքից, հոգեբանական բարեկեցություն, կյանքի որակ, երջանկություն, կյանքի իմաստ, հոգեբանական առողջություն, կենսունակություն և այլն):

Այս ամենը մատնանշում է տվյալ հասկացության կոնցեպտուալ-բովանդակային մեկնաբանման ոչ բավարար հստակությունը, ոչ բավարար գործարկումը: Ընդհանուր առմամբ շեշտը դրվում է անձի հոգեբանական անվտանգության ուսումնասիրություններում ոչ բավարար մեթոդաբանական հիմնավորման ռազմավարության վրա, որը արտացոլված է տվյալ ոլորտի ռուս առաջատար մասնագետների մեջբերումներում. «Հոգեբանական անվտանգության խորիմաստ հասկացումը և նրա հստակ սահմանումը հնարավոր կլինեն միայն մանրակրկիտ պլանավորման իրագործումից, տեսական ու մեթոդաբանական հիմնավորումից և տարբեր գիտակարգերի համալիր հետազոտություններից հետո» [15, էջ 20]:

Կարելի է առանձնացնել անձի հոգեբանական անվտանգության ուսումնասիրման երկու հիմնական միտումներ.

- տեսական հիմնավորման փորձ՝ ուսումնասիրվող ֆենոմենը մեկնաբանել սթափ դատողություններով իմաստավորված եզրահանգումներով և հոգեբանության մեջ առկա տեսություններով ու ուղղություններով,

- փորձարարություն՝ ուղղված անձի հոգեբանական անվտանգության տարբեր հայեցակարգերի բացահայտմանը:

Հետազոտությունները կատարվում են ինչպես հայտնի մեթոդների կիրառմամբ՝ անձի հոգեբանական բնութագրերի, անձի

անվտանգության հասկացության հետ կապված գործոնների հոգեբանական գնահատման գործիքների, այնպես էլ նոր մշակվող մեթոդների՝ հարցաթերթերի, ինքնագնահատման հարցաշարերի, զուգորդումների, փորձագիտական հարցումների կիրառմամբ: Նաև դիմում են փորձարարությանը, որը հնարավորություն է տալիս գրանցել փորձարկվողների սուբյեկտիվ ապրումները՝ հաշվի առնելով նրանց հոգեբանական անվտանգության զգացողությունը իրականության ընկալման կոգնիտիվ, աֆֆեկտիվ և վարքագծային բաղադրիչներով: Բնականաբար, ավելի հաճախ համադրում են վերոնշյալ երկու մոտեցումներն էլ, սակայն, մեր կարծիքով, անձի անվտանգության հոգեբանության ուսումնասիրությունը տվյալ փուլում հատուկ ուշադրության է արժանացնում տվյալ ֆենոմենի տեսական հիմնավորումը՝ հաշվի առնելով հոգեբանական իմացության կատեգորիալ համակարգը [14], հիմնարար հոգեբանական եռյակի դիտարկումը [21, էջ 140] և այլ նկատառումներ:

Հասկանալի է, որ անձի հոգեբանական անվտանգությունը չի հանգում միայն կյանքի պահպանմանը, այլ ենթադրում է մարդու կյանքի գործունեության բոլորովին այլ որակային և ֆունկցիոնալ մակարդակ, որն արտացոլված է Ա. Լենգլեի՝ **չորս** բազային մոտիվացիաների էկզիստենցիալ-հիմնարար հայեցակարգերում [12]: Ըստ Լենգլեի՝ մարդն **առաջնահերթ** պետք է հաղթահարի տագնապը, վախը և անվստահությունն այն բանի համար, որպեսզի հնարավոր դարձնի «գոյությունը որոշակի էկզիստենցիալ իրավիճակներում» [12, էջ 20]: **Երկրորդ** հիմնարար մոտիվացիան կապված է մարդու հուզական հասունության հետ՝ կյանքը վայելելու, տառապանքը ապրելու, արժեքները վերագնահատելու և այլն: Մոտիվացիայի **երրորդ** մակարդակում, որը վերաբերում է կյանքի ինքնարժեքների զարգացմանը, գլխավոր է դառնում մարդու՝ երկխոսություն վարելու և մյուսին ընդունելու ունակությունների զարգացումը: Եվ **չորրորդ**՝ ցանկությունը իմաստավորելու, զգացմունքների էկզիստենցիալ ապրումները բավարարելու և

դրանք իրականացնելու ձգտումները հանդիսանում են մոտիվացիոն հիերարխիայի գազաթնակետը [12, էջ 24]: Ըստ Ա. Լենգլեի՝ մարդու հոգեբանական անվտանգության զգացողության մասին կարելի է խոսել երրորդ կամ չորրորդ մակարդակներում, երբ նրա մոտ ձևավորվում է սեփական էկզիստենցիայի ըմբռնման իմաստային նոր մակարդակ:

Համաձայն Վ. Ի. Վերդանսկու պատկերացումների՝ մարդու կենսաբանական հատկությունները պետք է ուսումնասիրել պոպուլյացիոն-տեսակային, կյանքի կազմակերպման կենսակենտրոն և կենսոլորտային պլանավորման տեսակներում, իսկ մարդու սոցիալական հատկությունների մասին՝ մոտոֆերայի համակարգում [3, էջ 81]: Սկիզբները կարծում էր, որ մարդկանց կյանքի բարելավումը կապված է «չրջապատի աղտոտումը կանխարգելելու հետ,... տարբեր տարիքային խմբերի առողջությունը ամրապնդելու հետ,... գեղեցկությունը մարմնավորելու և մշակույթը զարգացնելու, բոլորի համար բարենպաստ և արդյունավետ պայմաններ ստեղծելու հետ...» [19, էջ 249]:

Ընդհանուր առմամբ, կենսագործունեության նշանակալից ոլորտների ընտրության հիմնավորումը կապված է համակարգային մոտեցման հիմնական գաղափարների հետ: Ավելի վաղ անցկացված հետազոտությունների արդյունքում դուրս էին բերվել կենսագործունեության ավելի կարևոր ոլորտներ՝ ըստ հոգեբանական անվտանգության գնահատման գերակայության. դրանք են ընտանիք, առողջություն, աշխատանք, ընկերներ [16]:

ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

1. Агузумян Р. В., Мурадян Е. Б., Психологическая безопасность личности: методологический аспект /Материалы международной научной конференции ЕГУ/, Изд. Ереван Принт, 2011, с. 32-36.
2. Агузумян Р. В., Мурадян Е. Б., Психологические аспекты безопасности личности //Вестник практической психологии образования. 2009, N2 (19), с. 40-44.

3. **Асмолов А. Г.**, Психология личности: культурно-историческое понимание развития человека, М., Смысл, Изд. центр “Академия”, 2007, 528 с.
4. **Выготский Л. С.**, Исторический смысл психологического кризиса //Выготский Л. С. Собрание сочинений в 6 томах, Т.1. М., 1982, с. 291-436.
5. **Гусельцева М. С.**, Парадигмы в психологии: историко-методологический анализ //Парадигмы в психологии: науковедческий анализ. Изд. «Институт психологии РАН», М., 2012, с. 34-56.
6. **Зеленова М. Е.**, Неосознаваемые психологические защитные механизмы и безопасность личности. //Проблемы психологической безопасности /Отв. ред. А. Л. Журавлев, Н. В. Тарабрина. Изд. “Институт психологии РАН”, М., 2012., с. 160-182.
7. Качество жизни, Краткий словарь, Смысл, М., 2009, 168с.
8. **Костина Л. М.**, Психологическая безопасность личности: подходы, компоненты/ Преемственность психологической науки в России: традиции и инновации: Сборник материалов Международной научно-практической конференции, посвященной 215-летию РГПУ им. А. И. Герцена, /rstudent.com/psihologicheskaya-bezopasnost-lichnosti-podhodyi-komp.../, 2012.
9. **Краснянская Т. М., Тылец В. Г.**, Понятийные ориентиры развития психологической безопасности личности в предметном поле современных исследований/GESS: Education Science and Psychology, N1 (23), 2013, с. 59-64.
10. **Лебедева Л. Д.** Психологическая безопасность личности в арт-терапевтической работе, // <http://www.aidos.ru/publish.html>
11. **Лызь Н. А.**, Модельные представления о безопасности личности //Известия ТРТУ, Тематический выпуск “Гуманитарные проблемы современной психологии”. N7 (51), Изд. ТРТУ, Таганрог, 2005. с. 21-25.
12. **Лэнгле А.**, Person: Экзистенциально-аналитическая теория личности: Сборник статей: Пер. с нем. /Вступ.ст. С.В. Кривцовой. М., Генезис, 2008, 159 с.

13. Обеспечение психологической безопасности в образовательном учреждении: практическое руководство/ Под. ред. Басовой И. А., СПб.: Речь, 2006, 288 с.
14. **Петровский А. В., Ярошевский М. Г.**, Теоретическая психология: Учеб. пособие для студ. психол. фак. высш. учеб. заведений. Издательский центр “Академия”, М., 2001, 496 с.
15. Проблемы психологической безопасности /Отв. ред. А. Л. Журавлев, Н. В. Тарабрина. Изд. “Институт психологии РАН”, М., 2012, 440 с.
16. Проблемы психологической безопасности личности: теоретические и экспериментальные исследования / Р. Агузумцян, С. Амирян, В. Папоян, Е. Мурадян, А. Галстян, Д. Саргсян. Изд. ЕГУ, Ер., 2013, 136 с.
17. Психология личности. Учебное пособие /под ред.проф. П. Н. Ермакова, проф. В. А. Лабунской. Эксмо, М., 2007, 653 с.
18. **Рощин С. К., Соснин В. А.**, Психологическая безопасность: новый подход к безопасности человека, общества и государства./Российский монитор. N 6, 1995./ bookap.info/psywar/grachev/gl6.shtm
19. **Смит Н.**, Психология. Современные системы / Пер. с англ. под общ. ред. А. А. Алексеева – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2007, 543 с.
20. Современная личность: Психологические исследования / Отв. ред. М. И. Воловикова, Н. Е. Харламенкова. Изд. “Институт психологии РАН”, М., 2012, 392 с.
21. **Юревич А. В.**, Методология и социология психологии. Изд. “Институт психологии РАН”, М., 2010, 272 с.

1.2. ԸՆՏԱՆԻՔԻ ԳԵՐԸ ԱՆՁԻ ՀՈԳԵՔԱՆԱԿԱՆ ԱՆՎՏԱՆԳՈՒԹՅԱՆ ՀԱՄԱՏԵՔՍՈՒՄ

Անձի հոգեբանական անվտանգության ուսումնասիրումը նախ և առաջ կապված է մարդու պահանջմունքների բավարարման և կյանքի իմաստավորման հետ: Այն, որպես առաջնային դրդապատճառ, ընկած է մարդու կյանքի ռազմավարության հիմքում:

Մարդակենտրոն հարացույցի շրջանակներում անձի հետագոտման ցանկացած փորձ կապված է նրա դրդապատճառային-պահանջմունքային ոլորտի հետ, ավելին՝ անգամ անձի հոգեբանական կառուցվածքի ուսումնասիրության տարբեր ռազմավարություններ կիրառելու դեպքում նկատվում է «ընդհանուր միտում որպես անձի կազմավորման հիմք ընդունել անհատական հատկությունները՝ բնութագրելով վերջիններս իբրև մարդու կառուցվածքային, բազային... մակարդակ» [5, էջ 222]: Այսպես՝ ըստ Ա. Մասլոուի, Ջ. Գիլֆորդի, Կ. Օրոլիսովսկու և այլոց՝ անձի կազմավորման բնութագրերի համեմատումը միտում ունի դիտարկել մարդու անհատական հատկությունները որպես անձի կազմավորման բազային մակարդակ [5, 21]:

Խորհրդային հոգեբանության մեջ նմանատիպ մոտեցում նկատվում է նաև անձի կառույցի տարբեր հիերարխիաներում՝ ձևավորման անձնային ստորին կենսաբանական մակարդակից դեպի բարձրագույն անհատական սոցիալական մակարդակը, ընդ որում՝ «համաձայն դրա՝ բարձրագույն մակարդակի կառույցները դառնում են ամբողջ համակարգի կարգավորիչ: Վերջիններիս ազդեցության ներքո վերադասավորվում են ստորին գոյացությունները, որոնք կարծես թե սպասարկում են վերին գոյացությունների կարգավորող գործընթացները» [5, էջ 224]: Այստեղ, ամենայն հավանականությամբ, պետք է փնտրել սոցիալապես դետերմինացված պահանջմունքների ներառման մեխանիզմը դրդապատճառների բազային մեխանիզմների մեջ [21, էջ 156]:

Նկարագրած մեխանիզմը որոշ չափով բացատրում է Վ. Իվաննիկովի այն գաղափարը, որ «անհատի օրգանական մղումները... արտահայտում են նրա վերաբերմունքը, անհատի համակարգային հատկությունները... իսկ անձի պատմատոցիալական ապրելակերպը հասարակության մեջ ձևափոխում է ինչպես անհատի մղումները, այնպես էլ դրանց բավարարման ձևերը» [5, էջ 241]:

Այսպիսով՝ մարդու ուսումնասիրման հեռանկարը դիտարկվում է ոչ թե մարդու մեջ «կենսաբանականի» և «սոցիալականի» արհեստական հակադրման մեջ, այլ այն տեսանկյունից, թե անձի զարգացման մեջ տվյալ դետերմինանտները ինչ դեր ունեն [5, էջ 226]:

Հասկանալու համար, թե ինչու է ընտանիքը հանդիսանում անձի հոգեբանական անվտանգության կարևոր գործոն, անհրաժեշտ է պարզաբանել նախ և առաջ ընտանիքի հասկացությունը: Առանց շոշափելու ընտանիքի որևէ սոցիալական ինստիտուտի ի հայտ գալու և կայացման պատմամշակութային նախադրյալները և շրջանցելով տարբեր ընտանիքների տիպերն ու ընտանեկան հարաբերությունների տարատեսակները՝ անդրադառնանք արևմրդյան և եվրոպական մշակույթներում առավել տարածում գտած ընտանիքի մոդելի հասկացմանը:

Նորմատիվ ընտանիքի կառուցվածքը ներառում է իր մեջ տարբեր տարբեր (ընտանիքի նորմատիվ անդամներ, ընդ որում՝ առաջնային պարզ ընտանիքը հանդիսանում է երրորդությունը՝ երեխա, հայր, մայր)՝ իշխանության նկատմամբ վերաբերմունքը, որը Էյդեմիլերի կողմից դիտարկվում է որպես առավել նշանակալի, պատասխանատվությունը, որպես հիմնական հարաբերություն ընտանիքում, ըստ Միդի, ընտանիքի անդամների միջև հուզական կապը: Գործնականում «ընտանիքը կառույց է, որը հիմնված է փոխհարաբերությունների վրա՝ իշխելու, ենթարկվելու, պատասխանատվությունը կիսելու, հուզական կապվածություն ապահովելու և այլն» [7, էջ 4]: Տվյալ սահմանումը, ըստ էության,

հանդիսանում է հոգեբանական, քանի որ ընտանիքի դիտարկումը տվյալ ասպեկտում կապված է հոգեբանական ֆենոմենների ուսումնասիրման հետ, որոնք ընկած են մարդկային փոխհարաբերությունների հիմքում՝ իշխանության, սիրո և այլն՝ իրենց ամենաբազմազան դրսևորումների մեջ: Ընտանիքի հիմնական գործոնների վերաբերյալ տարբեր մոտեցումների վերլուծությունը [3, 15] թույլ տվեց կանգ առնել հետևյալ ընդհանրացված դասակարգման վրա [9, էջ 42-44].

- երեխաների ծնունդը և դաստիարակությունը,
- հասարակական արժեքների և ավանդույթների պահպանումը, զարգացումը և փոխանցումը հաջորդ սերունդներին, սոցիալ-դաստիարակչական ներուժի կուտակումը և իրականացումը,
- մարդկանց հոգեբանական հարմարավետության և հուզական աջակցության պահանջմունքների բավարարումը, սեփական Ես-ի կարևորության և արժեքայնության զգացողությունը, հուզական ջերմությունը, սերը,
- ընտանիքի բոլոր անդամների զարգացման համար պայմանների ստեղծումը,
- սեքսուալ-էրոտիկ պահանջմունքների բավարարումը,
- համատեղ հանգստի անցկացման պահանջմունքի բավարարումը,
- համատեղ ընտանեկան տնտեսության վարման կազմակերպումն ու աշխատանքի բաժանումը, փոխաջակցությունը,
- մտերիմների հետ շփման պահանջմունքների բավարարումը, այլ հաղորդակցական կապերի հաստատումը,
- հայրության կամ մայրության, երեխաների հետ շփման, նրանց դաստիարակության միջոցով ինքնիրացման անհատական պահանջմունքների բավարարումը,
- ընտանիքի առանձին անդամների վարքի սոցիալական վերահսկումը,

- ընտանիքի ֆինանսական ապահովման գործունեության կազմակերպումը,
- ընտանիքի անդամների առողջության պահպանումը, նրանց հանգստի կազմակերպումը, սթրեսային իրավիճակներից ապահովագրումը և այլն:

Գործոնների բազմազանությունը փաստում է ընտանիքի ձևավորման բարդության հանգամանքը՝ դիտարկելով ընտանիքը ինչպես մի համակարգ, որն ապահովում է սոցիումի մեջ կյանքին հարմարվելու առավել ընդունելի պայմաններ, այդ համակարգի մեջ մտնող մարդկանց և նրանց պահանջմունքների բավարարում:

Ընտանիքի դերի կարևորումն անձի գարգացման համատեքստում

Ընտանիքի գործառնությունների վերը նշված դասակարգումը հիմք է հանդիսանում ենթադրելու, որ ընտանիքը պետք է որոշակի չափով բավարարի մարդու հիմնական պահանջմունքները՝ կենսաբանական, հոգեբանական և սոցիալական: Այս առիթով կարելի է դիտարկել ընտանիքի դերը անձի գարգացման գործընթացում՝ Ա. Մասլոուի հումանիստական տեսության տեսանկյունից: Անդրադառնալով հեղինակի կողմից առաջարկված պահանջմունքների հիերարխիային, որի հիմքում ընկած են ֆիզիոլոգիական, պաշտպանական և անվտանգության պահանջմունքները, որոնց բավարարումը, թեկուզև մասնակի, առաջ կրերի սիրո և պատկանելիության պահանջմունք, հաջորդիվ ինքնագնահատականի, ինքնահարգանքի, իսկ հետագայում հնարավոր է մաս ինքնիրացման պահանջմունք: Տեսության հիմնական դրույթների համաձայն՝ մարդու դրոշմապատճառների ձևավորման հիմքում ընկած է պահանջմունքների հաջորդական, հիերարխիկ բավարարումը [20]:

Դիտարկելով ընտանիքի գործառույթները և պահանջմունքների հիերարխիան՝ կարելի է ասել, որ ընտանիքը, որպես սոցիալական համակարգ, պետք է ապահովի մարդկանց համակեցությունը հիերարխիայի բոլոր մակարդակներում՝ առավելագույնս հավանական դարձնելով պահանջմունքների բավարարումը: Այսպես, օրինակ, բազային կենսաբանական պահանջմունքների բավարարումը ապահովվում է այնպիսի գործոններով, ինչպիսիք են երեխաների ծնունդը, սեքսուալ-էրոտիկ պահանջմունքը, հայրության կամ մայրության պահանջմունքը, իսկ այնպիսի գործոններ, ինչպիսիք են համատեղ ընտանեկան տնտեսության վարման կազմակերպում, ընտանիքում աշխատանքի բաժանում, փոխաջակցություն և ընտանիքի ֆինանսական ապահովման գործունեության կազմակերպում, չնայած իրենց սոցիալական ուղղվածությանը, նույնպես նպաստում են առաջնային պահանջմունքների բավարարմանը, որոնցից, օրինակ, կարող է լինել քաղցի պահանջմունքը: Անվտանգության պահանջմունքը կարող է ապահովվել ռեկրեատիվ գործոնով, ընտանիքի առանձին անդամների վարքի սոցիալական վերահսկման գործոնով և այլնով: Այնպիսի գործոնների իրականացումը, ինչպիսիք են մարդկանց հոգեբանական հարմարավետության ապահովումը և հուզական աջակցությունը, անվտանգության զգացողությունը, սեփական Ես-ի կարևորության և արժեքայնության զգացողությունը, հուզական ջերմությունը և սերը, մտերիմների հետ շփման պահանջմունքների բավարարումը, այլ հաղորդակցական կապերի հաստատումը նրանց հետ և այլն, հարաբերակցության մեջ է անվտանգության, պատկանելիության և սիրո պահանջմունքների բավարարման հետ: Գործոններ, ինչպիսիք են ընտանիքի բոլոր անդամների զարգացման համար պայմանների ստեղծումը, սոցիալական կարգավիճակի փոխանցումը [7] և այլն, կարող են նպաստել ինքնահարգման և ինքնիրացման պահանջմունքի բավարարմանը:

Այնուամենայնիվ, շատ հաճախ մարդը վախենում է դրսևորել իր ներուժը, սահմանափակում է իր հավակնությունների մակար-

դակը և ինքնիրացման հնարավորությունները: Որպես արդյունք՝ վարքային ռազմավարության մեջ նվաճման դրդապատճառի փոխարեն առաջնային դրդապատճառ է դառնում անհաջողությունից խուսափելը: Տվյալ երևույթի հնարավոր բացատրություն կարող է դիտարկվել հետևյալ դրույթը. ձգտում հնարավորինս պահպանել կենսակայունությունը և սովորությունները՝ պայմանավորված մշտական լարվածության, ռիսկի, հասարակության կողմից հնարավոր բացասական գնահատման հետ [16]: Արդյունքում Ա. Մասլոուի տեսության համաձայն՝ աճի դրդապատճառի ճանապարհին մեծանում է պաշտպանվածության որոնման միտումը, և բավարարվում անվտանգության պահանջումները:

Էվոլյուցիոն մոտեցման համատեքստում լարվածությունից, վտանգավոր իրավիճակներից խուսափելը կապված է տեսակի պահպանման, հոմեոստազի սատարման հետ, ինչը հակադրվում է առանձին անհատի պահպանման միտումին [5]: Սա նույնպես բացատրում է այն հանգամանքը, որ, համաձայն հումանիստական տեսության դրույթների, մարդկանց ընդհանուր քանակի շատ փոքր տոկոսն է հասնում ինքնիրացման:

Նշվում է, որ հատկապես այն մարդիկ, ովքեր նախընտրում են անվտանգությունը և պաշտպանվածությունը, առաջնայնությունը տալիս են ընտանիքի հարաբերություններին, սեփական երեխաների հաջողություններին [16, 13]:

Վերը նշվածի հետ կապված հետաքրքրական են Վ. Գարբուզովի տեսական մոտեցումները, որոնք նկարագրում են մարդու հարմարումը կյանքին՝ տարբեր բնագոյների ակտիվացման միջոցով (այստեղ օգտագործված «բնագոյ» եզրույթը այնքան էլ չի համապատասխանում ավանդական հասկացմանը): Մասնավորապես ինքնապահպանման բնագոյը, որի հիմնական լեյտմոտիվը՝ «նախ և առաջ անվտանգությունն ու առողջությունը» և սերնդի շարունակության բնագոյը, որոնց հիմնական իմաստային ուղղվածությունը «ընտանիքի շահերն են», նա համարում է բազային [12, էջ 236-239]:

Պոզիտիվ հոգեբանության հիմնադիր Մ. Սելիգմանը, հղում կատարելով այդ ոլորտում կատարված մի շարք հետազոտություններին, ընտանիքը դիտարկում է մարդու կողմից երջանկության վերապրման պարտադիր պայման [17]: Հարկ է նշել, որ մարդու համար ընտանիքի դերը նորից կապվում է մարդու պահանջմունքների բավարարման ֆունկցիոնալ հնարավորությունների հետ: Խնդրի հետազոտման արդյունքում հիմնականը սիրո պահանջմունքն է. «Ամուսնությունը բացառիկ երևույթ է, քանի որ այն արմատավորում է սիրո բոլոր երեք տեսակները՝ սեր մարդկանց հանդեպ, ովքեր հոգ են տանում մեր մասին, սեր մարդկանց հանդեպ, ովքեր մեր աջակցության կարիքն ունեն և, վերջապես, ռոմանտիկ սեր: Վերջինս է երջանկություն շնորհում ամուսնացած մարդկանց» [17, էջ 246]:

Նմանատիպ, բայց ավելի ընդլայնված եզրակացությունների են հանգել նաև այլ հետազոտողներ՝ պնդելով, որ «մարդու զարգացման կարևորագույն նպատակներից մեկը, որը հիմնված է հոգատարության պահանջմունքի վրա, հանդիսանում է իր մտերիների անվտանգությունը» [6, էջ 543]:

Համաձայն Է. Ֆրոմի՝ միջանձնային կապեր հաստատելու պահանջմունքը դասվում է մարդու՝ ուրիշների մասին հոգ տանելու և նրանց կյանքի մեջ մասնակցություն ունենալու բազային պահանջմունքների շարքին [16]:

Ընտանիքը, հանդիսանալով կյանքի հիմնական դրդապատճառ և «իմաստավորելով կյանքը», արդյունքում ապահովում է մարդու հոգեբանական անվտանգության զգացողությունը՝ «օժանդակելով, զարգացնելով և արմատավորելով բազային հոգեբանական անվտանգությունը որպես սեր, կապվածություն, աջակցություն, ուրախություն և երջանկություն» [19, էջ 159]:

Անձի անվտանգությանն ուղղված մի շարք ուսումնասիրություններ բացահայտում են արտահայտված կապեր սեփական անվտանգության և ընտանիքի հետ [6, 2, 1, 4]:

Համաձայն Մ. Սելիզմանի պատկերացումների՝ այն երեխաները, ովքեր մեծացել են սիրող ընտանիքում, ավելի մեծ հնարավորություններ ունեն հետագա հաջողակ կյանքի, և նաև նրանք, ովքեր ընտանիքը ստեղծում են փոխադարձ սիրո հիման վրա, ավելի մեծ հնարավորություններ ունեն կենսունակ սերունդ թողնելու: Այդ իսկ պատճառով «ավելի ճիշտ կլինի ամուսնությունը համարել բանական ընտրության արդյունք, այլ ոչ թե քաղաքակրթության ծնունդ» [17, էջ 247]:

Հոգեբանական գրականության մեջ կարելի է հանդիպել երեխայի լիարժեք զարգացման, նրա առաջնային սոցիալիզացիայի գործընթացում ընտանիքի կարևորության վերաբերյալ բազմաթիվ տվյալների [7, 8, 16, 17, 19]: Հոգեվերլուծական ուղղությունը նույնպես մեծ ուշադրություն է դարձնում մարդու կյանքում ընտանիքի դերին: Այսպես՝ Ա. Ադլերը առաջնային նշանակություն է տալիս ընտանիքում սոցիալական հարաբերություններին, հատկապես երեխաների ծնվելու հաջորդականությանը [18]:

Ըստ Ջ. Ֆրեյդի՝ անձի զարգացման հիմքում ընկած է վաղ մանկության փորձը: Մանկական իդեալականացված պատկերացումները ծնողների վերաբերյալ «ընտանեկան սիրավեպ» ֆենոմենի ներքո, որտեղ «հայրը վեհանձն տղամարդն է, իսկ մայրը՝ ամենաթանկագին և սիրելի կինը» [14, էջ 190], որոշ չափով մեղմացնում են «էդիպյան մեղքի զգացողությունը» և նվազեցնում ներքին կոնֆլիկտն ու ներանձնային հակասությունները [14]:

Հոգեբանական տեսանկյունից ընտանիք կազմելը մարդկանց համատեղ կեցության առավել ընդունելի ձևն է՝ նախ և առաջ նրանց բազային պահանջմունքների բավարարման տեսակետից: Անձի այնպիսի կառուցվածքային միավորների, ինչպիսիք են «Գերես»-ը և «Այն»-ը, ոչ հակասական փոխներգործությունը ապահովվում է՝ մասնավորապես ընտանիք կազմելով, ինչը հասարակության կողմից հավանության արժանացող մարդկանց միմյանց հետ հարաբերակցվելու ձևն է:

Հոգեվերլուծական ուղղության մեջ մեծ տեղ է հատկացվում հոգեբանական անվտանգությանը: Հենց այս տեսակետից են դիտարկվում անձի կառուցվածքի միավորների փոխներգործության զարգացման ընթացքը, երեխայի և ծնողների միջև փոխհարաբերությունները, իսկ որպես վերլուծաբանի գլխավոր նպատակ դիտարկվում է այցելուին ցուցաբերած այն օգնությունը, որի արդյունքում նա կարողանում է արտամղել հիվանդագին պատկերացումները և ունենալ ապահովության զգացում [18]:

Ընտանիքը ապահովում է ոչ միայն մարդկային վերարտադրումը, այլև ձևավորում է որոշակի փոխհարաբերություններ կենսագործունեության տարբեր ոլորտներում՝ ուսուցում, մշակույթ, հասարակական ակտիվություն և այլն [6, 11]: Է. Ֆրոմը համարում էր, որ ցեղը հանդիսանում է այն հիմքը, որը ապահովում էր առանձին մարդկանց հոգեբանական անվտանգության զգացողությունը [18]:

Անձի հոգեբանական անվտանգության տեսանկյունից ընտանիքը կարելի է դիտարկել որպես համակարգ, որը ապահովում է կնոջ և տղամարդու հարմարումը սոցիալական միջավայրում:

Այսպիսով՝ ընտանիքը որպես հուսալի համակարգ ապահովում է այնպիսի միջանձնային փոխհարաբերություններ, որոնց հիմքում ընկած են սիրո զգացումը, փոխադարձ հարգանքը և փոխհասկացվածությունը, որոնք էլ ապահովում են այդ հարաբերությունների յուրաքանչյուր կողմի պահանջմունքների բավարարումը, մոտիվացում դեպի գործունեություն, և արդյունքում ընտանիքը նույնացվում է կյանքի իմաստի հետ՝ ապահովելով ընտանիքի յուրաքանչյուր անդամի երջանկությունը, ուրախությունը և հոգեբանական անվտանգությունը:

ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

1. **Агузумцян Р. В., Папоян В. Р., Мурадян Е. Б. и др.**, Проблема психологической безопасности юношей призывного возраста. //Материалы Конференции “Вопросы военной психологии”, май 29-30, Ереван, 2013, с. 210 -219.
2. **Агузумцян Р. В., Галстян А. С., Мурадян Е. Б.**, Психологическая безопасность личности студента //Всероссийское периодическое издание научно-методический журнал “Вестник практической психологии образования”, N2 (23), 2010, с. 56-63.
3. **Андреева Т. В.**, Семейная психология: Учеб. пособие, СПб., Речь, 2005, 244 с.
4. **Аргайл М.**, Психология счастья, СПб., Питер, 2003, 271 с.
5. **Асмолов А. Г.**, Психология личности: культурно-историческое понимание развития человека, Смысл, Изд. центр “Академия”, М., 2007, 528 с.
6. **Викторов А. Ш.**, Введение в социологию безопасности. Курс лекций, “Канон” РООИ “Реабилитация”, М., 2008, 568 с.
7. **Дружинин В. Н.**, Психология семьи, Екатеринбург: Деловая книга, 2000, 208 с.
8. **Дубровина И. В.**, Семья и школа в контексте психологической службы.// Всероссийское периодическое издание научно-методический журнал “Вестник практической психологии образования”, N1(14), 2008, с. 4-6.
9. **Елизаров А. Н.**, К проблеме поиска основного интегрирующего фактора семьи // Вестник МГУ. Сер. 1. Психология, N 1,1996, с. 42-49.
10. **Здравомыслова О. М.**, Психологические и социально-культурные функции семьи, с. 82-92 //Райгородский Д. Я. Психология семьи. – Изд. дом “БАХРАХ-М”, Самара, 2007, 752 с.
11. **Леви В. Л.**, Семейные войны, М., Метафора, 2002, 224 с.
12. **Основы психологии: практикум** /Ред.-сост. Л. Д. Столяренко, Ростов н/Д: Феникс, 2007, 703 с.
13. **Проблемы психологической безопасности личности: теоретические и экспериментальные исследования** /Агузумцян Р., Амирян С.,

- Папоян В., Мурадян Е., Галстян А., Саргсян Д., Изд-во ЕГУ, Ер., 2013, 136 с.
14. Психоаналитические термины и понятия, Словарь, Независимая фирма “Класс”, М., 2000, 304 с.
 15. Психология личности. Учебное пособие /под ред. проф. П. Н. Ермакова, проф. В. А. Лабунской, Эксмо, М., 2007, 653 с.
 16. Психология человека от рождения до смерти, СПб., ПРАЙМ-ЕВРОЗНАК, 2002, 656 с.
 17. **Селигман Мартин Э. П.**, Новая позитивная психология: Научный взгляд на счастье и смысл жизни, Изд-во “София”, М., 2006, 368 с.
 18. **Смит Н.**, Психология. Современные системы, СПб., Прайм-ЕВРОЗНАК, 2007, 543 с.
 19. **Харламенкова Н. Е.**, Представление о психологической безопасности: возрастной и личностный компоненты /Современная личность: психологические исследования, Изд-во “Институт психологии РАН”, М., 2012, с. 141- 161.
 20. **Хьелл Л., Зиглер Д.**, Теории личности, СПб., Питер, 2007, 608 с.
 21. **Шадриков В. Д.**, Мир внутренней жизни человека, Университетская книга, Логос, М., 2006, 392с.

1.3. ԱՌՈՂՋՈՒԹՅՈՒՆԸ ՈՐՊԵՍ ԱՆՁԻ ՀՈԳԵՔԱՆԱԿԱՆ ԱՆՎՏԱՆԳՈՒԹՅԱՆ ԱՊԱՀՈՎՄԱՆ ԿԱՐԵՎՈՐ ԳՈՐԾՈՆ

Անձի հոգեբանական անվտանգություն արտահայտությունը անմիջապես առաջ է բերում այն միտքը, որ խոսքը գնում է մարդու կենսագործունեության արդյունավետության պահպանման մասին: Հոգեբանական անվտանգության հետ կապված ցանկացած խնդիր կարող է լուրջ ազդեցություն ունենալ մարդու կենսագործունեության վրա, ստեղծել խոչընդոտներ, սահմանափակել գործունեության հնարավորությունների շրջանակը, մինչև անգամ կյանքի համար վտանգավոր լինել: Անձի հոգեբանական անվտանգության ապահովման գործընթացում կարող ենք ընդգծել դրա երկու նշանակությունները: Առաջին հերթին դա անձի հոգեբանական խնամքի և աջակցության տարբեր միջոցների համակարգ է, որն ուղղորդում է զարգացման գործընթացը: Երկրորդ նշանակությունը կապված է անձի կողմից իր հիմնական պահանջումների բավարարման ձգտման, դրա արդյունքում առաջացած հոգեբանական պաշտպանվածության զգացման, կայունության, վստահության և ինքնությունության զգացումների հետ [4]: Այսօր գիտությունը և տեխնիկան բավականին զարգացած են ու կարող են լուծել գլոբալ և մասնավոր բազմաթիվ խնդիրներ, ստեղծել անվտանգ պայմաններ, որպեսզի մարդը կարողանա ինքնություն կազմակերպել իր կյանքն ու գործունեությունը՝ հնարավորինս զերծ մնալով արտաքին և ներքին սպառնալիքներից ու վտանգներից:

Հասարակության առաջնային խնդիրներից մեկը, որի լուծումը կարևոր նշանակություն ունի մարդու գոյության համար, նրա հոգեբանական առողջության պահպանումն է, քանի որ ներկա ժամանակաշրջանում հոգեկան և ֆիզիկական առողջության վրա բացասաբար ազդող բազմաթիվ գործոններ կան: Կամա, թե ակամա, մեր առօրյան լեցուն է տարբեր տիպի սպառնալիքներով (աղ-

մուկ, գերխտացված տեղեկատվություն, բջջային մակարդակի տեխնիկական ճառագայթումներ, աղետներ և պատահարներ, էկոլոգիապես ոչ մաքուր սնունդ, սոցիալական տարաբնույթ ներգործություններ և այլն), որոնք անմիջական ազդեցություն են ունենում մարդու հոգեկան առողջության, հոգեկան հավասարակշռության և խաղաղ սալբելակերպի վրա: Այս պարագայում հոգեբանական անվտանգության երևույթի վերլուծությունը ձևավորում է կարծիք, որ այն «*իմունային հասակադրող*» պես կոչված է դիմակայելու սթրեսածին միջավայրից բխող վտանգներին:

Հոգեբանական անվտանգություն հասկացությունը հաճախ ներկայացվում է նաև հոգեկան առողջություն և վտանգ հասկացությունների մեկնաբանությամբ: Այս դեպքում անձի հոգեբանական անվտանգությունը մի վիճակ է, երբ ապահովված է անձի հոգեկանի արդյունավետ զարգացումը. այն է՝ ներքին և արտաքին վտանգներն աղեկվատ ձևով արտացոլվում են նրա հոգեկանում՝ փոփոխության չենթարկելով հոգեկան գործընթացների ձևավորումը և դրսևորումները [4]: Հենց անվտանգություն բառը նշանակում է վտանգավոր գործոնների բացակայություն կամ դրանց նկատմամբ հուսալի պաշտպանություն [7, էջ 41-43]: «Հոգեբանական պաշտպանվածություն» հասկացությունը, որն իր մեկնաբանություններով շատ մոտ է հոգեբանական անվտանգությանը, սահմանվում է որպես գործողությունների օրինաչափություն՝ ուղղված ցանկացած արտաքին և ներքին փոփոխություններին, որոնք վտանգում են անհատի կենսահոգեկան ամբողջությունը և կայունությունը (Ժ. Լապլանշ, Ժ. Պոնտալիս): Վտանգավորությունը դիտվում է որպես տարբեր գործոնների առկայություն կամ ազդեցություն, որոնք կենսագործունեության մեջ և անձի կառույցում առաջացնում են ապաֆունկցիոնալություն և ապակառուցվածքայնություն՝ վտանգելով նրա զարգացման ներդաշնակությունը: Իսկ վտանգի առաջացումը կանխատեսելը բավականին բարդ է [12]:

Առողջությունը մարդու կենսագործունեության արդյունավետությունն ապահովող հիմնարար պայմանն է: Ժամանակակից գիտական սահմանումներում տարբեր մեկնաբանություններ են տրվում առողջությանը: Ըստ առողջապահության համաշխարհային կազմակերպության կանոնադրության՝ «առողջությունը ֆիզիկական, հոգեկան և սոցիալական լիարժեք բարեկեցության վիճակն է, այլ ոչ թե պարզապես հիվանդության կամ ֆիզիկական թերությունների բացակայությունը» [20]:

Մարդու առողջությունը բավականին բարդ սոցիալ-կենսաբանական կատեգորիա է, որի բնութագրման բազմաթիվ տարբերակներ են առաջադրվել, սակայն ամենաընդունելի և ամենաամբողջականը Համաշխարհային առողջապահության կազմակերպության (ՀԱԿ) բնութագրումն է. «Մարդու առողջությունը սոցիալ-կենսաբանական ու հոգեկան լրիվ բարօրության վիճակն է, երբ օրգանիզմի բոլոր օրգանների ու համակարգերի ֆունկցիաները բնակլիմայական ու սոցիալական միջավայրի հետ գտնվում են հավասարակշռված վիճակում, և երբ բացակայում են որևէ հիվանդություն, ախտաբանական վիճակ ու ֆիզիկական թերություն» [20]:

Մարդու առողջական վիճակը բնորոշվում է նրա ֆիզիոլոգիական համակարգերի ու օրգանների ֆունկցիայով՝ կապված տարիքային, սեռային ու հոգեբանական գործոնների և արտաքին միջավայրի բնակլիմայական ու սոցիալական պայմանների հետ:

Անհատի «բացարձակ առողջությունը», որպես իդեալական չափանիշ, իրական կյանքում անհնար է պատկերացնել, քանի որ օրգանիզմի կենսագործունեությունը բնութագրող կարևոր ցուցանիշների անհատական տատանումների շրջանակները բավականին լայն են: Այդ պատճառով բժշկության մեջ ավելի հաճախ կիրառվում է «գործնականորեն առողջ» հասկացությունը: Սա այն բնականոն վիճակն է, որի սահմաններից դուրս այս կամ այն տատանումն արդեն բնութագրվում է որպես «հիվանդություն» կամ «ախտաբանական վիճակ»: Թեկուզ առողջությունը դիտվում է

որպես հիվանդության հակադիր վիճակ, այնուամենայնիվ, այն չի կարող ունենալ հստակորեն ընդգծված սահմաններ, քանի որ օրգանիզմը շատ հաճախ կարող է գտնվել, այսպես կոչված, «անցումային» կամ «սահմանային» վիճակում: Այնպես որ «գործնականորեն առողջ» վիճակը լրիվ չի բացառում դեռևս անախտանշական կլինիկորեն չորստորված ախտաբանական վիճակների առկայությունը, որն էապես չի անդրադառնում մարդու ինքնագագոթողության ու աշխատունակության վրա:

Բժշկությունն առողջության պահպանման համար բազմաթիվ գործող համակարգեր ունի (հիվանդանոցներ, պոլիկլինիկաներ, առողջարաններ և այլն), որոնց միջոցով կազմակերպում է մարդու առողջ ապրելակերպի պայմանները, ինչպես նաև այս համակարգերը օգնում են մարդուն ձերբազատվել կամ կանխել գլուխ բարձրացրած հիվանդությունները: Հոգեբանության տեսանկյունից առանձնացնում են առողջության վերականգնմանը և առողջության պահպանմանն ուղղված վարք: Առողջության վերականգնմանն ուղղված վարքը մեկնաբանվում է որպես ցանկացած գործողություն, որը կապված է հիվանդության կանխարգելման, առողջության պահպանման ու բարելավման հետ: Այս տիպի վարքը ենթադրում է կամային և ոչ կամային ջանքերի օգտագործում, այսինքն՝ մտադրված բարելավվելու առողջությունը և որպես ուղղակի պահանջվող գործողության ձև: Որևէ հիվանդության ռիսկի նվազեցման համար մտադրված իրականացվող վարքն արդեն կոչվում է առողջությանն ուղղված վարք: Առողջության պահպանմանն ուղղված վարքաձևերը մեկնաբանվում են հոգեբանական այնպիսի գործոններով, ինչպիսիք են անձի համոզմունքները, դիրքորոշումները, դրապատճառային համակարգի առանձնահատկությունները, ինքնարդյունավետությունը, կյանքի որակի պահպանման գիտակցումը, առողջ ապրելակերպով առաջնորդվելը և այլն [2, 112 էջ]:

Քանի որ առողջության պահպանման վարքաձևերի կիրառությունը և առողջ կենսագործունեություն իրականացնելու կարևո-

րությունը մեծ են, ապա անհրաժեշտություն է առաջանում այս հիմնախնդիրն անդրադառնալ նաև հոգեբանական անվտանգության տեսանկյունից:

Տարբեր բնագավառների հետազոտությունները ցույց են տալիս, որ առողջությունն անձի այն կարևոր հատկությունն է, որը ներառում է կենսունակության ֆիզիկական, հոգեբանական և սոցիալական կողմերը: Այս իմաստով առողջությունը չափապանելն առաջնային վտանգ է հանդիսանում կենսագործունեության որակի համար: Տ. Ի. Կոլեսնիկովան, ընդհանրացնելով մի շարք հետազոտություններից ստացված արդյունքները, նշում է, որ առողջության վնասումը և հետևաբար դրանից բխող վտանգները բացասաբար են ներգործում անձի հոգեբանական չորս հիմնական կառույցների վրա՝ **շփում և հաղորդակցում, ինքնագնահատական, ինքնիրացում և վարք** [10, էջ 16-42]:

Առողջությունը բժշկական, սոցիալական, տնտեսական և իրավական հասկացություն է: Որոշ երկրներում (Ռուսաստան, Լեհաստան, Գերմանիա և այլն) առողջ ապրելը համարվում է սահմանադրությամբ ամրագրված իրավունք, իսկ առողջությանը չհետևելը դիտարկվում է որպես սոցիալական ստատուսի և կենսագործունեության որակի անկում:

Առողջությունը ապրելու, աշխատելու իրավունք է, հոգեֆիզիոլոգիական ներուժ է, որն ապահովում է անձի սոցիալական ակտիվությունը, ինքնաբավությունը [15, էջ 14]:

21-րդ դարում մարդու կյանքն այնքան է հազեցել էկոլոգիական, տեխնիկական, տեղեկատվական, հոգեբանական և սոցիալական տարրերով, որոնք ոչ միշտ են նպաստում մարդու ֆիզիկական, հոգեբանական և սոցիալական առողջ գոյությանը: Այս առումով կարող ենք ասել, որ ձևավորվել է համամարդկային խրնդիր՝ **Երկրի վրա «առողջ» պահպանել ամեն կենդանի գոյությունը**: Ելնելով այս սկզբունքից՝ գիտության գրեթե բոլոր բնագավառներն իրենց ենթակառույցներով (բժշկությունը, հոգեբանությունը, ֆիզիկան, բնագիտությունը, կենսաբանությունը և այլն)

միտված են կյանքի որակի պահպանմանն ու անվտանգության ապահովմանը:

Ի. Վ. Պետրովսկին, կարևորելով առողջության մեծ դերը մարդու կենսագործունեության արդյունավետության ապահովման մեջ, նշում է, որ յուրաքանչյուր անհատի առողջությամբ է պայմանավորված հասարակության առողջությունը, իսկ վերջինս ազգային անվտանգության երաշխիքն է [15, էջ 29]:

Հասարակության առողջությունը բնութագրվում է մի ամբողջ խումբ ցուցանիշներով, որոնք գուցակցված ու համալիր ներգործություն ունեն բնակչության առողջության վրա: Դրանք են ժողովրդագրական (*ծնելիություն, մահացություն, մանկական մահացություն*, կյանքի միջին տևողություն, *երկարակեցություն*), ֆիզիկական զարգացման, *հիվանդացության ու հաշմանդամության* ցուցանիշները: Այստեղ նկատի է առնվում, որ ժողովրդագրական ցուցանիշների մակարդակը որոշակիորեն կախված է կենսագործունեության այնպիսի պայմաններից, ինչպիսիք են *շրջակա միջավայրի (օդ, ջուր, հող)*, աշխատանքի (ուժգնություն, տևողություն, ռեալ աշխատակարգի չափ), կենցաղի (բնակարան, սննդի որակ և քանակ, հագուստ) պայմանները, բնակավայրի սանիտիզիկացիան վիճակը, *առողջապահության* մակարդակը և հանրամատչելիությունը:

Այս առումով կարող ենք նշել, որ հոգեբանական անվտանգությունը ազգային անվտանգության բնութագիրն է, որի կառույցում առկա է հասարակականը: Դա նշանակում է, որ սոցիալական բազմաթիվ ինստիտուտներ, այդ թվում՝ առողջապահական կազմակերպությունները, իրենց առջև նպատակ են դնում ապահովել և պահպանել մարդու կյանքի որակն ու առողջությունը [1]:

Դեռևս հին դարերից մեզ է հասել այն գաղափարը, ինչու չէ նաև փաստը, որ երբ մարդն ունենում է որոշակի անառողջություն, այն առաջին հերթին անդրադարձվում է ֆիզիկական մարմնում, հետո նաև հոգեկանում: Եվ իզուր չէ, որ հին ժամանակներից սկսած մարդը միշտ մտածել է իր մարմնի առողջության, մաքրու-

թյան և գեղեցկության պահպանման մասին՝ առաջնորդվելով «առողջ մարմնում առողջ հոգի» հայտնի սկզբունքով [9, էջ 83]: **Անվտանգության ապահովումը մարդու առաջնային պահանջմունքներից մեկն է. դա է գերծ պահել ֆիզիկական մարմինը վնասվածքներից, օրգանները՝ քայքայումից, հոգին՝ ապակողմնորոշումից:** Ուստի կարող ենք ասել, որ ապրելու իմաստն արտահայտվում է ոչ միայն մարդու գոյության, այլև այդ գոյության արդյունավետության և որակի ապահովման մեջ:

Առողջության՝ որպես մարդու գոյության կարևոր պայմանի հիմնախնդրին առանձնակի ուշադրություն է դարձրել Հ. Սելյեն: Նա, ուսումնասիրելով սթրեսի ծագման մեխանիզմները և դերը մարդու կյանքում կարևորում էր մարդու առողջ կենսագործունեության համար անհրաժեշտ չափավոր սթրեսը (էվսթրես), որը մարդու կյանքին յուրահատուկ «համուիոտ» է տալիս [3]: Վերլուծելով այս միտքը՝ կարող ենք նշել, որ անձի հոգեբանական անվտանգությունն անմիջականորեն կապված է անձի այն ռեսուրսների հետ, որոնցից են հարմարվողականությունը, սթրեսադիմացկունությունը, հուզական կայունությունը:

Այս առումով Հ. Սելյեն նշում է, որ կյանքի նպատակն է ինքնապահպանությունն ու բնածին ընդունակությունների և հակումների իրականացումը՝ նվազագույն վնասով և անհաջողություններով [3, էջ 95]:

Հոգեբանական գրականության մեջ առողջության և կյանքի որակի պահպանման հարցում կարևորվում են անձնային մի շարք բազային հատկություններ, որոնց շարքում առանձնանում են հուզական հավասարակշռվածությունն ու սթրեսակայունությունը: Այսպիսի որակների առկայությունը նշանակում է սեփական հուզական ոլորտի նկատմամբ բարձր ինքնավերահսկողության հնարավորություններ: Նման որակների տիրապետող անձն ունակ է իր կենսագործունեության բոլոր ոլորտներում հաղթահարելի դարձնել խոչընդոտները, դժվարությունները, միջանձնային

փոխհարաբերություններում պահպանել հավասարակշռված, հարգալից, կոնֆլիկտներից զերծ հարաբերություններ:

Սթրեսակայունությունը որոշվում է գործունեության և կյանքի տարբեր, անընդհատ փոփոխվող պայմանների նկատմամբ անձի հարմարողական հակազդումների կայունությամբ և հուսալիությամբ:

Մարդու կյանքը անընդհատ ենթարկվում է տարբեր արտակարգ ազդեցությունների, որոնց նկատմամբ մարդը դեռ համարժեք պաշտպանական համակարգ չի ձևավորել: Այդ երևույթը պետք է համարել օրինաչափ, քանի որ մարդը ի սկզբանե չի կարող ունենալ արդյունավետ պաշտպանական համակարգ: Այն ձևավորվում է կյանքի ընթացքում և միշտ չէ, որ հասնում է կատարելության:

Այն բոլոր իրադարձությունները, որոնք դուրս են մղում մեզ առօրյա հարաբերական հոգեկան կայունությունից, մենք անվանում ենք սթրեսային, ինչպես անվանել էր Հանս Սեյլեն:

Սթրեսային իրավիճակում հայտնված մարդկանց մոտ սոմատիկ փոփոխությունները դառնում են օրինաչափություն: Իրականում սթրեսի հետևանքները կարող են դրսևորվել շատ ավելի ուշ (հետսթրեսային խանգարումներ), իսկ սոմատիկ հիվանդությունները դառնում են սթրեսին ուղղված պատասխանի վերջին ձևը, որին ընդունակ է մարդու հոգեկանը:

Չարգացման երկարատև ընթացքում հոգեկանի տարբերակման հետևանքով առաջացած Ես-ը իր հետ բերում է հիվանդության անհրաժեշտություն: Մարդը չի կարող լինել գիտակից և լիարժեք առողջ: Երևի թե դա այն տուրքն է, որը մենք վճարում ենք գիտակցություն ձեռք բերելու դիմաց: Սթրեսային իրավիճակները ոչ թե առաջացնում են հոգեւոմատիկ խանգարումներ, այլ առաջին հերթին մերկացնում են անձի պաշտպանական համակարգի անկատարելությունը: Սակայն նշենք, որ մյուս կողմից հենց նման իրավիճակները կարող են հակառակ ազդեցություն ունենալ՝ ամրապնդելով օրգանիզմի դիմադրողականությունը: Թե

ինչ ազդեցություն կունենան սրբեսային իրավիճակները անձի վրա, մեծապես պայմանավորված է անձի անհատական պաշտպանական պաշարներով, և այստեղ չեն կարող լինել պատրաստի «ղեղատոմսեր»:

Անձի հոգեբանական անվտանգության յուրատիպ մեկնաբանություն տվել է հումանիստական հոգեբանության հիմնադիր Ա. Մասլոուն: Նա անվտանգությունը կենսաբանական պահանջմունքներից հետո համարում է անձի հիմնարար պահանջմունքներից մեկը, որի բավարարումը անձի հետագա զարգացման նախադրյալ է [13]:

Ներդաշնակ կամ առողջ հոգեկանի բնորոշումներից մեկը **կայունությունն** է: Այն սերտորեն կապված է դրդապատճառների և դիրքորոշումների մակարդակի, ինչպես նաև հիմնական պահանջմունքների բավարարման հետ: Պահանջմունքների հիերարխիայի ստորին մասում դրդապատճառները և դիրքորոշումները չեն գիտակցվում, միայն պայմանավորում են մարդու հուզական վերաբերմունքը [13]: Եթե անձի զարգացման առանցքն ավելի բարձր մակարդակի դրդապատճառներն են՝ կապված սեփական անճնային որակների և հատկությունների գնահատման հետ, ապա կայունությունը կարող է դառնալ գիտակցված, իսկ ինքնագնահատականը հանդես գա որպես ամբողջություն: Դիրքորոշումների ավելի բարձր մակարդակում «Ես-պատկերը» հանդես է գալիս որպես անձի արժեքային համակարգի կողմորոշիչ: Կյանքի լիարժեքության զգացողությունը անձի մոտ առաջանում է, երբ տեղի է ունենում ինքնաիրականացում, այսինքն՝ անձը մարմնավորում է իր իղեալները՝ օգտագործելով իր տաղանդը և ընդունակությունները, և ստիպված չէ ընդդեմ գնալ իր համոզմունքներին, իր արժեքների համակարգին, իր համար նշանակալի մտքերին: Իսկ արդեն առողջական խնդիրներով անձը շատ բան իր համար անհնարին է համարում՝ սահմանափակելով իրեն փոփոխվող իրականության մեջ, որի արդյունքում թուլանում են անձի հոգեբանական անվտանգությունը, նրա կայունությունն ու ապահովությունը:

Եվրոպական հոգեբանության մեջ (Է. Էրիքսոն, Է. Ֆրոմ, Ռ. Ասաջոլիի) «Ես-պատկերը» մեծամասամբ արտացոլում է սեփական անձի մասին պատկերացումները հուզականորեն, իսկ «Ես-կոնցեպցիան» իր մեջ ներառում է վերլուծությունների արդյունքներ, այսինքն՝ թե ինչպես է անձը գիտակցորեն գնահատում իր արարքները և հնարավորությունները, դրանց հետագա զարգացումը: Այս պարագայում անձի հոգեբանական անվտանգության կամ նրա պաշտպանվածության խնդիրներից կարևոր են դառնում դրական «Ես-կոնցեպցիայի» ձևավորումը և հաջողակ ինքնաիրականացման գործընթացը:

Առողջական խնդիրներ ունեցող անձի հոգեբանական անվտանգության ապահովման գործընթացում առանձնակի կարևորվում են նրա ներանձնային վիճակը, փոփոխությունները, որոնք առաջ են գալիս հիվանդության ընդունման և դրա դեմ պայքարի արդյունքում: Առողջական խնդիրներով (եթե անգամ դրանք լինում են քրոնիկ կամ ծանր, անբուժելի) մարդը փոխում է սեփական անձի և հնարավորությունների նկատմամբ դիրքորոշումները, որոնք ինչ-որ ժամանակահատվածում վերափոխվում են (թե՛ դրական, թե՛ բացասական) և հզոր ազդեցություն ունենում մարդու կենսագործունեության հետագա ընթացքի վրա: Հատկապես այն անձանց մոտ, ովքեր կյանքի հասուն տարիքում ձեռք են բերում հաշմանդամություն, ձևավորվում են անլիարժեքության և անօգնականության զգացումներ և կյանքի հանդեպ բացասական դիրքորոշումներ: Հոգեվիճակներում և զգացողություններում այսպիսի փոփոխությունները պայմանավորված են կենսագործունեության նոր պայմաններին և իրավիճակին հարմարվելու հետ [8]:

Այդպիսի իրավիճակ է, օրինակ, տեսողության կորուստը: Այս դեպքում կույր անձինք ապրում են մի շարք հոգեբանական ճգնաժամեր՝ կապված այն բանի գիտակցման հետ, որ սահմանափակվում են իրենց ակտիվության, գործունեության որոշ տեսակներ՝ առաջ բերելով ոչ միայն աշխատանքային, այլև կենցաղային գործողությունների և ինքնասպասարկման խոչընդոտներ:

Տ. Վ. Գալկինան, վերլուծելով Տ. Մասակոյի հետազոտությունները, նշում է, որ առողջական խնդիրներով անձանց մոտ սրվում են մասն առողջական հարաբերությունները, որտեղ փոփոխության է ենթարկվում առաջին հերթին անձի հարաբերությունների ամբողջական համակարգը, որի մեջ մտնում են.

1. վերաբերմունքը արտաքին աշխարհին, այլ մարդկանց և սեփական անձին,
2. վերաբերմունքը առողջական միջավայրին և հակառակ սեռին,
3. վերաբերմունքը կյանքի նպատակներին, անցյալին ու ապագային, կյանքի արժեքներին և իմաստին [6]:

Առողջությունը որպես անձի հոգեբանական անվտանգության ապահովման անհրաժեշտ գործոն խիստ կարևորվում է երեխաների կյանքում: Ըստ Համաշխարհային առողջապահական կազմակերպության (ՀԱԿ) հետազոտական տվյալների՝ վերջին տասնամյակում աճել է առողջական խնդիրներ ունեցող երեխաների թիվը: Դրանց պատճառները թաքնված են նրանց էկոլոգիական և տնտեսական, առողջական անկայունության մեջ, որոնց նպաստում են մասնավարժական և ընտանեկան անբարենպաստությունները: Այս ամենը հատկապես խոցելի է այն երեխաների համար, որոնց մոտ արդեն իսկ առկա են հոգեբանական կամ ֆիզիկական սահմանափակումներ [20]:

Առողջական խնդիրներ ունեցող երեխաների մոտ անձի հոգեբանական անվտանգության ուսումնասիրության նպատակով 2006-2012 թթ. ընթացքում իրականացրել ենք հետազոտություն տեսողության խնդիրներ ունեցող (կույր և թույլ տեսնող) դեռահասների շրջանում: Հետազոտությանը մասնակցել են Երևանի թիվ 14 տեսողության խնդիրներ ունեցող երեխաների հատուկ դպրոցի, Գավառի և Գյումրիի խնամքի և աջակցության կրթօջախների 10-15 տարեկան 100 աշակերտներ, որոնք սովորում են տարբեր (3-9-րդ) դասարաններում:

Աղյուսակ 1.

Անձի հոգեբանական անվտանգության ոլորտների գնահատման միջին ցուցանիշները հետազոտական խմբերում

Խմբեր	n	Ցուցանիշներ	Քաղաղրիչներ								
			Ընտանիք	Ռառն	Ընկերներ	Առողջություն	Տեղեկատվություն	Մարդու իրավունքներ	Հասարակություն	Էկոլոգիա	Մշակույթ
Կույր	26	m	2,6	2,2	2,3	2,3	2,2	2,2	2,2	2,2	2,2
		σ	0,9	0,5	0,8	0,7	0,5	0,8	0,5	0,8	0,5
Թույլ տեսնող	22	m	3,3	2,1	3,3	2,6	2,6	3,0	2,5	3,1	2,4
		σ	1,0	0,7	1,0	0,8	0,8	1,1	0,7	1,0	0,7
Տեսնող (ապահով)	32	m	3,5	2,3	3,3	3,0	3,1	2,8	2,8	2,1	3,3
		σ	1,2	0,8	1,1	0,9	0,9	1,2	0,7	1,3	0,7
Սոցիալապես անապահով	20	m	2,1	2,7	2,6	2,2	3,0	2,9	2,3	2,9	2,5
		σ	0,6	0,8	1,0	0,7	1,1	1,0	0,8	0,5	0,9

Ինչպես երևում է աղյուսակ 1-ից, ստացված արդյունքները ցույց են տալիս, որ անձի հոգեբանական անվտանգության ապահովման ոլորտներից ամենաբարձր ցուցանիշները գրանցվել են «ընտանիք» և «ընկերներ» բաղադրիչներից: Հաջորդ բաղադրիչներից կարևորվել են «տեղեկատվությունը», «առողջությունը» և «մարդու իրավունքը»: Սա խոսում է այն մասին, որ անձի հոգեբանական անվտանգության ապահովման առաջին քայլերն սկսվում են ընտանիքից և միջանձնային հարաբերություններից, որոնք էլ հենց համարվում են սոցիալ-հոգեբանական հարմարման գործընթացի գլխավոր տարրերը:

Աղյուսակ 2.

Անձի հոգեբանական անվտանգության գնահատման քեստի միջին արդյունքների T-ցուցանիշները սոցիալապես ապահով և անապահով դեռահասների խմբերում

Գործոններ	Խմբեր	N	Միջին	Ստանդ. շեղում	T	Հավաստիություն
Ընտանիք	Սոցիալապես անապահով	45	2,40	,856	4,608	0,000
	Սոցիալապես ապահով	55	3,31	1,078	4,714	0,000
Առողջություն	Սոցիալապես անապահով	45	2,09	,635	3,847	0,000
	Սոցիալապես ապահով	55	2,68	,854	3,960	0,000
Հասարակություն	Սոցիալապես անապահով	55	2,26	,659	2,615	0,010
	Սոցիալապես ապահով	45	2,61	,690	2,627	0,010
Մշակույթ	Սոցիալապես անապահով	55	2,42	,871	3,110	0,002
	Սոցիալապես ապահով	55	3,06	1,146	3,196	0,002
Էկոլոգիա	Սոցիալապես անապահով	45	2,47	,893	1,062	0,291
	Սոցիալապես ապահով	55	2,57	,763	1,019	0,311

$$P < 0,01, P < 0,05 \quad n=100$$

Անձի հոգեբանական անվտանգության գնահատման հարցում սոցիալապես անապահով և ապահով խմբերի միջին ցուցանիշների համեմատական վերլուծությունը ընտանիք և առողջություն ոլորտներում ցույց է տվել հավաստի տարբերությունը (տե՛ս աղյուսակ 2.): Այս առումով կարող ենք նշել, որ տեսողության խնդիրներով դեռահասների առողջական խնդիրները, ընտանիքից հեռու և հատուկ դպրոցում սոցիալական մեկուսացված պայմաններում ապրելը կենսագործունեության նշված ոլորտներում հոգեբանական անվտանգության ապահովման խոչընդոտներից են:

Անձի հոգեբանական անվտանգության բաղադրիչների հարաբերակցությունը դիտարկել ենք մեր կողմից ուսումնասիրված գործոնների հետ և դուրս ենք բերել հետևյալ կապերը: Ինչպես արդեն նշել ենք, հատուկ կրթօջախներն իրենց ազդեցությունն են ունենում դեռահասների լիարժեք զարգացման, հոգեբանական հարմարման և հասարակության մեջ ինտեգրման վրա: Այս մա-

սին հետազոտություններ կատարել են տարբեր հեղինակներ (Լանգմեյեր, Պրիխտման, Տոլստիխ և ուրիշներ): Մեր հետազոտության մեջ «դպրոցում մնալու» փոփոխականն ուժեղ կոռելյացիոն կապ ունի անձի անվտանգության հետևյալ բաղադրիչների հետ՝ ընտանիք ($r=0,282$), ուսում ($r=-0,409$), տեղեկատվություն ($r=0,313$) և էկոլոգիա ($r=-0,439$): Տեսողության խնդիրներով դեռահասների և մանկատան սաների համար դպրոցում մնալը իջեցնում է նրանց տեղեկատվության, ուսման և էկոլոգիայի անվտանգության գնահատումը և ապահովումը: Իսկ ընտանիքի հետ հարաբերությունները դառնում են օտարված, ողորվում լքվածության, ընկճվածության և ինքնապարփակվածության զգացումներով:

Առողջության ոլորտի հոգեբանական անվտանգության մեջ կարևոր դեր ունի նյարդահոգեկան կայունությունը (այս գործոնների միջև գրանցվել է ուժեղ բացասական կապ ($r=-0,273$)), որն իր հերթին հանդիսանում է հարմարման կարողությունների կարևոր բաղադրիչ:

Աղյուսակ 3.

Առողջության բաղադրիչների և անձի հոգեբանական հարմարման կարողությունների կապը ուսումնասիրվող գործոնների հետ

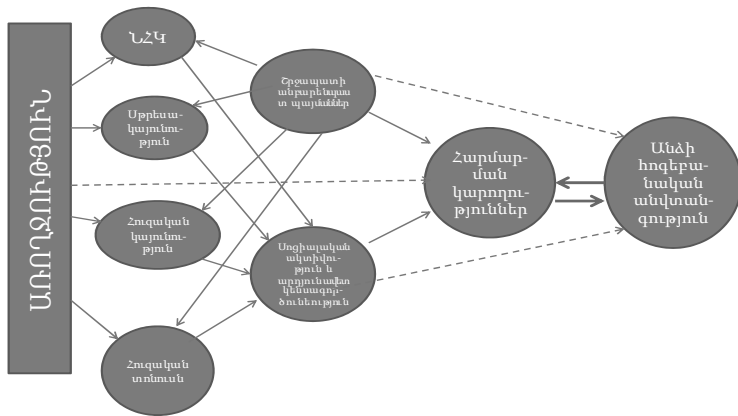
	Ինքնապարփակ.	Հուզական լարվածություն	Շրջապատի անբարեն. պայման.	Հարմարման կարողություն.	Հոգեկան ակտիվություն
Ինքնապարփակ.	1	0,358** 0,000	0,191 0,057	0,235* 0,018	0,064 0,528
Հուզական լարվածություն		1	0,008 0,933	0,021 0,838	-0,159 0,115
Շրջապատի անբարենպաստ պայմաններ			1	0,310** 0,002	0,315** 0,001
Հարմարման կարողություններ				1	0,098 0,332
Հոգեկան ակտիվություն					1

** $P < 0,01$, * $P < 0,05$ $n=100$

Ուսման և տեղեկատվության փոփոխականները թույլ բացասական կապով կոռելացվել են ներոտիկ ախտանշանների հետ:

Անձի հոգեբանական անվտանգության բաղադրիչներից գրեթե բոլորը ուժեղ դրական կապ են հաստատել տեսողության խնդրի հետ (տեսողության խնդիրը՝ ուսման ($r=0,292$), տեղեկատվության ($r=0,281$), հասարակության ($r=0,238$), էկոլոգիայի ($r=0,232$)): Վերլուծելով գործոնների միջև այս փոխկապակցվածությունը՝ կարող ենք համարձակորեն ասել, որ տեսողության խնդիրը, այնուամենայնիվ, իր ազդեցությունն է թողնում անձի հոգեբանական անվտանգության ապահովման գործընթացում, և տեսողության խնդիրներով դեռահասների հոգեբանական հարմարման գործընթացն ընթանում է բազմաթիվ դժվարություններով:

Անձի հոգեբանական անվտանգության ապահովման գործոններից կարևորվում են հուզական ոլորտի կայունությունը, հաղորդակցման հմտությունները և ինքնագնահատականը, որոնց ձևավորման վրա մեծ ազդեցություն ունեն կենսագործունեության պայմանները: Եվ այս գործընթացը տեսողության խնդիրներով դեռահասների շրջանում ընթանում է նրանց մոտ առկա սահմանափակ կարողությունների և կենսագործունեության պայմանների առանձնահատկություններով:



Գծապատկեր 1. Անձի հոգեբանական անվտանգության և առողջության բաղադրիչների միջև փոխհարաբերակցության կապերը

Ամփոփելով վերը նշված կարծիքները և մոտեցումները՝ կարող ենք ասել, որ անձի հոգեբանական անվտանգության ապահովությունը պայմանավորված է անձնային մի շարք գործոնների համարժեք ձևավորմամբ (նյարդահոգեկան կայունությունը, հուզականությունը, շփողականությունը, աղեկվատ ինքնագնահատականը, վարքի վերահսկողությունը և այլն) և այդ գործոնների ձևավորման հարցում մեծ նշանակություն ունեցող կենսագործունեության տարբեր ոլորտների (ընտանիք, դպրոց, հասարակական կառույցներ և այլն) բարենպաստ ազդեցությամբ:

ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

1. Անձի հոգեբանական անվտանգության հիմնախնդիրը. Կոլեկտիվ մենագրություն: Հեղ. **Ռ. Վ. Աղուզումյան, Ս. Ս. Ամիրյան, Վ. Ռ. Պապոյան և ուրիշներ**, Եր., ԵՊՀ հրատ., 2009, 164 էջ:
2. **Հակոբջանյան Ա. Ռ.**, Առողջության պահպանման ուղղված գործոնների ուսումնասիրման հարցի շուրջ, Տեսական և կիրառական

հոգեբանության արդի հիմնախնդիրները, IV միջազգային գիտաժողովի նյութեր, Էդիթ Պրինտ, Երևան, 2013, 455 էջ

3. **Մելիք Հ.**, Սրբեստանց դիսքրեսի, Երևան, 1983 թ.
4. **Бурлачук Л. Ф., Коржова Е. Ю.**, Психология жизненных ситуаций, Российское педагогическое агентство, М., 1998, 263 с.
5. **Бондырева С. К., Колесов Д. В.**, Выживание (факторы и механизмы), Учеб. пособ., изд. “МОДЭК”, 2007, 368 с.
6. **Галкина Т. В.**, Самооценка как процесс решения задач: системный подход, изд. «Институт психологии РАН», М., 2011, 399 с.
7. **Гражданкин А. И.**, Опасность и безопасность, /Безопасность труда в промышленности/ И 9, 2002, 41-43 с.
8. **Грановская Р. М., Никольская И. М.**, Защита личности, изд. “Знание”, 1999, 342 с.
9. **Гримак Л. П.**, Резервы человеческой психики, Политиздат, М., 1989, 319 с.
10. **Колесникова Т. И.**, Психологический мир личности и его безопасность, изд. ВЛАДОС – ПРЕСС, М., 2001, 176 с.
11. **Поведская Е. В., Масейра А. Д.** – Человек и новые информационные технологии, СПб., Речь, 2007, 320 с.
12. **Маликова Т. В., Михайлов Л. А., Соломин В. П., Шатровой О. В.**, Психологическая защита, СПб., Речь, 2008, 231 с.
13. **Маслоу А.**, Мотивация и личность, Питер, 2011, 352 с.
14. Обеспечение психологической безопасности в образовательном учреждении: практическое руководство под. ред. И. А. Баевой, СПб., Речь, 2006, 288 с.
15. **Пономоренко В. А.**, Размышления о здоровье, изд. МАГИСТР – ПРЕСС, М., 2001, 423 с.
16. **Ремшмидт Х.**, Психотерапия детей и подростков, “Мир” 2000, М., 656 с.
17. **Розум С. И.**, Психология социализации и социальной адаптации человека, СПб., Речь, 2007, 365 с.
18. Школа выживания. Обеспечение безопасности жизнедеятельности, Ростов-на-Дону, изд. “Феникс”, 1996, 636 с.
19. [www.mss.am //http://www.mss.am/home/links.php?id_link=324](http://www.mss.am/home/links.php?id_link=324)
20. World Health Organization. Constitution of the World Health Organization - Basic Documents, Forty-fifth edition, Supplement, October, 2006.

1.4. ԸՆԿԵՐՈՒԹՅՈՒՆԸ ՈՐՊԵՍ ԱՆՁԻ ՀՈԳԵՔԱՆԱԿԱՆ ԱՆՎՏԱՆԳՈՒԹՅԱՆ ԲԱՂԱԳՐԻԶ

Անձի հոգեբանական անվտանգությունը բարդ, ինտեգրատիվ հասկացություն է, որի բովանդակությունը դժվար է միանշանակ մեկնաբանել: Գոյություն ունեն այդ ֆենոմենի ուսումնասիրմանն ուղղված մի շարք մոտեցումներ, տեսակետներ, որոնք էլ ավելի են բարդացնում հետազոտության ռազմավարության ընտրությունը: Մենք ելնում ենք անձի հոգեբանական անվտանգության սահմանումից՝ որպես «ապրումակցման մակարդակում հոգեպես առողջ մարդու գիտակցում, որպես կյանքի կոնկրետ իրավիճակներում սեփական անձի մասին ցանկալի պատկերացումների և կենսատարածության շրջանակներում կարգավիճակի վերաբերյալ համապատասխանության անձնային իմաստավորում» [2, էջ 42]: Տվյալ ձևակերպման մեջ «անձը» հանդես է գալիս որպես հիմնարար, որով պայմանավորվում է նրա հոգեբանական անվտանգության ուսումնասիրման ուղղությունը: Հատուկ ուշադրություն ենք դարձնում մարդուն՝ որպես «միաժամանակ մի քանի աշխարհով ապրողի. ընտանիքի աշխարհ, էթնոսի աշխարհ, դասակարգի աշխարհ, բնության և հասարակության աշխարհ..., իսկ մարդու բնույթը հասկանալու բանալին թաքնված է ոչ թե հենց նրանում, ... այլ այդ տարբեր համակարգերում, որոնցում իրականացվում է նրա կյանքը» [4, էջ 81]: Ուստի հոգեբանական անվտանգության ապահովման համար մարդու կենսագործունեության ոլորտների նշանակալիության ուսումնասիրությունը խիստ արդիական է: Այդպիսիներից է շփման ոլորտը:

Շփման դերը մարդու կյանքում

Անձի կայացման, սոցիալական միջավայրում նրա հարմարման գործընթացում հսկայական դեր ունի շփումը, որն ընդունվում է անձի հոգեբանության գրեթե բոլոր գիտական ուղղությունների կողմից: Ուղղություններից շատերում առաջարկվում է շփումը դիտարկել որպես «մարդու անհատական գոյության ինքնություն և

յուրահատուկ ոլորտ, որը դիալեկտիկորեն կապված է նրա կենսագործունեության այլ ոլորտների հետ՝ որպես անհատների միջանձնային փոխազդեցության գործընթաց, սոցիալ-հոգեբանական երևույթների առաջացման և զարգացման պայման» [6, էջ 13]:

Հոգեբանական գրականության մեջ որոշ հեղինակներ անձի հոգեբանական անվտանգությունը պայմանավորում են մարդու՝ շփման հիմնական պահանջմունքները բավարարելու հնարավորությամբ, տվյալ հասարակության մեջ ընդունված նորմերին համապատասխանությամբ [12], իսկ մարդու հարաբերման ձևը այլ մարդկանց հետ դիտարկվում է որպես անձի հոգեկան առողջությունը որոշող գործոն [11]:

Մարդու կյանքում հատուկ տեղ է զբաղեցնում հեղինակավոր մարդկանց հետ շփումը, այսինքն՝ այն մարդկանց հետ, ովքեր կարող են ազդեցություն ունենալ տվյալ մարդու վրա, ում կարծիքը կարող է նշանակալի լինել և այլն:

Ընկերությունը որպես հոգեբանական երևույթ

Ընկերությունը կարելի է նկարագրել որպես միջանձնային հարաբերությունների մակարդակում մարդկանց միջև շփման յուրահատուկ տեսակ, որը հիմնված է ընտրողական կապվածության, փոխըմբռնման, հետաքրքրությունների ընդհանրության վրա և ենթադրում է շփման ընթացքում անձնային ինքնաբացահայտում, դրական ապրումների խորություն: Այս ամենն ապահովում է շփվողների հուզական հարմարավետության վիճակը և ժամանակի ընթացքում ձևավորվող փոխադարձ ընդունման ապրումակցային մակարդակը:

Հետաքրքիր է այն տեսակետը, ըստ որի՝ «անձնային զգացմունքները և հարաբերությունները երանգավորում են մարդու կյանքի բոլոր ոլորտները»՝ ներառյալ և՛ ինտիմ-անձնային, և՛ հասարակական, բայց «դրա հետ մեկտեղ հարաբերությունների ցանկացած ոլորտ չի կարելի հանգեցնել միայն զգացմունքների դրսևորմանը... Շփումը՝ որպես հարաբերությունների կառուցում,

մի կողմից ձևավորում է մարդկային գգացմունքներ, մյուս կողմից կարգավորում է մարդու վարքը, արարքները» [1, էջ 322]:

Գոյություն ունեն «ընկերություն» հասկացության տարբեր մեկնաբանություններ: Այսպես՝ Պլատոնովը դիտարկում է ընկերությունը որպես բարդ բարոյական գգացում: Ն. Օբոզովը նշում է, որ ընկերության համար առավել բնորոշ են բարձր ընտրողականությունը և հարաբերությունների երկարատևությունը: Այլ հեղինակներ շեշտում են ընկերության այնպիսի առանձնահատկություններ, ինչպիսիք են հավասարությունը, փոխօգնությունը, հաճույքը, վստահությունը, դիմացիմին ընդունելը, ինքնաբերականությունը (սպոնտանություն), հարգանքը, փոխըմբռնումը և մտերմությունը [7]: Հավանական է, որ հենց «ընկերություն» երևույթի մեջ է ամբողջապես բացահայտվում շփման՝ որպես երկխոսության էությունը, որպես միջանձնային հարաբերությունների կատարյալ նախագիծ, երբ «մարդու համար գոյություն ունենալը նույնացվում է նշանակում է լինել ուրիշի համար և ուրիշի հետ» [10, էջ 274]:

Ընկերությունը և անձի դրդապատճառապահանջմունքային ոլորտը

Համաձայն Ա. Մասլոուի տեսության՝ ընկերությունն ապահովում է մարդու անվտանգության, դիմացիմին ընդունելու և սիրված լինելու պահանջմունքների բավարարումը [15], իսկ Ջ. Գիլֆորդի համաձայն՝ ընկերությունը ապահովում է հարմարավետության, հաճելի շրջապատ ունենալու պահանջմունքների բավարարումը [4]:

Հետաքրքիր է մարդկային գլխավոր պահանջմունքների առանձնացման է. Ֆրոմի մոտեցումը՝ ըստ նշանակալիության աստիճանի. այսպես՝ առաջին տեղում շփումն է՝ անհատականությունների միջև կապերի պահանջմունքը [14]: Մարդկանց միջև ընկերական հարաբերությունների զարգացման հետ կապված է մարդու՝ «ուրիշների մեջ ինքնաճանաչման» և «ինքնաբացահայտման» պահանջմունքի բավարարումը [8]: Սակայն այստեղ

հարց է առաջանում ընկերական հարաբերությունների էության վերաբերյալ. չէ որ սահմանափակել դրանք միայն ինքնարտահայտմամբ, թերևս, այնքան էլ ճիշտ չէ, եթե հաշվի առնենք «ընկերություն» հասկացության իմաստային բազմազանությունը: Մեր կարծիքով՝ նպատակահարմար է «ընկերություն» հասկացությունը հարաբերակցել «անկեղծ շփման-հանդիպման», «մարդկային գոյության ինքնատրանսցենդենտություն» հասկացության հետ, որը մեկնաբանվում է որպես ձգտում դեպի իմաստը, դեպի այլ մարդը՝ անձնային մակարդակով, դեպի ռեֆերենտը [13]:

«Ընկերություն» հասկացությունը վերաբերում է բարձր բարոյական արժեքներին, որոնք բոլոր ժամանակներում սուղ են եղել, այդ պատճառով իրական ընկերությունը հազվադեպ հանդիպող երևույթ է: Բացի դրանից՝ ընկերության դրսևորման յուրահատկությունը հիմնականում պայմանավորված է մարդկանց տարիքային, սեռային, անհատական-տիպաբանական առանձնահատկություններով, և յուրաքանչյուր առանձին դեպքի համար այն անկրկնելի է:

Իրական ընկերությունը, և՛ ձևով, և՛ բովանդակությամբ լինելով շփման այնպիսի ձև, որն անձի ինքնակատարելագործմանը, նրա զարգացմանը, հոգևոր և բարոյական որակների կայացմանը նպաստող գործոն է, նույնպես անձի ինքնիրացման միջոց է միջանձնային շփման մեջ:

Մենք առաջարկում ենք դիտարկել իրական ընկերությունը՝ որպես անձի ինքնիրացման նվաճում միջանձնային շփման մեջ, միջանձնային հարաբերությունների որակական առաջընթաց՝ մինչև զարգացման գագաթնակետը:

Ընկերական շփման գործառույթների հոգեբանական կողմը

«Ընկերություն» երևույթի ուսումնասիրումը, ինչպես և ցանկացած հոգեբանական երևույթինը, կապված է մարդու համար նրա գործառութային նշանակության հասկացման հետ [16]: Սոցիալական հոգեբանության մեջ դասակարգման ամենաընդունված հիմնավորումներից մեկը շփման երեք փոխկապակցված

կողմերի կամ բնութագրերի առանձնացումն է՝ տեղեկատվական, ինտերակտիվ և պերցեպտիվ [3]: Այդ բնութագրերի հիման վրա տարբերում են շփման երեք գործառույթ՝ տեղեկատվական-հաղորդակցական, կարգավորիչ-հաղորդակցական, աֆֆեկտիվ-հաղորդակցական:

Այս առումով հուզական հարմարավետության ապահովումը ընկերական շփման ամենակարևոր գործառույթներից է, իսկ մարդու համար հոգեբանական անվտանգության տեսանկյունից այդ գործառույթի նշանակությունը հաստատվում է անվտանգության մասին ունեցած պատկերացումներով՝ որպես «մարդու կողմից հոգեբանական բարեկեցության ապրում» [9, էջ 9]:

Անվտանգության և հուսալիության զգացումի ապահովումը, դիտարկելով ընկերոջ կողմից աջակցություն ստանալու, կարելի է համարել ընկերական շփման ևս մեկ գործառույթ, եթե մարդու մոտ ընկերական զգացումների դրսևորման ներքին արգելքներ չեն բացահայտվում:

Այսպիսով՝ հենց ընկերական շփումը, ելնելով այս երևույթի բազմաթիվ մեկնաբանումներից, ապահովում է մարդու հարմարավետությունը, հոգեկան առողջությունը և անձնային մակարդակում մի շարք պահանջմունքների բավարարումը: Այս ամենը մատնանշում է ընկերական շփման և մարդու կողմից հոգեբանական անվտանգության անմիջական կապը:

ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

1. **Абульханова-Славская К. А.**, Личность в процессе деятельности и общения, с. 299-328 // Райгородский Д. Я. Психология личности, Т. 2, Хрестоматия, изд. дом “Бахрах-М”, Самара, 2008, 544 с.
2. **Агузумян Р. В., Мурадян Е. Б.**, Психологические аспекты безопасности личности // Вестник практической психологии образования, N2 (19), 2009, с. 40-44.

3. **Андреева Г. М.**, Социальная психология, Аспект Пресс, М., 2009, 363 с.
4. **Асмолов А. Г.**, Психология личности: культурно-историческое понимание развития человека, Смысл, изд. центр “Академия”, М., 2007, 528 с.
5. **Викторов А. Ш.**, Введение в социологию безопасности. Курс лекций, “Канон” РООИ “Реабилитация”, М., 2008, 568 с.
6. **Горянина В. А.**, Психология общения: Учеб.пособие для студ. высш. учеб. заведений- 2-е изд., стереотип, издательский центр “Академия”, М., 2004, 416 с.
7. **Ильин Е. П.**, Психология общения и межличностных отношений, СПб., Питер, 2011, 576 с.
8. **Кон И. С.**, Психология юношеского возраста: (Проблемы формирования личности). Учеб. пособие для ст., Просвещение, М., 1979, 175 с.
9. Проблемы психологической безопасности/Отв.ред. А. Л. Журавлев, Н. В. Тарабрина, изд. “Институт психологии РАН”, М., 2012, 440 с.
10. Психологические исследования духовно-нравственных проблем /Отв. ред. А. Л. Журавлев, А. В. Юревич, изд. “Институт психологии РАН”, М., 2011, 480 с.
11. Психология личности. Учебное пособие/под ред. проф. П. Н. Ермакова, проф. В. А. Лабунской, Эксмо, М., 2007, 653 с.
12. **Самохвалова А. Г.**, Деловое общение: секреты эффективных коммуникаций: учебное пособие, 2-е изд., перераб. и доп., СПб., Речь, 2012, 333 с.
13. **Франкл В.**, Человек в поисках смысла; Сборник: Пер. с англ. и нем. /Общ. ред. Л. Я. Гозмана и Д. А. Леонтьева, Прогресс, М., 1990, 368 с.
14. **Фромм Э.**, Здоровое общество / Фромм Э. Мужчина и женщина, М., 1998.
15. **Хьелл Л., Зиглер Д.**, Теории личности, СПб., Питер, 2007, 608 с.
16. **Шадриков В. Д.**, Мир внутренней жизни человека, Университетская книга, Логос, М., 2006, 392 с.

1.5. ՀՈԳԵՔԱՆԱԿԱՆ ԱՆՎՏԱՆԳՈՒԹՅՈՒՆԸ ԵՎ ԳՈՐԾՈՒՆԵՈՒԹՅԱՆ ԱՐԳՅՈՒՆԱՎԵՏՈՒԹՅՈՒՆԸ

Անձի հոգեբանական անվտանգության հիմնախնդիրը հոգեբանության գիտության մեջ շարունակում է արդիական մնալ: Ուսումնասիրությունները բազմաբնույթ են և ներառում են մարդու կյանքի ու գործունեության ամենատարբեր ոլորտները: Հոգեբանական անվտանգությունը մասնագիտական գործունեության մեջ հետազոտման նյութ է եղել սկսած 1960-ական թվականներից, սակայն այսօր այն դարձել է ինչպես տեսական, այնպես էլ գործնական առումով նշանակալի երևույթ, որը պայմանավորված է կազմակերպություններում նորամուծությունների և ուսուցման պահանջի, նաև թիմային աշխատանքի աճով [14]:

Հոգեբանական անվտանգությունը մեկնաբանվում է որպես մարդու ընկալումն այն հետևանքների, որոնք հնարավոր են աշխատավայրում միջանձնային ռիսկերի գնալու պարագայում [12]:

Մասնավորապես անդրադառնալով հոգեբանական անվտանգությանը աշխատավայրում և մասնագիտական գործունեության մեջ՝ հարկ է նշել, որ անվտանգությունը պայանավորված չէ միայն տեխնիկական կանոնների պահպանման հանգամանքով [1]: Շատ մեծ կարևորություն ունի հոգեբանական անվտանգության զգացողության պահպանման համար սոցիալ-հոգեբանական մթնոլորտը խմբի մեջ:

Արդի գործարար միջավայրում աշխատանքի հիմնական մասը հիմնված է համագործակցության վրա: Աշխատավայրում արդյունքի հասնելու համար անհրաժեշտ է, որպեսզի մարդիկ կարողանան աշխատել միասին արդյունավետ կերպով՝ անկախ գործունեության ոլորտից: Ուսումնասիրություններն ուղղված են հոգեբանական անվտանգության կարևոր դերի բացահայտմանը, որը հանդիսանում է մարդկանց համագործակցության համատեղ արդյունքի հասնելու գործոն [12, 13]: Կարևոր նշանակություն է տրվում այն հետազոտություններին, որոնք ուղղված են հասկա-

նալու, թե ինչպես է հոգեբանական անվտանգությունը խթանում գաղափարների և գործողությունների պատրաստական մերդրումը՝ ընդհանուր գործունեության համատեքստում: Օրինակ՝ հոգեբանական անվտանգությունը օգնում է բացատրել՝ ինչու են աշխատողները միմյանց հետ տեղեկատվություն և գիտելիք կիսում [9, 21], հանդես գալիս կազմակերպության բարելավմանն ուղղված առաջարկներով [10, 18] նախաձեռնություն ցուցաբերում նոր արտադրանքի և ծառայությունների զարգացման հարցում [2]:

Բազմաթիվ ուսումնասիրություններ ցույց են տվել, որ հոգեբանական անվտանգությունը հնարավոր է դարձնում ուսուցումը թիմերի և կազմակերպությունների համար [4, 6, 8, 12, 22]: Ուսուցումը կարող է դիտարկվել որպես թիմային աշխատանք, որն ընթանում է անդամների միջև դիմամիկ վարքային փոխակերպումներով և փոխազդումներով: Աշխատանքի արդյունավետության բարձրացման գործում մեծ կարևորություն ունի ուսուցողական վարքային դրսևորումների դերը: Կարմելիի և այլոց հետազոտությունն ուղղված է բացահայտելու, թե ինչպես է աշխատակազմի անդամների փոխհարաբերությունների որակը նպաստում ուսուցողական վարքի իրականացմանը տարբեր կազմակերպություններում [7]:

Աշխատավայրում հոգեբանական անվտանգության գործոնի առկայությունը հնարավորություն է տալիս աշխատողներին ներդրումներ կատարել առանց մյուսների կողմից ճնշումների ենթարկվելու մտավախության, ինչպես, օրինակ, համարվել ոչ կուսակետեմտ, սխալվելու դեպքում ծաղրի առարկա դառնալ և այլն [12, 13, 5]: Աշխատողները խրախուսվում են հնարավոր ռիսկերի դիմելու համար, որն իր հերթին նոր գիտելիքի ձեռքբերման խթան է հանդիսանում: Երբ մարդիկ աշխատավայրում իրենց հոգեբանորեն ապահով են զգում, ուսուցողական վարքի և դրական փոփոխությունների հավանականությունը աճում է: Հեղինակներ Կարկը և Քարմելին ենթադրում են, որ հոգեբանական անվտանգությունը կարող է հանդես գալ որպես մարդկանց ստեղծագոր-

ծական վարքի, կենսունակության զգացողության և մտածողության ապահով խթան [17]:

Հոգեբանական անվտանգության դերը էական նշանակություն ունի աշխատանքային մթնոլորտի ձևավորման գործում: Ըստ է. Էդմոնդսոնի՝ ապահով մթնոլորտը հնարավորություն է տալիս աշխատողներին առանց մտավախության ազատ արտահայտվել նույնիսկ սխալներ թույլ տալու դեպքում: Այս երևույթը կարող է դիտարկվել ի օգուտ աշխատակցի, ով փորձում է դրական ներդրում ունենալ կազմակերպության մեջ [13]:

Աշխատավայրում հոգեբանական անվտանգության դերը դիտարկվում է ոչ միայն աշխատողների վարքի դրսևորումների տեսանկյունից, այլև մեծ կարևորություն է տրվում լիդերի դերին, ղեկավարման որոշակի առանձնահատկություններին, որոնցից են բարյացակամ լինելու և կառավարելու ձիրքը, որոնք կոռելացվում են խմբի անվտանգության հետ [24]: Այս խնդրին անդրադարձ է կատարել նաև Ֆոգելգեզանգը՝ նշելով, որ հոգեբանական ապահով զգացողության համար անհրաժեշտ պայման է վստահությունը լիդերի և թիմի անդամների միջև, նաև այն, թե ինչպես է լիդերի դիրքորոշման թափանցիկ լինելը ազդում համախոհների հոգեբանական անվտանգության և դերային պարտականությունների վրա, ինչն էլ իր հերթին ենթադրում է թափանցիկ և խոցելի հարաբերություններ [23]: Այս դեպքում փոխազդեցությունները բնութագրվում են տեղեկատվությունը փոխանակելով, հետադարձ կապն ապահովելով (feedback), նույն հարթության վրա դնելով խոսքը և որոշումները: Թափանցիկության մեջ ենթադրվում է նաև զգացմունքների, արժեքների և մտքերի փոխանակում [20]: Այն ղեկավարները, ովքեր թափանցիկ վարք են ցուցաբերում, ստեղծում են հոգեբանական անվտանգության այնպիսի մթնոլորտ, որը նպաստում է աշխատակիցների մասնակից որոշման կայացման գործընթացին լինելուն: Հետևաբար, մեծանում է վստահությունը ղեկավարի հանդեպ, նաև մեծանում է աշխատողների ներգրավվածությունը աշխատանքին: Սա աշխատակիցներին մոտիվաց-

մելու լավագույն տարբերակներից մեկն է: Վստահությունը աճում է, երբ ղեկավարները ևս ցույց են տալիս իրենց խոցելիությունը մյուսներին, ինչը նպաստում է ղեկավարի և աշխատակիցների փոխադարձ հարգանքին, արժևորմանը:

Դիկսը և Սկարլիցկին հոգեբանական անվտանգությունը նկարագրում են որպես աշխատակցի համար հատուկ վիճակ, որն իր մեջ ներառում է լիդերի վարքի և դրական սպասումների միատույններ [11]: Բարձրակարգ ղեկավար-ենթակա հարաբերությունները քաջալերում են գիտելիքների ձեռքբերումները և նպատակներին հասնելը աշխատավայրում: Տեղեկատվության առողջ փոխանակումը հանգեցնում է խնդրի լուծման նոր ուղիների որոնմանը և աշխատանքային գործընթացի բարելավմանը: Այն պարագայում, երբ անձնակազմը փոխանակվում է աշխատանքային նպատակներով ու գիտելիքներով, և երբ բոլորն իրազեկված են յուրաքանչյուրի պարտականությունների ու դերերի, դրանց փոխկապակցվածության մասին, ծագում է միասնական պատասխանատվության զգացում: Այսպիսով՝ նվազում է միմյանց մեղադրելու միտումը սխալ գործելու դեպքում, և հակառակ դրան՝ սխալները դիտարկվում են որպես սովորելու հնարավորություն [8]:

Հոգեբանորեն անվտանգ աշխատանքային միջավայրը աշխատակիցներին հնարավորություն է տալիս թուլացնել իրենց պաշտպանական մեխանիզմները և ակտիվացնել ստեղծագործական կարողությունները: Լիդերներն ստեղծում են այդ ապահով միջավայրը, որն իր հերթին նպաստում է ֆիզիկական ապահովությանը: Ի հակադրումն վերը նշվածի՝ անցանկալի, հոգեբանական անապահով պայմանները խոցելի են դարձնում ֆիզիկապես անվտանգ լինելու հանգամանքը: Այս փոխկապակցվածությունն ուսումնասիրվել է մասնավորապես բժշկական կենտրոններում Ինգրիդ Նեմբարդի և Էմի Էդմոնդսոնի կողմից: Նրանց աշխատանքում ներկայացված են այն գործոնները, որոնք օժանդակում են աշխատանքի որակի բարձրացմանը, երբ առկա են ղեկավարի ներգրավվածությունը աշխատակազմի գործունեության մեջ

և նրա ճիշտ դիրքը թիմում, որոնք և հոգեբանական անվտանգության նախապայման են հանդիսանում [19]:

Բացահայտված է, որ լիդերի վարքը ազդում է թիմի ներքին դինամիկայի վրա՝ մասնավորապես ազդելով թիմի մթնոլորտի և ուսուցողական կողմնորոշման վրա (learning orientation): Թիմի անդամները հիմնականում իրենց վարքը (highely attuned) հարմարեցնում են իրենց ղեկավարի վարքին և քննարկման են ենթարկում վերջինիս գործողությունները՝ տեղեկատվություն ստանալու համար, ինչպես, օրինակ, ինչ սպասելիքներ կարելի է ունենալ, և ինչն է ընդունելի թիմի համար [16]: Եթե ղեկավարը ընդունում է ավտորիտար, ոչ աջակցող կամ պաշտպանողական դիրք, ապա հավանական է, որ թիմի անդամները չեն կարողանում անկաշկանդ, ազատ արտահայտվել, ինչպես նաև ճիշտ հակառակը, եթե ղեկավարը դեմոկրատ է, աջակցող, ողջունում է հարցադրումները և մարտահրավերները, ապա աշխատակիցները հոգեբանական ապահով զգացողություն կունենան թիմի ներսում և կհամագործակցեն միմյանց հետ: Այն լիդերները, ովքեր ուզում են ստեղծել հոգեբանորեն անվտանգ միջավայր, պետք է պատրաստ լինեն բարձրաձայնել իրենց սխալները անձնակազմի առջև, որպեսզի օժանդակեն կազմակերպության ուսուցողական գործընթացին: Ինչպես լիդերները, այնպես էլ անձնակազմը պետք է լավատեղյակ լինի միմյանց կարիքների, մտահոգությունների և սպասումների մասին [7, 8]: Ղեկավարի և անձնակազմի կողմից ստեղծված համապատասխան հոգեբանական անվտանգության մթնոլորտի առկայությունը, որպես արդյունք, ունենում է դրական ազդեցություն ֆիզիկական անվտանգության ապահովման համար [15]: Աշխատավայրում մարդկային գործոնով պայմանավորված թերությունների, վթարների և դժբախտ պատահարների առկայությունը կարևոր խնդիր է հոգեբանների շրջանում և արժանի է ավելի մանրամասն ուշադրության աշխատավայրում հոգեբանական անվտանգության ապահովման համար:

Անվտանգության հոգեբանությունն ունի թե՛ տեսական և թե՛ մեթոդաբանական հիմքեր, որոնք կարող են օգնել հասկանալու վնասների պատճառները և դրանց կանխարգելման ձևերը: Վերլուծելով ինչպես այն վարքը, որը հանգեցնում է պատահարների առաջացմանը, այնպես էլ այն վարքը, որը կարող է կանխել և կառավարել դրանք, ակնհայտ է, որ աշխատավայրում տեղի ունեցող վթարները կապված են թույլ աշխատող-ղեկավար համագործակցության, ապահով կառավարման համակարգի թերությունների, սակավ գիտելիքների և սոցիալ-հոգեբանական պատրաստվածության դրդապատճառների վրա հիմնված փոխհատուցող համակարգերի բացակայության հետ [3]:

Անդրադառնալով արդի հասարակության կառույցներին չենք կարող անտեսել վիրտուալ հասարակությունների առկայության փաստը և նրանց դերը բիզնեսի, կրթության և այլ կարևոր ոլորտներում: Ներկայում վիրտուալ հասարակության մեծագույն մարտահրավերներից են գիտելիքի հասանելիությունը և մատչելիությունը, որոնք հիմնականում ստեղծվում են գիտելիքի փոխանակման վարքի հիման վրա: Անդրադարձ անելով թեմային՝ Հոնկոնգի համալսարանի գիտնականները նշում են, որ վիրտուալ համայնքներին բավականին մեծ ուշադրություն դարձնելու և դրանք տարբեր տեսանկյուններից դիտարկելու հետ մեկտեղ հաճախ անտեսվում է հոգեբանական անվտանգության կարևորությունը ամբողջ գործընթացի մեջ: Նրանք փորձում են լրացնել այդ բացը՝ ուսումնասիրելով հոգեբանական անվտանգության անհրաժեշտությունը անհատների մոտ գիտելիքների փոխանակման մտադրության նպատակով: Նաև առանձնացնում են վստահության և ինքնագիտակցության գործոնները՝ որպես հոգեբանական անվտանգության նախապայմաններ: Փորձարարական հետազոտությունը կատարվել է երկու մեծ համալսարանների վիրտուալ հասարակությունների շրջանում, և արդյունքները հաստատել են, որ հոգեբանական անվտանգությունը դրական է ազդում գիտելիքների փոխանակման մտադրության վրա [25]:

Ամփոփելով արտասահմանյան հետազոտողների տեսակետները և մոտեցումները՝ ուղղված աշխատավայրում և մասնագիտական գործունեության մեջ հոգեբանական անվտանգության առկայության հիմնահարցին, կարող ենք եզրակացնել, որ հոգեբանական անվտանգությունն ապահովող գործոնները բազմաթիվ են և բազմաբովանդակ: Արժևորելով այս գործոններից յուրաքանչյուրը՝ հարկ է նշել, որ հոգեբանական անվտանգության առկայությունը աշխատավայրում այն կարևոր խթանն է, որն անհրաժեշտ է արդյունավետ գործունեության համար:

ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

1. **Харламенкова Н. Е.**, Личностная безопасность и стратегии ее достижения, “Проблемы психологической безопасности”, изд. “Институт психологии РАН”, Москва, 2012, с. 133-159.
2. Baer M. & Frese M. 2003. Innovation is not enough: climates for initiative and psychological safety, process innovations, and firm performance. J. Organ. Behav. 24 (1): p. 45-68.
3. Barling Julian and Michael R. Frone 2003: Journal of The Psychology of Workplace Safety.
4. Bunderson J. S., Boumgarden P., 2010, Structure and learning in self-managed teams: why “bureaucratic” teams can be better learners. Organ. Sci. 21: 609, p. 24.
5. Cannon Mark D. & Edmondson Amy C., “Failing to learn and learning to fail (intelligently): How great organizations put failure to work to improve and innovate” Long Range Planning 38 (2005), p. 299-319.
6. Carmeli A., 2007, Social capital, psychological safety and learning behaviors from failure in organizations. Long Range Plan. 40(1): p. 30-44.
7. Carmeli A., Brueller D., Dutton J. E., 2009, Learning behaviors in the workplace: the role of high-quality interpersonal relationships and psychological safety. Syst. Res. Behav. Sci. 26: p. 81-98.
8. Carmeli A., Gittell J. H., 2009, High-quality relationships, psychological safety, and learning from failures in work organizations. J. Organ. Behav. 30(6): p. 709-729.

9. Collins C. J., Smith K. G., 2006, Knowledge exchange and combination: the role of human resource practices in the performance of high-technology firms. *Acad. Manag. J.* 49 (3): p. 544-60.
10. Deret J. R., Burris E. R., 2007, Leadership behavior and employee voice: Is the door really open? *Acad. Manag. Journal* 50 (4): p. 869-84.
11. Dirks K. T. and D. P., Skarlicki, 2004, Trust in leaders: Existing research and emerging issues. In *Trust and Distrust in Organizations: Dilemmas and Approaches*, eds. R.M. Kramer and K.S. Cook, pp. 21–40. New York: Russell Sage Foundation.
12. Edmondson A. C., 1999, Psychological safety and learning behavior in work teams. *Administrative Science Quarterly*, 44(2): p. 350–383. Ithaca, N.Y.: Johnson at Cornell University.
13. Edmondson A. C., 2004, Psychological Safety, trust, and learning in organizations: A group-level lens. In *Trust and Distrust in Organizations: Dilemmas and approaches*, eds. R. M. Kramer and K. S.
14. Edmondson A., Lei Zhike, 2014, Psychological Safety: The History, Renaissance, and Future of an Interpersonal Construct. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*, 1: p. 23-43
15. Eggers, John T., Psychological Safety Influences Relationship Behavior February 2011, *Corrections Today*; Vol. 73 Issue 1, p. 60
16. Kahn, W. A., 1990, Psychological conditions of personal engagement at work. *Academy of Management Journal*, 33: p. 692–724.
17. Kark R. and A. Carmeli, 2009, Alive and creating: the mediating role of vitality and aliveness in the relationship between psychological safety and creative work involvement. *Journal of Organizational Behavior*, 30: p. 785–804.
18. Liang J., Farh C. I. C., Farh J. L., 2012, Psychological antecedents of promotive and prohibitive voice: a two-wave examination. *Acad. Manag. J.* 55: p. 71-92.
19. Nembhard Ingrid M. & Edmondson Amy C. Making it safe: The effects of leader inclusiveness and professional status on psychological safety and improvement efforts in health care teams. *Journal of Organizational Behaviour J. Organiz. Behav.* 27, 941–966 (2006).
20. Rousseau D. M., S. B. Sitkin, R. S. Burt and C. Camerer, 1998, Not so different after all: A cross-discipline view of trust. *Academy of*

- Management Review, 23: p. 393–404. Briarcliff Manor, N. Y: Academy of Management.
21. Siemsen E., Roth A, V., Balasubramanian S., Anand G., 2009, The influence of psychological safety and confidence in knowledge on employee knowledge sharing. *Manuf. Serv. Oper. Manag.* 11 (3): p. 429-447.
 22. Tucker A. L., Nembhard I. M., Edmondson A. C., 2007, Implementing new practices: an empirical study of organizational learning in hospital intensive care units. *Manag. Sci.* 53(6): p. 894-907.
 23. Vogelgesang G. R., 2007, How leader interactional transparency can impact follower psychological safety and role engagement. Unpublished doctoral dissertation, University of Nebraska.
 24. Walumbwa Fred O., Schaubroeck, John Leader personality traits and employee voice behavior: Mediating roles of ethical leadership and work group psychological safety. *Journal of Applied Psychology*, Vol 94(5), Sep 2009, 1275-1286.
 25. Zhang Yixiang, Fang Yulin, Wei Kwok-Kee, Chen Hauping 2010: *International Journal of Information Management*, vo 1.30, issue 5, October 2010, p. 425-436.

ԲԱԺԻՆ 2

ԳՈՐԾՈՒՆԵՈՒԹՅՈՒՆ ԵՎ ԱՆՁԻ ՀՈԳԵՔԱՆԱԿԱՆ ԱՆՎՏԱՆԳՈՒԹՅՈՒՆ

2.1. ՄԱՄՆԱԳԻՏԱԿԱՆ ԳՈՐԾՈՒՆԵՈՒԹՅԱՆ ՅՈՒՐԱՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ ԱՆՁԻ ՀՈԳԵՔԱՆԱԿԱՆ ԱՆՎՏԱՆԳՈՒԹՅԱՆ ՏԵՍԱՆԿՅՈՒՆԻՑ

Ժամանակակից հասարակության համար հոգեբանական անվտանգության հիմնահարցի արդիականությունը պայմանավորված է անձի, միջավայրի և հասարակության անվտանգության պահպանման մակարդակներով: Առանձնակի հետաքրքրություն է ներկայացնում հոգեբանական անվտանգության հետազոտումն անձնային և մասնագիտական մակարդակներում, որտեղ կարևորում ենք բավարարվածությունը կյանքից, վստահությունը ապագայի հանդեպ, հետաքրքրությունները, պաշտպանվածությունը, դրդապատճառային ոլորտի առանձնահատկությունները [2]:

Գիտատեխնիկական գործընթացը ոչ միայն նպաստում է ժամանակակից հասարակության սոցիալ-տնտեսական ձեռքբերումներին, այլև ուղեկցվում է մի շարք մասնագիտությունների ներկայացուցիչների գործունեության մեջ որոշակի բարդությունների, լարվածության, պատասխանատվության, վնասակարության և վտանգի աճով: Սա պայմանավորված է նախ և առաջ աշխատանքի հագեցվածությամբ և արտակարգ իրավիճակների առկայությամբ, մարդու հոգեկան և ֆիզիոլոգիական վիճակի նկատմամբ մասնագիտական պահանջների բարձրացմամբ: Գործունեության մեջ ի հայտ եկող դժվարությունները կարող են պայմանավորված լինել նաև մարդու՝ որպես աշխատանքի սուբյեկտի հոգեկանի և օրգանիզմի ֆունկցիոնալությամբ, հնարավորությունների առանձնահատկություններով ու հնարավորություններով:

Վերը նշվածից ելնելով՝ առանձնահատուկ կարևորվում և արդիական է դառնում անձի հոգեբանական անվտանգության հիմնախնդիրը գործունեության մեջ: Հոգեբանական անվտանգությունը մասնագիտական գործունեության մեջ պայմանավորված չէ զուտ տեխնիկական կանոնների պահպանման հանգամանքով [5]: Հոգեբանական անվտանգության զգացողության պահպանման համար նշանակալի է աշխատանքային խմբում ձևավորվող սոցիալ-հոգեբանական մթնոլորտը, որը պայմանավորված է ղեկավարի որոշակի լիդերային հատկանիշներով և անվտանգության հետ փոխկապակցվող այլ որակներով, օրինակ՝ բարյացակամություն, կառավարելու ձիրք, հավակնություններ և այլն [13]:

Մասնագիտական կայացման ուղին ամփոփվում է ոչ միայն անձի զարգացման և նրա՝ որպես գործունեության սուբյեկտ դառնալու մեջ, այլև ժամանակի ընթացքում պարբերաբար փոփոխվող գործունեության բնույթի մեջ, որը և պայմանավորում է մարդու և գործունեության ոչ կայուն փոխկապվածությունը, փոխազդեցությունը, ամեն մարդու համար այս գործընթացի յուրահատուկ լինելը [9]:

Հոգեբանական անվտանգությունը պայմանավորված է ոչ միայն անձի կենսագործունեությամբ ու միջավայրով, այլև անմիջականորեն կախված է անձի հոգևոր, բարոյական բնույթի հատկությունների համակցությունից, որոնք ուղղված են շրջապատող միջավայրի ապակառուցողական ազդեցությունների նկատմամբ անհատի արդյունավետ հոգեբանական անընկալունակությանն ու կառուցողական ինքնիրացմանը [1]:

Անձի հոգեբանական անվտանգության հիմնահարցին ուղղված գիտական ուսումնասիրությունները որպես կանոն առանձնացնում են անվտանգության այնպիսի ոլորտներ, ինչպիսիք են մասնագիտական գործունեության անվտանգությունը, անվտանգությունն ընտանիքում, ֆիզիկական անվտանգությունը, տեղեկատվական ոլորտի անվտանգությունը և այլն [4, 5, 9]:

Մասնագիտական գործունեությունը մարդու աշխատանքային ակտիվության հիմնական ձևն է, որը մարդու կյանքի մի զգալի հատվածն է կազմում և կարևոր դեր է խաղում նրա կենսագործունեության, սոցիալական զարգացման, ինքնիրացման և ինքնահաստատման գործընթացում: Անձի մասնագիտական գործունեության կարևորությունը կապված է նախ և առաջ ինքնարտահայտման, ընդունակությունների կիրառման, ստեղծագործելու հնարավորության հետ: Մասնագիտական ինքնիրացումը գործունեության մեջ մարդու ներուժի զարգացման տարաբնույթ և անհամաչափ գործընթաց է, որը տեղի է ունենում նրա կենսագործունեության ընթացքում [9]:

Անձի համար գործունեության արժեքայնությունը պայմանավորված է տարբեր բաղկացուցիչներով, օրինակ՝ տվյալ գործունեության հասարակական հեղինակություն վայելելը, արդիական լինելը և այլն: Այսպես է ձևավորվում գործունեության անձնային դրդապատճառային ոլորտը: Գործունեության կարևորությունը փոփոխվում է մարդու ամբողջ կյանքի ընթացքում՝ կախված այն բանից, թե ժամանակի ընթացքում որքանով է մարդն իր մասնագիտության մեջ իրեն ինքնիրացված համարում, որքանով է բավարարված մասնագիտության մեջ իր ձեռքբերումներից [4]:

Անձի դրդապատճառային ոլորտը իրենից ներկայացնում է անձի ուղղվածությունն արտահայտող որոշակի հիերարխիկ կառուցվածքով կայուն շարժիչ ուժերի ամբողջական համակարգ: Արդեն դասական դարձած Յորկսի-Դոդսենի օրենքը՝ ձևավորված դեռ մի քանի տասնամյակ առաջ, հաստատում է գործունեության արդյունավետության կապը դրդապատճառի ուժգնության հետ, որից հետևում է, որ որքան ուժեղ/մեծ է մոտիվացիան, այնքան բարձր է գործունեության արդյունավետությունը [11]: Սակայն դրդապատճառը կարող է բնութագրվել ոչ միայն քանակական որակով (ուժեղ-թույլ), այլև որակական: Այս տեսանկյունից առանձնացնում են ներքին և արտաքին դրդապատճառներ: Խոսքը վերաբերում է գործունեության բովանդակության և դրդապատ-

ճառների հանդեպ ձևավորված վերաբերմունքին: Եթե անձի համար կարևորվում է գործունեությունը որպես այդպիսին, օրինակ, երբ բավարարվում է գործունեության իմացական պահանջմունքը, ապա այս դեպքում դեր է խաղում ներքին մոտիվացիան, իսկ եթե նշանակություն է տրվում այլ պահանջմունքների, ինչպես, օրինակ, հասարակական հեղինակությանը, նյութական ապահովվածությանն ու աշխատավարձին, ապա խոսքն արտաքին մոտիվացիայի մասին է: Դրանք կարևորվում և իրականանում են կոնկրետ մասնագիտություններում: Մոտիվացիոն տեսանկյունից մասնագիտական գործունեությունը բավականին բարդ և երբեմն էլ տևական գործընթաց է, քանի որ մասնագիտական ընտրությունից և հետագա կայացումից մեծապես կախված է մարդու բավարարվածությունը կյանքից [6]:

Աշխատանքից բավարարվածությունը գործունեության արդյունավետության բաղկացուցիչներից է և համարվում է տվյալ գործունեությանը հարմարվելու ցուցանիշ: Գործոնները, որոնք ազդում են աշխատանքի վերաբերմունքի վրա, կարելի է բաժանել երեք խմբի. փոփոխականներ, որոնք բնութագրում են աշխատողի անձը, փոփոխականներ, որոնք բնութագրում են աշխատանքային միջավայրը, և փոփոխականներ, որոնք բնութագրում են աշխատանքի էությունը [12]:

Իրականում աշխատանքից բավարարվածության ցուցանիշը պայմանավորված է նրանով, թե որքանով է անձը արհեստավարժ իր մասնագիտական գործունեության մեջ: Անձի բավարարվածությունը մասնագիտական գործունեությունից կարող է բնութագրվել որպես աշխատողի որոշակի հոգեվիճակ, որի դեպքում իրականանում են այն դիրքորոշումներն ու պահանջմունքները, որոնք անձը գիտակցաբար կամ ոչ գիտակցաբար ներկայացնում է իր գործունեության ոլորտում:

Եթե մարդը բավարարված չէ իր գործունեությունից, մեծանում է մասնագիտական այրման հավանականությունը. սա այն դեպքն է, երբ անձը դադարում է, չի ունենում առաջընթաց, սահ-

մանափակվում է զարգանալու և կատարելագործվելու հնարավորությունը: Այս համախտանիշը զարգանում է քրոնիկական սթրեսի ֆոնի վրա՝ բացասական հույզերի կուտակման արդյունքում, երբ դժվարանում են հույզերից լիցքաթափումն ու ազատումը, սպառվում են պաշարները:

Մասնագիտական այրման երևույթը հատկապես հատուկ է այն մասնագետներին, ովքեր գործունեությունը վարում են մարդմարդ հարաբերություններում՝ ուսուցիչներին, սոցիալական աշխատողներին, հոգեբաններին, բժիշկներին, ժուռնալիստներին, և ովքեր աշխատում են անհետաձգելի իրավիճակներում՝ վիրաբույժներ, հրշեջներ, փրկարարներ և այլն:

Խոսելով մասնագիտական գործունեությունից բավարարվածության մասին՝ չենք կարող չանդրադառնալ անձի բավարարվածությանը կյանքից, որն իր հերթին անմիջականորեն կապված է անձի հոգեբանական անվտանգության հետ:

Գոյություն ունի մի կողմից ուղիղ կապ այն ուսումնասիրությունների միջև, որոնք նվիրված են երջանկության հոգեբանությանը և բավարարվածությանը կյանքից, և մյուս կողմից «կյանքի որակի» (Quality of Life) միջև՝ որպես ընդհանուր սոցիալական կոնցեպցիայի: Տվյալ հայեցակարգի շրջանակներում կարևոր նշանակություն է տրվում սուբյեկտիվ բարեկեցության հասկացությանը (Subjective Well-Being), որն ունի հստակ արտահայտված հոգեբանական իմաստ՝ կապված երջանկության հասկացության և կյանքից բավարարվածության հետ [10]:

Մարդը ձգտում է իր գործունեության արտաքին և ներքին պայմանների, իր ակտիվության տարբեր մակարդակների օպտիմալ համաձայնեցվածությանը: Օպտիմալության ցուցանիշ հանդիսանում է գործունեության արդյունավետությունը, որի արդյունքում տեղի են ունենում հոգեկան և անձնային ակտիվության աճ ու բազմապատկում [4]: Աշխատանքի արդյունավետությունը նպաստում է անձի զարգացմանը և կատարելագործմանը ու պայմանավորում է վերջինիս անցումը գործունեության որակապես

նոր մակարդակի: Այս դեպքում մարդը համատեղում է օբյեկտիվ պահանջները և սեփական հետաքրքրությունները, նպատակները, փորձը, դրդապատճառները, ընդունակությունները և իր ակտիվության վիճակները:

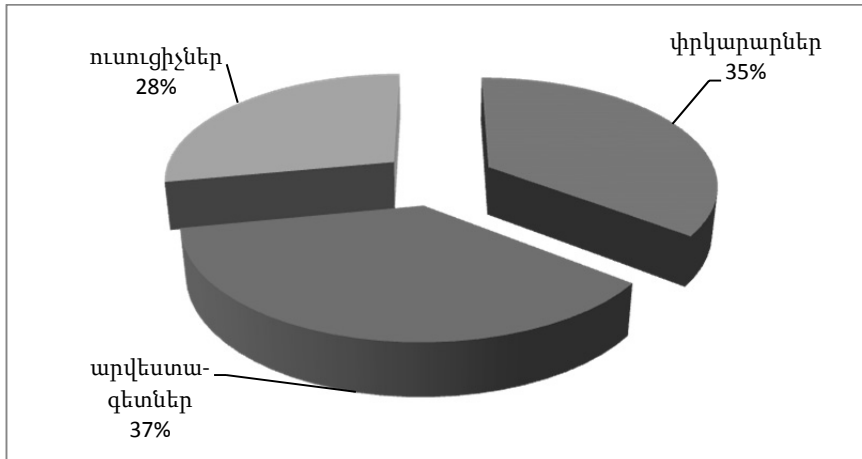
Հարկ ենք համարում նշել նաև այն, որ ամեն մասնագիտություն իր պահանջներն է ներկայացնում մարդուն՝ ձևավորելով յուրահատուկ մասնագիտական որակներ, անձնային և վարքային առանձնահատկություններ:

Ելնելով պրոբլեմի կարևորությունից՝ հետազոտություն ենք անցկացրել գործունեության տարբեր ոլորտների մասնագետների հետ: Հետազոտությանը մասնակցել են 60 կամավորներ՝ հավասարաչափ բաշխված ըստ 3 մասնագիտությունների՝ ուսուցիչներ, արվեստագետներ և փրկարարներ՝ յուրաքանչյուր խմբում 25-40 տարեկան 20 մասնագետ: Ընտրությունը պայմանավորված է այն հանգամանքով, որ մասնագիտական խմբերն ունեն հումանիստական ուղղվածություն, գործ ունեն մարդու հոգեկան առողջության և ապահովության պահպանման հետ: Հետազոտությունը իրականացնելու նպատակով ընտրվել են այնպիսի մեթոդիկաներ, որոնք հնարավորություն են տվել բացահայտելու անձի հոգեբանական անվտանգությունն ապահովող առանձնահատկությունները՝ «Բավարարվածություն կյանքից», «Հոգեկան ակտիվության և հուզական տոնուսի գնահատում», «Անձի դրդապատճառային կառուցվածքի ախտորոշում», «Անձի անվտանգության բաղադրիչների գնահատման սանդղակը», «Մասնագիտական գործունեության մոտիվացիայի ուսումնասիրման մեթոդիկա», «Անձի ուսումնասիրման ստանդարտիզացված բազմագործոն մեթոդիկա» (MMPI):

Հետազոտության արդյունքները ըստ յուրաքանչյուր մեթոդիկայի նկարագրված և մեկնաբանված են նկարներում:

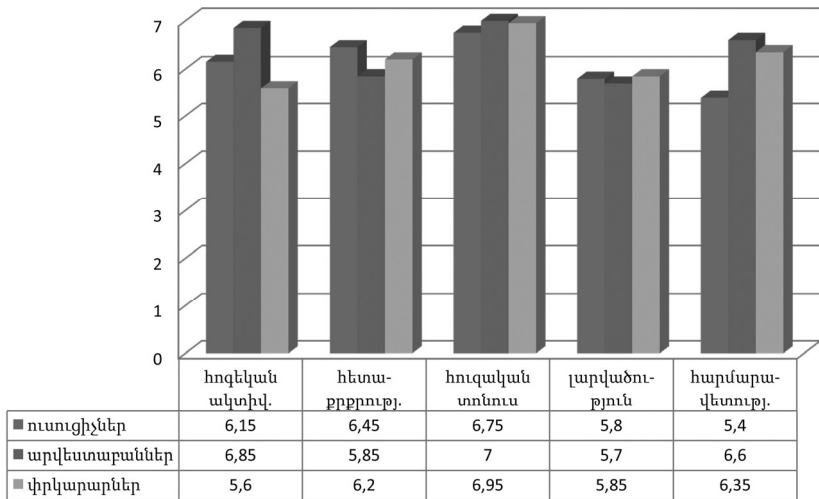
Նկար 1-ում ներկայացված են հետազոտական 3 խմբերում անցկացված «Բավարարվածություն կյանքից» թեստի արդյունքները: Ցածր են ցուցանիշները ուսուցիչների մոտ՝ 28%, իսկ ար-

արվեստագետների և փրկարարների մոտ միջին մակարդակում են՝ 37% և 35%:



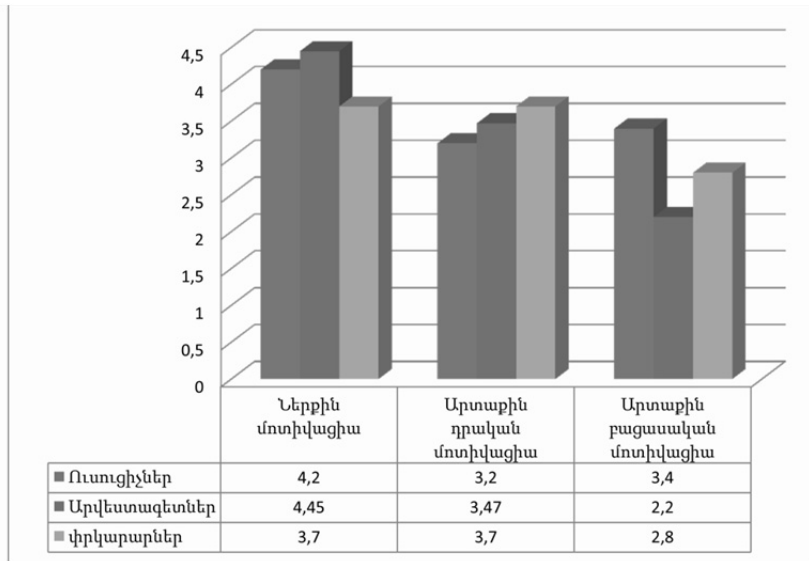
Նկար 1. Բավարարվածություն կյանքից ըստ տոկոսների

Նկար 2-ից երևում է, որ արտահայտված լարվածության ցուցանիշը համաչափ է՝ 5.8, 5.7 և 5.9: Քիչ բարձր է հուզական տոնուսը՝ 6.75, 7 և 6.95, հետաքրքրությունները՝ 6.45, 5.85 և 6.1: Իսկ հոգեկան ակտիվությունը և հարմարավետությունը (կոմֆորտ) համեմատաբար բարձր են արտահայտված արվեստագետների մոտ՝ 6.85 և 6.6, ուսուցիչների՝ 6.1 և 5.4, իսկ փրկարարների մոտ՝ 5.6 և 6.35: Այսինքն՝ ուսուցիչների մոտ հետաքրքրությունների բարձր լինելը առաջ է բերում որոշակի լարվածություն, իսկ արվեստագետների հոգեկան ակտիվության և հուզական տոնուսի բարձր լինելն ուղեկցվում է կոմֆորտի զգացողությամբ:



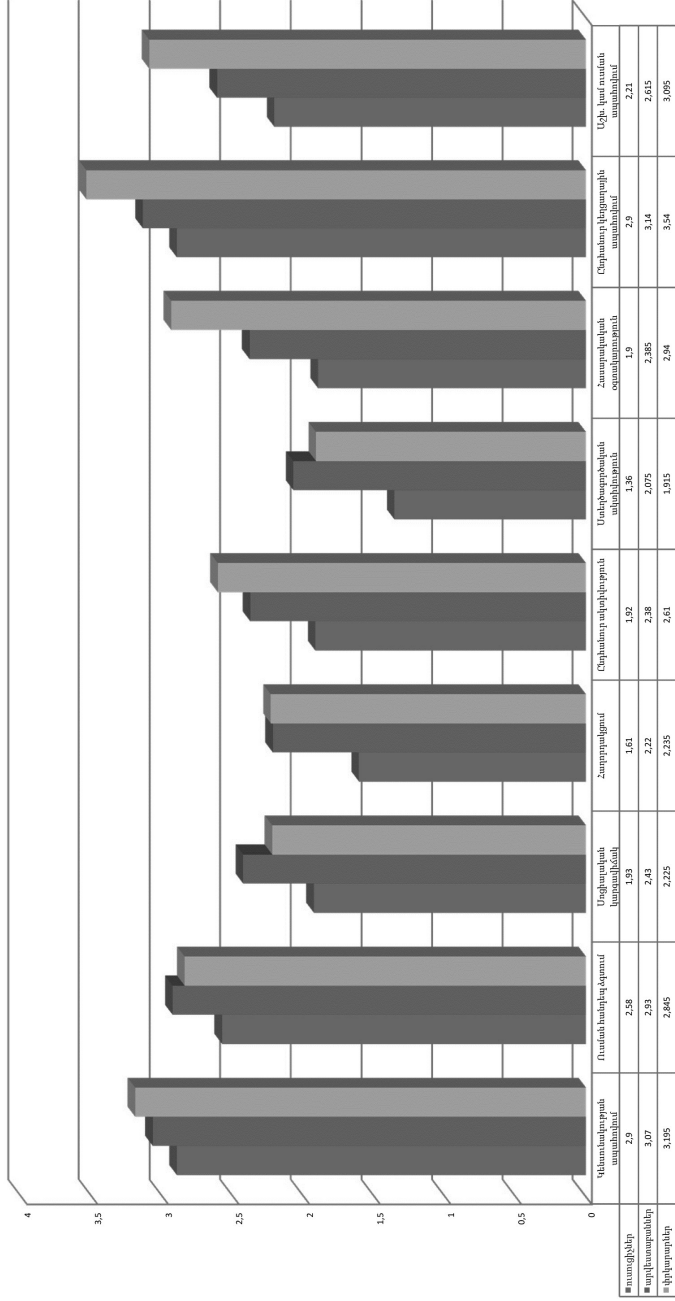
**Նկար 2. Հոգեկան ակտիվության և հուզական տոնուսի
գնահատման մեթոդիկա**

Եթե համեմատենք նկար 3-ի մասնագիտական մոտիվացիայի ցուցանիշները, ապա կտեսնենք, որ մասնագիտական գործունեության մոտիվացիան և հետաքրքրվածության բարձր ցուցանիշները համընկնում են: Առաջնորդվելով ստացված վերլուծություններով՝ կարող ենք ասել, որ անձի անվտանգության համար կարևոր դեր են խաղում հոգեկան ակտիվությունն ու հուզական տոնուսը բնութագրող այնպիսի ցուցանիշներ, ինչպիսիք են կոմֆորտը, հետաքրքրությունների ու ակտիվության բարձր աստիճանը:



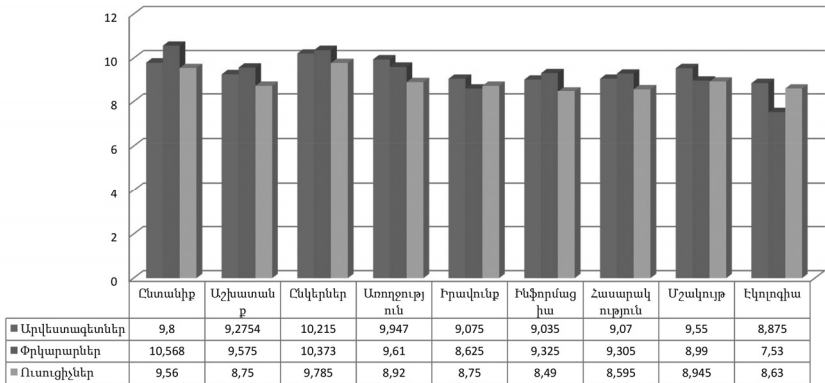
**Նկար 3. Մասնագիտական գործունեության մոտիվացիայի
ուսումնասիրման մեթոդիկա**

Ըստ նկար 4-ում պատկերված անձի դրդապատճառային կառուցվածքի ցուցանիշների՝ ամենաբարձրը «ընդհանուր կենցաղային ապահովման», «կենսունակության ապահովման», «ուսման հանդեպ ձգտման» ցուցանիշներն են, որոնք կապված են օգտակարության զգացողության, ընկերական փոխհարաբերությունների, հեռանկարների, ինչպես նաև առողջ մրցակցության, նորի ձգտման հետ: Կարելի է ենթադրել, որ անձի անվտանգության ապահովման կարևորագույն ցուցանիշներից մեկը նրա հոգեկան ակտիվությունն է, գործունեության մեջ ապահովման և կոմֆորտի զգացողությունը, ընդհանուր կենցաղային ապահովումը, որոնք էլ պայմանավորում են անձի ակտիվ կենսագործունեությունն ու հոգեբանորեն առողջ զարգացումը՝ ապահովության զգացողությամբ:



Նկար 4. Անճի դրդապատճառային կառուցվածքի ակտորաշման մերթիկա

Առանձնակի հետաքրքրություն են ներկայացնում անձի հոգեբանական անվտանգության գնահատման սանդղակի արդյունքները:



Նկար 5. Անձի անվտանգության բաղադրիչների գնահատման սանդղակ

Ինչպես երևում է նկար 5-ից, երեք խմբերում էլ առաջնային են ընտանիքը, առողջությունը, աշխատանքը և ընկերները: Այնուհետև մասնագիտական առանձնահատկություններով պայմանավորված՝ մշակույթը՝ արվեստագետների, էկոլոգիան՝ փրկարարների և ուսուցիչների մոտ: Սա բացատրվում է նրանով, որ ընկերական լավ հարաբերությունները, փոխադարձ վստահությունը, աջակցությունը, հուզական կապերը, լավ ինքնագնահատությունը, առողջ ապրելակերպը գնահատվում են բարձր: Ցածր են գնահատվել «իրավունք», «հասարակություն», «տեղեկատվություն» և «մշակույթ» ոլորտները փրկարարների և ուսուցիչների մոտ:

Հոգեբանական անվտանգությունը, դիտարկելով անձի մասնագիտական և դրդապատճառային տեսանկյունից, անշուշտ կարող են փաստել, որ այն առնչվում է հոգեկան առողջության հետ, որն իր վրա է վերցնում տեղեկատվական միջավայրի և կենսագործունեության պայմանների ազդեցությունը: Հոգեկան առողջու-

թյուն հասկացության բովանդակությունը չի սպառվում բժշկական և հոգեբանական չափանիշներով, որոնք հայտնի են վաղուց: Նրա մեջ միշտ արտացոլվում են հասարակական և խմբային նորմերն ու արժեքները, հույզերն ու դիրքորոշումները, որոնք կարգավորում են մարդու հոգևոր կյանքը: Ենթադրվում է, որ հիվանդությունները, առաջին հերթին հոգեկան հիվանդությունները, առավելապես սոցիալական են, քանի որ նրանց հիմքում ընկած է կյանքի աններդաշնակ բնույթը, իսկ հոգեկան առողջությունը, որպես մարդու էության համակարգային բնութագիր, ընդհանուր առմամբ նրա փոխադարձ կապերի բնութագիրն է, առաջին հերթին՝ սոցիալական կապերի: Պատահական չէ, որ որպես առողջությունն ապահովող հիմնարար բնութագրեր առանձնացնում են աղապատացիան, հոգեբանական կայունությունն ու ներդաշնակությունը [1]:

Ըստ Դ-միտրիևայի՝ հոգեկան առողջությունը անձի ինքնաբնադատության, ինքնակարգավորման և ինքնակառավարման ընդունակությունն է, որի տակ հասկանում ենք մարդու գիտակցական ազդեցությունը հոգեկան երևույթների և գործունեության վրա [3]:

Հոգեկան առողջությունն անմիջականորեն կապված է անձի զարգացման հետ, իսկ հոգեբանական անվտանգությունը նույնականանում է այն պայմանների համախմբով, որոնց դեպքում առավելագույնս բացահայտվում է մարդու ներքին բնույթը: Այսպիսով՝ կարելի է ասել, որ անձի հոգեկան առողջությունը և հոգեբանական անվտանգությունը կապված են միմյանց հետ: Միաժամանակ հոգեբանական անվտանգությունը կախված է ոչ միայն կենսագործունեության պայմաններից ու միջավայրից, այլև պայմանավորված է անձի հոգևոր, բարոյական բնույթի հատկությունների համակցությամբ, որոնք ուղղված են շրջապատող միջավայրի ապակառուցողական ազդեցությունների նկատմամբ անհատի արդյունավետ հոգեբանական անընկալունակությանն ու կառուցողական ինքնիրացմանը [1]:

Դմիտրիևան առանձնացրել է հոգեկան առողջության մի շարք բաղադրիչներ, որոնցից մենք առանձնացրել ենք.

1. *Ինտրինսիկուսալ*, որն իր մեջ ներառում է հիմնական դիրքորոշումներ, արժեքներ, համոզմունքներ:

2. *Կամային (անձնային)*, որը ներառում է որոշման կայացման հմտությունների ձևավորում, ինքնապաշտպանության և պատասխանատվության կարողություն:

3. *Հուզական կոմպերենությունը* մարդու ընդունակությունն է արտահայտելու իր զգացմունքները

4. *Սոցիալական*, որը մարդու ընդունակությունն է օպտիմալ ձևով հարմարվելու սոցիալական պայմաններին:

5. *Հոգևոր* կոմպետենտություն [3]:

Ներկա ժամանակներում հոգեբանական անվտանգությունը վտանգող գործոնների վերաբերյալ կատարված հետազոտություններից ստացված տվյալները ցույց են տալիս, որ հոգեբանական անվտանգությունը կապված է հիմնականում պահանջմունքների (կենսաբանական, հոգևոր, սոցիալական) բավարարման խնդիրների հետ [1]:

Հոգեբանական անվտանգությունը, ունենալով բազմաբովանդակ և բազմաֆունկցիոնալ բնույթ, կապված է անձի հուզական ոլորտի հետ, որը կարող է նկարագրվել մի շարք հոգեբանական ցուցանիշներով՝ տրամադրության անկում, տագնապայնություն, ֆրուստրացիա, դեպրեսիա: Հոգեբանական անվտանգության խնդիրը պետք է գիտակցվի՝ հաշվի առնելով օբյեկտիվ և սուբյեկտիվ գործոնների բարդ կապերը, անձի և միջավայրի փոխազդեցությունն ու համագործակցության որակը:

Մեր կողմից փորձ է արվել հոգեկան առողջությունը դիտել նաև անձի հոգեբանական անվտանգության տեսանկյունից և բացահայտել հոգեբանական գործոններն ու հոգեբանական անվտանգության այն ոլորտներն ու բաղկացուցիչները, որոնք կապահովեն հոգեկան առողջությունը: Այդ նպատակով մույն կոնտինգենտի հետ օգտագործել ենք նաև «Անձի ուսումնասիրման ստանդարտիզացված բազմագործոն մեթոդիկան» (MMPI):

Ըստ հետազոտական տվյալների՝ 3 մասնագիտական խմբերում էլ ցուցանիշները նորմայի սահմաններում են: Լավատեսությամբ 3 խմբերում էլ միջին մակարդակում է, որն արտացոլում է ինքնավստահությունը, բարձր մոտիվացիան, շարժողական և խոսքային ակտիվությունը:

Սակայն մասնագիտական 3 խմբերում էլ առանձին մասնակիցների մոտ նկատվել են նորմայից շեղումներ (հիմնականում 35-40 տարեկան), օրինակ՝ դեպրեսիայի ցուցանիշը՝ փրկարարների, ուսուցիչների, արվեստագետների մոտ: Նրանց մոտ համեմատաբար բարձր են եղել նաև տագնապայնության և սոցիալական դեգադապտացիայի ցուցանիշները: Հետաքրքիրն այն է, որ այս ցուցանիշների հետ մեկտեղ արվեստագետների մոտ բարձր է ստացվել նաև անհատականության ցուցանիշը, ինչը վկայում է անհատականության հասնելու ճանապարհին բարդ և հակասական հարաբերությունների, մոտիվացիաների բախման մասին: Նկատելի են նաև անապահովության զգացողությունը, մեծ լարվածությունը, ցածր մոտիվացիան, սոցիալական դեգադապտացիան, ինչը հավանաբար պայմանավորված է կենսավորձով:

Կարելի է ենթադրել, որ հոգեկան առողջության կարևոր ցուցանիշներից մեկը նրա հոգեկան ակտիվությունն է, ապահովության և կոմֆորտի զգացողությունն իր համար գործունեության անվտանգ ոլորտում, առկայությամբ, որը պայմանավորում է ակտիվ կենսագործունեությունը, ինչպես նաև մոտիվացվածությունն ու հետաքրքրությունները: Մասնագիտության նկատմամբ ձևավորված վերաբերմունքը կարող է անմիջական ազդեցություն ունենալ անձի անվտանգության ապահովման և հոգեկան առողջության վրա, սակայն, բերել որոշակի լարվածության առաջացման: Որքան ավելի բացասական լինի վերաբերմունքը միջավայրի նկատմամբ, այնքան արագ կվերանա հետաքրքրությունը գործունեության հանդեպ: Հետևաբար մասնագետների հոգեկան ակտիվության, մոտիվացիայի բարձրացման, աշխատակիցների միջև հասուն և կայուն հարաբերությունների ձևավորման գործընթացը

գործունեության ընթացքում կարող է նպաստել անձի պաշտպան-վածության զգացմանը՝ մեծացնելով գործունեության հանդեպ հե-տաքրքրությունը, ապահովելով մոտիվացվածության մակարդա-կը, ինչն էլ ավելի կնպաստի անձի անվտանգության ապահովման զգացմանն ու հոգեկան առողջությանը:

Կոռելյացիոն վերլուծությունից երևում է (աղյուսակ 1), որ ու-սուցիչների համար փոխկապակցվածություն կա միայն մասնա-գիտական գործունեության ներքին մոտիվացիայի և անձի հոգե-բանական անվտանգության բաղադրիչներից աշխատանքի, ա-ռողջության, մշակույթի միջև: Հետևաբար ուսուցիչների հոգեկան առողջության համար կարևոր դեր են խաղում մասնագիտական ներքին մոտիվացիան, երբ անձի գործունեությունն է իր համար առաջնային, և անձի անվտանգության բաղադրիչներից աշխա-տանքային և ընկերական միջավայրերը, որտեղ առավել ապա-հովվում է նրա հոգեբանական անվտանգությունն ու հոգեկան առողջ զարգացումը:

Աղյուսակներ (1, 2, 3)-ում տրված են MMPI-ի “T” սանդղակ-ները, որտեղ՝

1. գերվերահսկողություն, 2. դեպրեսիա, 3. հոռետեսություն, 4. հուզական շարժունություն, 5. սոցիալական դեզադապտացիա, 6. աֆեկտիվ ռեզիդություն, 7. տագնապայնություն, կասկածա-մտություն, 8. անհատականություն՝ անձի հարմարողականություն և վերլուծական մտածողություն, 9. լավատեսություն:

Աղյուսակ 1.

Կոռելյացիոն վերլուծության արդյունքները ուսուցիչների մոտ

	Աշխ.	Ընկեր.	Առողջ.	ԻնՖ.	Մշակ.	MMPI				
						1	2	3	6	9
ներքին մոտիվ.	0.71	0.39	0.59	0.30	0.46	-0.37	-0.49	-0.36	-0.49	-0.75
արտաքին դրական մոտիվ.	0.38	0.10	0.26	-0.15	0.16	-0.45	-0.38	-0.48	-0.25	-0.38
արտաքին բացաս. մոտիվ.	0.30	-0.53	0.43	-0.51	-0.50	0.14	0.16	-0.06	0.33	0.23
հարմարավետ.	-0.02	0.14	-0.24	-0.21	0.21	-0.19	-0.13	0.18	0.04	-0.54

$p < 0.05$

Արվեստագետների մոտ (աղյուսակ 2), մասնագիտական գործունեության ներքին մոտիվացիայի հետ կոռելյացվում է անձի հոգեբանական անվտանգության բաղադրիչներից ինֆորմացիան: Այնուհետև հոգեկան ակտիվության ցուցանիշը ուղիղ կոռելյացիայի մեջ է անձի հոգեբանական անվտանգության բաղադրիչներից ինֆորմացիայի և ընկերների հետ: Նրանց հետաքրքրություններն ուղիղ կոռելյացիայի մեջ են իրավունքի, առողջության հետ: Հուզական տոնուսի ցուցանիշը փոխկապակցվում է ընտանիքի, ընկերների, ինֆորմացիայի հետ: Կարող ենք ասել, որ արվեստագետի անձի հոգեկան առողջության համար կարևոր դեր են խաղում հոգեկան ակտիվությունն ու հարմարավետությունն ընտանիքում, ընկերական շրջապատում, կարևոր տեղ է զբաղեցնում նաև տեղեկատվության և իրավունքի ապահովումը:

Աղյուսակ 2.

Կոռելյացիոն վերլուծության արդյունքները արվեստագետների մոտ

	ընտան.	աշխ.	ընկեր.	առողջ.	ինՖ.	իրավ.	MMPI				
							1	2	3	4	9
ճերքին մոտիվ.	0.11	0.11	0.07	0.02	0.49	0.04	-0.14	-0.22	-0.31	-0.18	0.28
հոգեկան ակտիվ.	0.14	0.16	0.60	0.05	0.65	0.31	-0.31	-0.54	-0.60	-0.20	-0.32
հետա- քրքր- րութ.	0.30	0.40	0.05	0.50	0.26	0.47	-0.46	-0.70	0.09	-0.51	-0.16
հուզա- կան տոն.	0.59	0.23	0.57	0.00	0.49	0.33	-0.55	-0.32	-0.35	-0.20	-0.15
լարվա- ծութ.	0.02	0.49	0.70	0.25	0.21	0.11	0.01	-0.52	0.07	-0.31	-0.15
հարմա- րավետ.	0.57	0.37	0.23	0.53	0.32	0.14	-0.31	-0.15	-0.38	-0.36	-0.67

$$p < 0.05$$

Փրկարարների մոտ (աղյուսակ 3) մասնագիտական գործունեության բոլոր ցուցանիշները (ճերքին, արտաքին դրական և բացասական մոտիվացիաները) ուղիղ կոռելյացվում են աֆեկտիվ ռեզիլիտության ցուցանիշի հետ: Իսկ արտաքին դրական և արտաքին բացասական մոտիվացիաները կոռելյացվում են սոցիալական դեզադապտացիայի ցուցանիշի հետ: Արտաքին բացասական մոտիվացիան իր հերթին կոռելյացվում է նաև անհատականության և տագնապայնության ցուցանիշների հետ: Իսկ արտաքին դրական մոտիվացիան չի փոխկապակցվում անձի հոգեբանական անվտանգության բաղադրիչներից ինֆորմացիայի և մշակույթի հետ: Այնուհետև հուզական տոնուսի ցուցանիշը կոռելյացվում է ընտանիքի և գերվերահսկողության ցուցանիշի հետ: Փրկարարների անձի հոգեկան առողջության համար կարևոր դեր են խաղում ըն-

տանիքն ու տեղեկացված լինելը: Ի տարբերություն մյուս մասնագիտական խմբերի՝ փրկարարների մոտ անհատականության ցուցանիշը փոխկապակցված է արտաքին բացասական մոտիվացիայի հետ (գործունեության բովանդակության նկատմամբ արտաքին հետաքրքրություններ):

Աղյուսակ 3.

Կոռելյացիոն վերլուծության արդյունքները փրկարարների մոտ

	ըմտ .	լնՖ.	աճակ .	էկրոզ	MMPI					
					1	3	4	6	7	8
ներքին մոտիվ.	0.07	0.17	-0.31	-0.02	-0.38	0.13	0.32	0.57	0.30	0.33
արտաքին դրական մոտիվ.	-0.16	-0.44	-0.47	0.06	-0.28	0.38	0.50	0.71	0.42	0.41
արտաքին բացաս. մոտիվ.	-0.04	-0.38	-0.09	-0.08	-0.12	0.40	0.74	0.67	0.45	0.54
հոգեկան ակտ .	0.23	0.03	0.11	0.09	0.32	0.30	0.41	0.27	-0.55	0.12
հետաքրքրություն.	0.11	0.27	0.19	-0.51	-0.03	0.43	0.25	0.18	-0.18	0.07
հուզական ակտ.	0.67	0.02	0.13	0.01	0.45	-0.54	-0.04	-0.13	0.11	-0.35
լարվածություն	0.34	0.44	0.08	0.14	0.05	-0.20	-0.10	0.17	-0.28	0.50

$p < 0.05$

Այսպիսով՝ ընտանեկան միջավայրի սոցիալական ապահովությունը, ընկերական շրջապատում ձևավորված դրական հարաբերությունները, հոգեբանական ապահով գործունեության միջավայրը, առողջ մթնոլորտը հիմնարար նախադրյալներ կարող են հանդիսանալ անձի հոգեբանական անվտանգության ապահովման և նրա հոգեկան առողջ զարգացման համար: Անձի հոգեբանական անվտանգության դրսևորումը կապված է հուզական

որորտի՝ տրամադրության անկման, տագնապայնության և դեպրեսիվ վիճակի հետ:

Հարկ ենք համարում նշել, որ ըստ մասնագիտական գործունեության յուրահատկության՝ այնպիսի հոգեբանական անվտանգության բաղադրիչներ, ինչպիսիք են աշխատանքը, առողջությունը և մշակույթը, պայմանավորված են անձի ներքին մոտիվացիայով:

ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

1. Անձի հոգեբանական անվտանգության հիմնախնդիրը. Կոլեկտիվ մենագրություն.: **Ռ. Վ. Աղուզումցյան, Ա. Ս. Ամիրյան, Վ. Ռ. Պապոյան և ուրիշներ**, Եր., ԵՊՀ հրատ., 2009, 164 էջ:
2. **Агузумян Р. В., Мурадян Е. Б.**, Психологическая безопасность личности и причинная обусловленность депрессии //Современные проблемы прикладной психологии, Межвузовский сборник научных статей, Ереван, 2007
3. Клиническая психиатрия: Пер. с англ., перераб. и доп. /Гл. ред. Т. Б. Дмитриева.-М.: ГЕОТАР МЕДИЦИНА, 1999, 602 с.
4. **Абульханова К. А.**, Личность как субъект деятельности, Славская Стратегия жизни. М., Мысль, 1991, с. 150-162
5. **Харламенкова Н. Е.**, Личностная безопасность и стратегии ее достижения, “Проблемы психологической безопасности”: издат. “Институт психологии РАН”, Москва 2012, с. 133-159
6. **Ильин Е. П.**, Мотивация и мотивы. СПб.: Питер, 2000, с. 270-279
7. **Нютен Ж.**, Мотивация, действие и перспектива будущего /Под ред. Д. А. Леонтьева. Смысл, М: 2004. 608 с.
8. **Панина Н. В.**, Индекс жизненной удовлетворенности //LIFELINE и другие новые методы психологии жизненного пути. М.,1993.
9. **Бодров В. А.**, Психологические основы профессиональной деятельности Хрестоматия, сост. ПЕР СЭ; Логос, М.: 2007, с. 6-166.
10. **Джидарьян И. А.**, Психология счастья и оптимизма издат. “Институт психологии РАН”, Москва, 2013, с. 51.
11. Психология изучения личности: Учеб. пособие, ЦПБ., Изд. Михайлова В. А., 1999, с. 288.

12. **Патрушев В. Д.**, Удовлетворенность трудом., Москва, 1993, с.143.
13. **Walumbwa Fred O., Schaubroeck J.**, Leader personality traits and employee voice behavior: Mediating roles of ethical leadership and work group psychological safety. Journal of Applied Psychology, Vol 94(5), Sep 2009, 1275-1286

2.2. ԱՆՁԻ ՀՈԳԵՐԱՆԱԿԱՆ ԱՆՎՏԱՆԳՈՒԹՅԱՆ ՀԱՍՏԱԿԱՐԳԱՅԻՆ ՎԵՐԼՈՒԾՈՒԹՅՈՒՆ

Վերջին տարիներին կատարված անձի հոգեբանության անվտանգությանն ուղղված տեսական վերլուծությունները և կիրառական հետազոտությունները հնարավորություն են տվել հստակեցնելու հոգեբանական անվտանգության այն հիմնական բաղադրիչները, որոնք, որպես արտաքին և ներքին փոխկապակցված գործոններ, հնարավորություն են տալիս հստակեցնելու հոգեբանական անվտանգության բովանդակությունը: Իհարկե, հոգեբանական անվտանգությունը բազմաշերտ է և բազմաբնույթ, սակայն այն հասկացություններն ու բաղադրիչները, որոնք ընկած են ուսումնասիրման հիմքում, սահմանափակ են և կիրառական տեսանկյունից ունեն օրինաչափ մեկնաբանություններ:

Մինչ այժմ որպես հոգեբանական անվտանգությունն ապահովող հիմնական բաղադրիչներ առանձնացվել են այն հիմնականները, որոնք ունեցել են մեծ կշիռ և առաջնահերթ դասակարգում/հանգավորում [1, 12]: Ներքին բաղադրիչներից ուսումնասիրվել են հուզական լարվածության, տոնուսի և սթրեսադիմացկունության գործոնները: Դրանք գնահատվել են ոչ միայն ակտիվության և լարվածության ցուցանիշներով, այլև աշխատունակության, հանգստի, կոմֆորտի զգացողության և կոգնիտիվ ոլորտի այնպիսի ցուցանիշներով, ինչպիսիք են կենտրոնացածությունը, կայտառությունը, ըմբռնման հեշտությունը և այլն:

Անձի հոգեբանական անվտանգության դրսևորումները ձևավորվում են միջավայրում՝ անմիջականորեն առնչվելով շրջապատողների տեսակետների, հայացքների, մոտեցումների և վերաբերմունքի հետ: Եվ հիմնական բաղադրիչներից են հանդիսացել նաև կյանքի հանդեպ վերաբերմունքի և բավարարվածության ցուցանիշները: Անձի հոգեբանական անվտանգության ապահովման արտաքին բաղադրիչներից կարևորվել են «ընտանիքը», «առողջությունը», «աշխատանքը» և «ընկերները»: Սա շատ ընդհանրացված ցուցանիշ է [1, էջ 143-144]:

ԵՊՀ անձի և մասնագիտական գործունեության հոգեբանության գ/հ լաբորատորիայում 2011-2013 թթ. կատարված հետազոտություններին մասնակցել են ինչպես Երևան քաղաքի, այնպես էլ տարբեր մարզերի, մասնավորապես Շիրակի, Արարատի, Արմավիրի և Վայքի գյուղերի ու քաղաքների բնակիչները: Հետազոտական ընտրանքը կազմել են 215 հետազոտվողներ (2011-2013 թթ.), և գործոնային վերլուծություն կատարելու նպատակով դրանք համալրվել են 2008-2009 թթ. կատարված հետազոտական տվյալներով: Տվյալների ընդհանուր բազայում ընդգրկվել է 505 հոգի:

Երբ փորձում ենք մասնատել հետազոտական մեծ ընտրանքը [1, էջ 146-151], տեսակավորել ենթախմբերն ըստ տարբեր չափանիշների, ստանում ենք այլ պատկեր: Մասնավորապես սոցիալապես անապահով անձանց և խոցելի խմբերի համար առաջնահերթ ընտրվում են «առողջությունը» և «իրավունքը», տարբեր մասնագիտությունների համար առաջնահերթություն են ստանում տարբեր բաղադրիչներ. իրավաբանների համար «իրավունքը» և «հասարակությունը», լրագրողների համար «տեղեկատվությունն» ու «էկոլոգիան», արվեստի բնագավառի մասնագետների համար՝ «մշակույթը» և այլն: Սակայն ընդհանուր հետազոտական տվյալների մեջ այս ցուցանիշները այնքան էլ նշանակալի չեն դառնում, և հիմնական բաղադրիչների առաջնահերթությունը մնում է անփոփոխ:

«Անձի հոգեբանական անվտանգությունը գնահատող» սանդղակում «ընտանիք» բաղադրիչի առաջնահերթ ընտրությունը միանշանակ առնչվում է հիմնական պահանջմունքների բավարարման, ջերմության, ապահովության զգացողությունների առկայության և ընտանեկան մթնոլորտում ձևավորված փոխադարձ վստահության հետ [1, էջ 144]: Թերևս մեթոդիկայի առաջադրանքների դիսկրիմինատիվության ապահովման հիմնական ցուցանիշը կապված է հուզական բարենպաստ մթնոլորտի, ապագայի հանդեպ լավատեսության և հոգեբանական անվտանգու-

թյան տեսանկյունից ընտանիքի դերի կարևորման բարձր ցուցանիշների փոխկապակցվածության հետ ($r < 0.01$, գործակիցը՝ 0,57, 0,46):

Ինչ վերաբերում է «առողջություն» բաղադրիչին, հիմնական կշիռն ապահովում են ինքնագգացողության և սթրեսադիմացկունության ցուցանիշները ($r < 0.01$, 0,55, 0,49): Ինչպես նշել էինք նախորդ մեկնաբանություններում ևս, «առողջություն» բաղադրիչի համար հակասական գնահատականներ են ի հայտ գալիս, երբ այն կարևորվում է որպես հոգեբանական անվտանգության ապահովման հիմնական բաղադրիչներից մեկը, սակայն բացակայում են առաջին օգնության տարրական հմտություններն ու սեփական առողջության հանդեպ հետևողականությունը: Վերջինիս համար էական նշանակություն է ունենում առողջ ապրելակերպի ցուցանիշը, որի առկայությունը ապահովում է հիմնական կշիռը:

Անդրադառնա՞նք նաև «աշխատանք» բաղադրիչին: Այն կարևորում են կայունության, առաջընթացի և բարենպաստ մթնոլորտի տեսանկյունից: Այսինքն՝ այս բաղադրիչում դեր են խաղում ինչպես աշխատանքային արտաքին պայմանները, այնպես էլ ձևավորված մթնոլորտը, վարձատրությունը, աշխատանքի արդյունքից բավարարվածությունն ու հեռանկարի առկայությունը: Ոչ միշտ է «աշխատանք» բաղադրիչի առաջնային ընտրությունը փոխկապակցվում մասնագիտական կոմպետենտության հետ: Սա թերևս պայմանավորված է այն հանգամանքով, որ մասնագիտական աշխատանքով զբաղվածությունն այսօր այնքան էլ հեշտ չի տրվում մեր հասարակությանը և, կարծես թե, ավելի կարևորվում է ինչ-որ աշխատանք ունենալը, քան կոմպետենտություն ապահովելը:

Վերը նշված չորս բաղադրիչներից բացի՝ հարկ ենք համարում մեկնաբանություններ կատարել նաև «ընկերներ» բաղադրիչի ցուցանիշների համար: Այն հետազոտվողները, ովքեր կարևորում են ընկերությունը անվտանգության տեսանկյունից և ընկերների հետ ունեն հուզական կապեր, բարձր են գնահատում օգնու-

թյան պատրաստակամությունը, փոխադարձ վստահությունը, հավատարմությունը: Իսկ նրանք, ովքեր ընկերական հարաբերությունները դատում են ընտանիքից, առողջությունից և աշխատանքից հեռո, նույնպես կարևորում են հավատարմությունն ու վստահությունը, բայց սակավ են հանդիպում ընկերների հետ և չեն հասցնում օգնել, աջակցել:

Սրանք առաջնային վերլուծության այն հիմնական ցուցանիշներն են, որոնք վերաբերում են անձի հոգեբանական անվտանգության բաղադրիչների գնահատման հիմնական չորս բաղադրիչներին՝ «ընտանիք», «առողջություն», «աշխատանք» և «ընկերներ»:

Անձի հոգեբանական անվտանգության ուսումնասիրման ընթացքում գնահատված բաղադրիչները և թեստերից ստացված ելքային արդյունքները, որոնց հուսալիությունը և վալիդությունը ստուգվել են ինչպես փորձագիտական, այնպես էլ տեսական հիմքերով, հնարավորություն տվեցին կոռելացիոն վերլուծության ճանապարհով մոտենալ գլխավոր գործոնների դորսբերմանը: Անհրաժեշտություն առաջացավ կատարել համալիր վերլուծություն, որը հնարավորություն կտար բացահայտելու այն քողարկված հատկանիշները, որոնք հանդիսանում են ստացված կոռելացիոն փոխկախվածությունների նախապայմաններ: Եվ քանի որ անձի հոգեբանական անվտանգության բաղադրիչների համախումբը բազմաբանակ էր և բազմաշերտ, ուստի անհրաժեշտ էր ստանալ ելքային հատկանիշների խմբավորումներ՝ ի հաշիվ ներքին փոխկախվածությունների, այլ կերպ ասած՝ հստակեցնել անձի հոգեբանական անվտանգության այն կառուցվածքը, որն արտացոլում են սկզբնական գնահատված գործոնները: Այդ իսկ պատճառով դիմեցինք գործոնային վերլուծության մեթոդին [8], որի արդյունքում հնարավոր կլիներ ընդհանուր համախմբից անցնել խմբավորված գործոնների:

Գործոնային վերլուծության համար հիմք ծառայեց կոռելացիոն մատրիցան, որը հաշվարկել էինք անձի հոգեբանական ան-

վտանգությունը գնահատող բաղադրիչների և թեստերի ելքային արդյունքների փոխկապակցվածություններից: Մաթեմատիկական ապարատի կիրառման համար օգտվել ենք մաթեմատիկական վիճակագրության ծրագրային փաթեթից, որը նախատեսված է սոցիալական գիտությունների համար [4]:

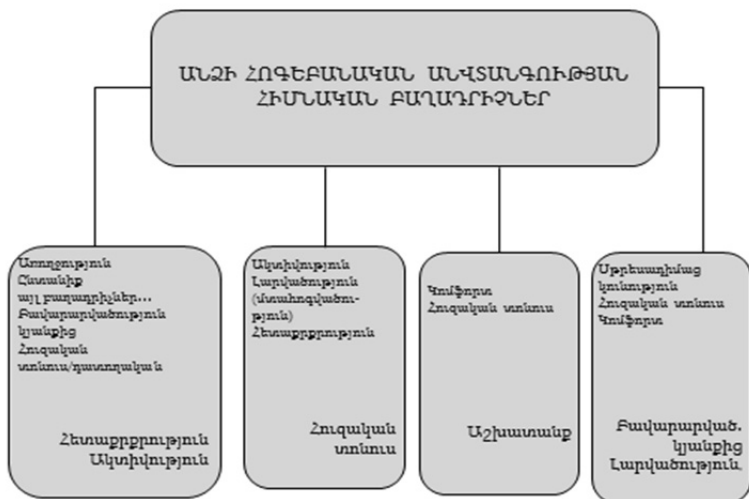
Հաշվարկված գործակիցները՝ ըստ խմբավորված հիմնական գործոնների, ներկայացնում ենք ստորև.

Գործունային վերլուծության արդյունքներ

Հետազոտվող գործոններ	Առանձնացված գործոնային խմբեր			
	1	2	3	4
Բավարարվածություն կյանքից	0,493	-0,152	0,517	-0,304
Արբանյակինացվածություն	-0,169	0,190	-0,258	0,616
Ակտիվություն /առույգ, հանգստացած, աշխատ. ցանկ./	-0,188	0,772	0,213	0,126
Հետաքրքրություն /ուշադիր, կենտրոնացած, տարված/	-0,217	0,694	0,216	0,262
Հուզական տոնուս /ուրախ, լավ ինքնազգաց., կշռադատ./	0,492	-0,290	0,552	0,352
Լարվածություն /անհանգստություն, մտահոգություն/	-0,025	0,685	0,295	-0,442
ԱրմՖորտ /անհոգություն, լավ տրամադր., գոհունակ/	0,431	-0,142	0,552	0,373
Ընտանիք	0,717	0,064	0,155	-0,199
Աշխատանք	0,572	0,019	-0,351	-0,166
Ընկերներ	0,553	-0,024	0,139	0,144
Առողջություն	0,770	0,052	0,058	-0,108
Տեխնկատվություն	0,759	0,158	-0,232	0,083
Հասարակություն	0,704	0,124	-0,177	0,169
Իրավունք	0,763	0,124	-0,245	0,046
Մշակույթ	0,700	0,187	-0,131	-0,113
Էկոլոգիա	0,682	0,159	-0,244	0,136

P<0.001

Որպես որակական մեկնաբանություն՝ կարող ենք ասել, որ հոգեբանական անվտանգության բոլոր բաղադրիչները կարևորվում են, երբ դրանք ուսումնասիրվում են կյանքի, ապագայի հանդեպ ունեցած դրական վերաբերմունքով պայմանավորված: Սա կյանքից բավարարվածության ցուցանիշն է, երբ անձը չի սևեռվում սեփական սխալների, անցյալի անցանկալի հիշողությունների, ներկայի անհաջողությունների կամ դժվարությունների վրա, փորձում է գնահատել իր կարողությունները, ադեկվատ է գնահատում սեփական անձը և կենտրոնանում է ապագայի պլանների, մոտակա անելիքների և գործողությունների վրա: Իհարկե, այս ցուցանիշներն առավել արտահայտված են երիտասարդ տարիքում և նվազում են միջին ու մեծ տարիքի համար: Սակայն ընդհանուր օրինաչափությունները, որոնք բացահայտվել են գործունային վերլուծության ճանապարհով, հնարավորություն են տալիս հոգեբանական անվտանգության գործոնների և բաղադրիչների համար առանձնացնել հոգեկան ու ֆիզիկական առողջության գործոնը՝ որպես գլխավոր, որը անմիջականորեն պայմանավորված է այն միկրոմիջավայրով, որտեղ իր գործունեությունն է իրականացնում անձը:



**Նկար 1. Խմբավորված գործոնների սխեմա ուղիղ
և հակադարձ փոխկախվածություններով**

Հետաքրքրական ցուցանիշ է սթրեսադիմացկունության ցուցանիշը, որը մինչ այժմ կատարված վերլուծություններում հոգեբանական անվտանգության բաղադրիչների հետ չի ունեցել արտահայտված կոռելացիոն կապեր, սակայն, երբ հաշվարկվում է որպես առանձնացված գործոն, հակադարձ կոռելացվում է լարվածության ցուցանիշի հետ ($r < 0.01$, -0.44) և ուղիղ՝ կոմֆորտի զգացողության ու հուզականության հետ ($r < 0.01$, 0.37): Նշենք, որ սթրեսադիմացկունության հարցարանը վրաբերել է այնպիսի ցուցանիշների, ինչպիսիք են համբերատարության առկայությունը, լարվածության և բարկության պակասը, ինքնատիրապետման հմտությունները, որոշակի անհոգությունը, զբաղվածությանը դիմակայելը և այլն:

Եթե փորձենք կատարել հոգեբանական մեկնաբանություններ և ենթադրություններ գլխավոր գործոնների հետ կապված, պետք է առաջնորդվենք այն հանգամանքով, որ առաջին

հիմնական խումբը կազմում են միջավայրային և վերաբերմունքային գործոնները. անձին շրջապատող միկրոմիջավայրը՝ ընտանիքը, ընտանեկան հարաբերությունները, ջերմությունը, ընկերներն ու աշխատանքային հարաբերությունները, որպես հասարակության անդամի իր գիտակցումը, տեղեկացվածությունը և մյուս այն բաղկացուցիչները, որոնցով մինչ այժմ փորձել ենք մեկնաբանել անձի հոգեբանական անվտանգությունը, նաև վերաբերմունքը առողջությանը՝ թե՛ ֆիզիկական, թե՛ հոգեկան, թե՛ հոգեբանական, բավարարվածության զգացողությունը և դրական վերաբերմունքը կյանքին:

Թերևս այս գործոնների խումբը կարող ենք անվանել «բարեկեցություն» կամ «կյանքի որակ», որը վերաբերում է հոգեբանական, հուզական բավարարվածությանը, երջանկության զգացողությանը, երբ անձն իրեն լավ է զգում այն միջավայրում, ուր ծավալում է իր կենսագործունեությունը:

Եթե համենատենք մեր կողմից ստացված տվյալները այլ երկրներում կատարված հետազոտական ցուցանիշների հետ, կստանանք համադրվող վերլուծական պատկերներ, որոնք տարբերվում են սոցիալ-մշակութային առանձնահատկություններով: Օրինակ՝ ինչպես նշվում է Քոմպտոնի վերլուծության արդյունքներում, որոնք ներկայացված են Մ. Արգայլի «Երջանկության հոգեբանություն» գրքում, երջանկության գործոնի հիմնական կշիռը հավաքվում է կյանքից բավարարվածության, աֆեկտիվ բալանսի, կյանքի որակի, լավատեսության, հոգեբանական բարեկեցության գործակիցներից և ադեկվատ ինքնագնահատումից [16, էջ 53]:

Աղյուսակ 2.

**Երջանկության գործոնի ծանրաբեռնվածությունն
բարձր Քոմպլոնի**

	Երջանկության գործոնի ծանրաբեռնվածությունը/կշիռը	
	Բավարարվածություն կյանքից	0,84
	Աֆեկտիվ բալանս	0.74
	Կյանքի որակ	0.69
	Լավատեսություն	0.69
	Հոգեբանական բավարարվածություն	0.60
	Ինքնագնահատական	0.51

$P < 0.001$

Այսինքն՝ երջանկության հիմնական բաղադրիչներից մեկը հենց բավարարվածության զգացողությունն է՝ լավ տրամադրության և ուրախության հետ կապակցված, սակայն վերջիններս հուզական բաղկացուցիչներ են, իսկ բավարարվածությունը՝ կոգնիտիվ. «...դատողությունն այն բանի, որ ամեն ինչ կա և կմնա բարեհաջող» [16, էջ 54]: Ասվածը վերաբերում է նաև ապագայի հանդեպ լավատեսական վերաբերմունքին, հեռանկարի առկայությանը:

Եթե անդրադառնանք անվտանգության մյուս բաղադրիչներին ըստ ոլորտների, մեր ստացված արդյունքները համալրվում են մեկ այլ հետազոտության տվյալների հետ, որոնցում ուսումնասիրվում է անձի ոչ թե հոգեբանական անվտանգությունը, այլ բարեկեցությունը համապատասխան ոլորտներում՝ *Ընկերներ, Առողջություն, Ամուսնություն, Աշխատանք, Ժամանց, Սեքսուալ կյանք* [16, էջ 88]:

Աղյուսակ 3.

Հոգեբանական դիսքրեսի և բարեկեցության փոխկապակցվածության փոխկապակցվածությունը բավարարվածության հետ կենսագործունեության տարբեր ոլորտներում

Բավարարվածությունը ոլորտներում	Բավարարվածության ինդեքս	Դրական հույզեր	Տագնապ	Դեպրեսիա
Ժամանց	0,42	0,28	-0,29	-0,29
Ամուսնություն	0,39	0,17	-0,29	-0,32
Աշխատանք	0,38	0,26	-0,27	-0,36
Կենսամակարդակ	0,38	0,20	-0,18	-0,26
Ընկերություն	0,37	0,19	-0,15	-0,12
Սեքսուալ կյանք	0,34	0,17	-0,19	-0,33
Առողջություն	0,25	0,11	-0,23	-0,14

P<0.001

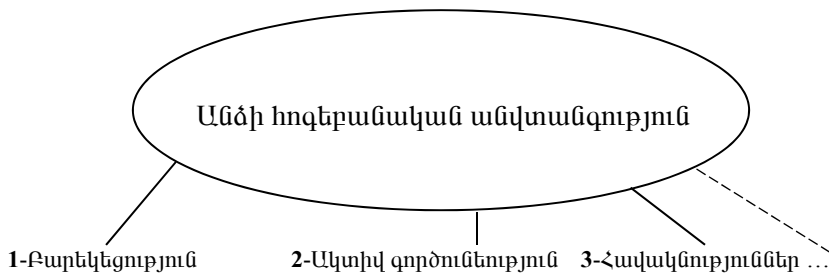
Աղյուսակից երևում է, որ բավարարվածության ցուցանիշը ունի փոխկապակցվածություն կենսագործունեության տարբեր ոլորտներում և հակադարձ է կոռելացվում տագնապի ու դեպրեսիայի ցուցանիշների հետ:

Եթե անդրադառնանք անձի հոգեբանական անվտանգության բաղադրիչների գործոնային վերլուծության երկրորդ հիմնական գործոնին, այնուամենայնիվ այն կապվում է անձի ակտիվությունն ապահովող այնպիսի ցուցանիշների հետ, ինչպիսիք են առույգությունն ու աշխատելու ցանկությունը, կենտրոնացվածությունն ու ինչ-որ բանով տարված, հրապուրված վիճակը և բավարար լարվածությունը, որը տարբերակվում է թուլացված վիճակից, սակայն չի ուղեկցվում գրգռվածությամբ:

Ինչ վերաբերում է մեր կողմից կատարված գործոնային վերլուծության մյուս արդյունքներին, երրորդ խմբի գործոնները կապվում են հուզականության և կոմֆորտի ցուցանիշների հետ, ընդ որում՝ վերջինս հակադարձ է կոռելացվում Աշխատանքի հետ: Կարող ենք եզրակացնել, որ խոսքը վերաբերում է հավակնությունների մակարդակին, երբ թուլացված են մտահոգությունը,

լարվածությունը՝ կապված ակտիվ գործունեության հետ, իջեցված են սեփական կյանքի հանդեպ պահանջը, առկա քչով բավարարվելու միտումը և այլն:

Հիմնվելով գործոնային վերլուծության (աղյուսակ 1) և որակական խմբավորումների վրա (նկար 1)՝ վերջնական գործոնային ծանրաբեռնվածության պլեադան կարող ենք ներկայացնել հետևյալ խմբերով.



Նկար 2. Անձի հոգեբանական անվտանգության գործոնային ծանրաբեռնվածության պլեադան ըստ հիմնական ենթախմբերի

Կարող ենք համարել, որ անձի հոգեբանական անվտանգության գլխավոր գործոնների հետ համատեղ փոխկապակցվածությունները բնութագրվում և ընդհանրացվում են բարեկեցիկ կյանքի իմաստավորմամբ, որը դիտարկում ենք որպես ապահով կեցություն՝ «**բարեկեցություն**»: Անձը ապրում և ակտիվ գործունեություն է ծավալում կենսագործունեության այնպիսի պայմաններում, որտեղ հնարավորություն է ունենում ազատ արտահայտել իր հույզերը, ձևավորել հարաբերությունները, բավարարելով կարևորագույն պահանջումները՝ ստանալ մասնագիտություն, ունենալ հեռանկար մասնագիտական կայացման մեջ [10, էջ 386-390]: Կենսագործունեության այսպիսի պայմաններում ձևավորվող ապահովության զգացողությունը նպաստում է կյանքի հանդեպ դրական վերաբերմունքի դրսևորմանը, իրատեսական գնահատմանը:

Մյուս հիմնական գործոնը, որը բնորոշվում է **«ակտիվ գործունեության»** գործակցով, հանդես է գալիս հետաքրքրությունների, լարվածության և մտահոգվածության հետ համատեղ: Այս դեպքում կարող ենք մեկնաբանել, որ ակտիվությունը հակադարձվում է հուզական տոնուսի ցուցանիշին, այսինքն՝ երբ նվազում է կենսուրախությունը: Գործոնային այս խումբը դիտարկում ենք որպես «ակտիվ գործունեություն»:

Մյուս երկու գործոնները կարող ենք ամփոփել **«հավակնությունների մակարդակով»**: Ըստ ստացված գործակիցների՝ կոմֆորտին հակվածությունը նպաստում է ապահովության զգացողությանը՝ ի հաշիվ կյանքի հանդեպ պահանջների նվազեցման: Այս ցուցանիշը մաս կարող ենք մեկնաբանել սթրեսային վիճակներից խուսափման, ռիսկի գործոնի թուլացման և ինքնաբավության ձգտման տեսանկյունից:

Թերևս այս բաղադրիչները կարող են լրացվել **«սթրեսադիմացկունության»** գործոնով (աղյուսակ 1), որի առկայությունը նշանակալի չի կոռելացվում անձի հոգեբանական անվտանգության մյուս բաղադրիչներով, սակայն անձի մակարդակում հանդես է գալիս որպես կայունության նախադրյալ:

Սթրեսադիմացկունության ցուցանիշը հակադարձվում է բավարարվածության և լարվածության ցուցանիշներին՝ ուղիղ փոխկապակցվելով Աշխատանքի և Ընկերների բաղադրիչներով: Զանի որ այն հիմնականում պայմանավորված է հոգեֆիզիոլոգիական ցուցանիշներով, նյարդային համակարգի կայունությամբ, ապա անձի հոգեբանական անվտանգության ապահովման տեսանկյունից այն կարևորվում է, որովհետև այսպես թե այնպես նպաստում է հոգեկան առողջությանը, սակայն որպես առանձին գործոն չի կարող բավարարել ապահովության զգացողություն ունենալուն, առավել ևս կարող է դառնալ սոմատիկ փոփոխությունների նախադրյալ: Այս առումով՝ գործունեության մեջ անձի հոգեբանական անվտանգության ապահովումը կարող է հանգեցնել զբաղվածության, աշխատանքային ծանրաբեռնվա-

ծության վերանայմանը, վերանախագծմանը, ինչը ներառված է սթրեսի կառավարման ուղղություններում [2, էջ 11]:

Ընդհանրացնելով գործունային վերլուծության արդյունքները՝ կարող ենք եզրահանգել, որ անչի հոգեբանական անվտանգությունն ապահովող բաղադրիչների նշանակալիությունը պայմանավորվում է սոցիալական միջավայրով, ակտիվությամբ և կյանքի հանդեպ ունեցած պահանջներով, և, որ ամենատեղի է, այն իմաստավորվում է գործունեության մեջ (ուսումնական, աշխատանքային, մասնագիտական)՝ կախված այն բանից, թե որքանով են դրանք կարևորվում գործունեության փոխյալ չեղում, անջնային և միջանջնային հարաբերությունների փոխյալ ենթադրադրում:

Եթե ամփոփիչ արդյունքը փորձենք վերլուծել կիրառական տեսանկյունից, պետք է դիտարկենք անձի հոգեբանական անվտանգությունը ապահով գործունեության մեջ, որն էլ կհանգեցնի գործունեության հուսալիությունն ապահովող գործոնների բացահայտմանը [6, 13, 15]: Ըստ Նորմանի՝ ապահով գործունեության գրավականը սխալների կանխատեսումն ու կանխարգելումն է, ընդ որում՝ դրանք պայմանավորված են արդյունավետ որոշման կայացման, գործողությունների հաջողականության պահպանման և ժամանակի արդյունավետ պլանավորման ու ծանրաբեռնվածության համապատասխանությամբ [14, էջ 365]:

Մեկ այլ մոտեցմամբ՝ գործունեության տարբեր ձևերը ներկայացնում են որոշակի պահանջներ, որոնք էլ թելադրում են մասնագիտական կարևոր որակները. օրինակ աշխատանքի հոգեբանության ներկայացուցիչների հետազոտությունները հանգում են այն մտքին, որ հուսալի գործունեության նախադրյալները պայմանավորված են որոշ ցուցանիշներով՝ սեռ, տարիք, փորձ, հմտություններ և ուսուցում, որոնք ձևավորվում են աշխատանքին հարմարվելու ընթացքում ի հայտ եկող անձի անհատական որակներով և գործունեության ոճով [6, էջ 158-161]:

Անձի հոգեբանական անվտանգության տեսանկյունից կարելի էր են նաև ծանրաբեռնվածության բաղադրիչը, աշխատանքային հագեցվածությունը, որը կարող է տատանվել նվազագույնից, երբ բարենպաստ պայմաններում կատարվում են պարզ առաջադրանքներ, մինչև ծայրահեղ մեծագույնը, երբ իրավիճակն արտակարգ է, գործողությունները՝ անհրաժեշտ, բայց ոչ պլանավորված: Նման պարագաներում յուրահատուկ են բնորոշ գործողությունները, տարբեր է հնարավորությունների իրացումը, որն էլ հանգեցնում է արդեն հայտնի օրինաչափությունների: Արտակարգ պայմաններում արդյունավետ կարող են աշխատել այն մարդիկ, ովքեր ունեն մյարդային կայուն համակարգ, առավել հանգիստ են ու հավասարակշռված: Նյարդային համակարգի թույլ տիպով մարդիկ գործունեության ընթացքում աստիճանաբար ձեռք են բերում կոմպենսատոր հնարավորություններ, որոնք բարձրացնում են արտաքին գրգռիչների հանդեպ զգայունակությունը, զգուշավորությունը և նպաստում այլ հնարավորությունների գարգացմանը [7, էջ 346-360]:

Մասնագիտական գործունեության մեջ անձի հոգեբանական անվտանգության ապահովումը մոտենում է հոգեբանական մոդելավորման նպատակներին և խնդիրներին [15]: Մոդելավորման սկզբնական մակարդակում ուսումնասիրվում և բացահայտվում են որոշակի գործունեությանը համապատասխան այս կամ այն հմտության նշանակալի տարրերը: Դրան հաջորդում է ընդունակությունների դրսևորման համար որպես նախադրյալներ ծառայող համապատասխան հմտությունների բացահայտման մակարդակը:

Հոգեբանական մոդելավորման ամենաբարձր մակարդակում որոշվում են մարդու ընդունակություններում դրսևորվող այնպիսի տարրեր, որոնք ազատ են իրավիճակից: Եթե մինչ այժմ գերակայում էր այն մոտեցումը, որ անձը պետք է համապատասխանի իր մասնագիտությանը, և շատ մեծ տեղ էր հատկացվում մասնագիտական ընտրությանը, ապա ներկայում կարևորվում են մասնա-

գիտական ուղղորդումը, տեղեկացվածության մատչելիության ապահովումը, պահանջարկը և անձի ընդունակությունները, նրա հնարավորություններն ու ունակությունները հաշվի են առնվում այն տեսանկյունից, թե որքանով են դրանք որպես նախադրյալներ արժեքավոր ուսուցման մեջ և հետագա մասնագիտական աճի համար [13, էջ 536]:

Ի վերջո, որպես մասնագիտական կամ աշխատանքային գործունեության անվտանգության ցուցանիշ՝ կարող ենք անդրադառնալ աշխատանքի արդյունքի որակին, աշխատանքից բավարարվածությանը: Վերջինս մեկնաբանվում է որպես **«աշխատողների այնպիսի հնարավորությունների համախումբը, որը աշխատանքային պայմանների արդյունավետության բարձրացման հետ համապետ նպաստում է անձնային կարիքների բավարարմանը»** [11, էջ 94]: Ընդ որում՝ աշխատանքային պայմանները ընդհանրացված են, քանի որ դրանք կարող են վերաբերել թե՛ մթնոլորտին, թե՛ աշխատանքային տարատեսակի նախընտրությանը, և թե՛ այլ հարցերի...

Կիրառական տեսանկյունից կարևորվում են նաև մոտիվացիոն ոլորտի բաղադրիչները՝ կյանքի հանդեպ ունեցած պահանջներն ու մղումները, վերաբերմունքը ապագայի նկատմամբ, հեռանկարները և հավակնությունները:

Ըստ մեր վերլուծության արդյունքների՝ կոմֆորտի, հուզականության և սթրեսադիմացկունության ցուցանիշները հակադարձվում են աշխատանքի բաղադրիչին: Մեկնաբանությունները ենթադրելի են և թերի, քանի որ առանձնակի չենք ուսումնասիրել արժեքային-կողմնորոշման ցուցանիշները և ծայրահեղ պայմաններում վարքային պաշարները, ներուժը:

Ժամանակի ընթացքում տնտեսական զարգացման պայմանների փոփոխությունները հասարակության մեջ առաջ են բերում ապահովության և բարենպաստության ընկալման յուրահատկություններ: Այս առումով փոփոխվում են այս կամ այն հասկացու-

թյունների հետ կապված հասարակական ընդունելի պատկերացումները, վերաբերմունքը:

Մասնավորապես «կյանքի որակը», որն առաջին հայացքից իր մեջ ընդգրկում էր կենսամակարդակի, սոցիալական կարգավիճակի որակական ցուցանիշներ, այսօր ներկայանում է անհատի սուբյեկտիվ բնութագրումներով, որոնք պայմանավորված են ապահովության բավարարմանը նպաստող ներքին զգացողություններով ու ապրումներով [3, էջ 53]: Այսինքն՝ անձի համար կյանքի որակյալ լինելը կարող է դրսևորվել նրա՝ սոցիալական միջավայրին համապատասխանության չափով, թե որքանով է այն բավարարում կյանքում ապահովություն ունենալը: Այս է պատճառը, որ «կյանքի որակը» նույնացվում է կյանքից բավարարվածության և պայմանների բարենպաստության զգացողության հետ: Հոգեբանական այս մոտեցումը կայուն մախաղղյալ է անձի հոգեբանական անվտանգության պահպանման համար:

Մի շարք մոտեցումներ և հետազոտական արդյունքներ վկայում են այն մասին, որ երջանկության և բավարարվածության ցուցանիշները ուղիղ կոռելացվում են դժվար իրավիճակներին հակադեռ դիմակայման մոտեցման ձևավորման հետ [3]: Որպես հաղթահարող վարք՝ այն անձի ներսում կարող է հանգեցնել արդյունավետ փոփոխությունների, քանի որ դժվար իրավիճակներում, երբ անհնարին է փոխել իրադրությունը, ի վերջո անձը փորձում է փոխել ինչ-որ բան իր ներսում՝ հավատալ, վստահել, ունենալ հուզական այլ վերաբերմունք, պատկերացնել դրական հեռանկար: Ինչպես վկայում են դժվար իրավիճակներում հաղթահարող վարքի հետազոտման մի շարք տվյալներ [3, էջ 170], կյանքի համար դժվարին իրադրությունները խմբավորվում են մի քանի բովանդակային իմաստավորումներով: Դրանք են՝

- միջանձնային դժվարությունները,
- ներանձնային դժվարությունները,
- կարևորագույն փոփոխությունները կյանքում,

- կենսական դժվարությունները, սթրեսային իրադրությունները, բախումները,

- հարազատների, մտերիմ մարդկանց դժվարությունները,
- տրավմատիկ ապրումները, կորուստը:

Այս ցանկը շատ ընդհանուր է և դժվարին իրադրություններից յուրաքանչյուրը կարելի է մասնատել տարբեր խնդիրների հետ կապված: Սակայն դրանք հաղթահարելու մեխանիզմները կարող են լինել համընդհանուր: Այն դեպքերում, երբ անձն ունի «իրավիճակն իր ձեռքերում պահելու» վստահություն, նա կարող է ապահովագրվել մի շարք խնդրահարույց իրադրություններից և խորը ապրումներից: Հաղթահարելով ներանձնային դժվարությունները, ունենալով հնարավորություն փոխելու վերաբերմունքը այս կամ այն խնդրի հանդեպ՝ անձը կարող է անդրադառնալ սեփական դժվարություններին նոր տեսակետներով, նոր դիրքորոշումներով ու համոզմունքներով:

Դժվարությունների հաղթահարման մեխանիզմների մասին կարելի է խոսել նաև վերը նշված գործոնային վերլուծությունների ենթատեքստում: Ձգտելով ապահով կեցության, բավարարվելով սեփական կյանքից՝ կարելի է հասնել ապահովության զգացողության և վարել ակտիվ գործունեություն, ունենալ բարձր պատրաստվածություն [5, էջ 135]:

Կարծում ենք, որ հետազոտության հետագա ռազմավարության մշակումը կընթանա *մոտիվացիոն ոլորտի բաղադրիչների, ինքնագնահատման, սեփական անձի հանդեպ վստահության և տարբեր իրավիճակներին դիմակայելու հնարավոր վարքային դրսևորումների ուսումնասիրմամբ՝ կարևորելով անձի հոգեբանական անվտանգությունը ներանձնային պաշարների, միջանձնային փոխհարաբերությունների ենթարկեսպում*: Մասնավորապես կարող են առանձնացվել նաև կոնֆլիկտային, սթրեսային և կյանքի համար վտանգ սպառնացող իրավիճակներին դիմակայելու հնարավորությունները՝ որպես հոգեբանական անվտանգության ապահովման երաշխիքներ, քանի որ ինչպես մեր, այն-

պես էլ այլ հետազոտական տվյալներով պարզ է դառնում, որ ապահովվածության և բավարարվածության ցուցանիշներում հիմնական ծանրաբեռնվածությունը «ընկնում» է անձնային որակների վրա՝ ***աղեկվար ինքնագնահատում, սոցիալական հարմարավետ միջավայրի ձեռքբերում և բավարար կենսագործունեություն ծավալում:***

ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

1. **Աղուզումցյան Ռ., Ամիրյան Ս. և ուրիշներ**, Անձի հոգեբանական անվտանգության հիմնախնդիրը. Կոլեկտիվ մենագրություն: Մաս 3, Երևան, ԵՊՀ հրատ., 2009, էջ 150-158:
2. **Водопьянова Н. Е.**, Психодиагностика стресса. СПб.: Питер, 2009, с. 291-297.
3. **Джидарьян И. А.**, Психология счастья и оптимизма. М.: Изд-во “Институт психологии РАН”, 2013, 268 с.
4. **Калинина С. И.**, Компьютерная обработка данных для психологов / Под науч. ред. А. Л. Тулупева. Изд. 2-е. СПб.: Речь, 2004, 134 с.
5. **Климов Е. А.**, Введение в психология труда. М. ЮНИТИ. 1998. 350 с.
6. **Котик М. А.**, Психология и безопасность. Таллинн. Валгус. 1989.
7. **Ломов Б. Ф.**, Методологические и теоретические проблемы психологии. М.: Изд. Наука. 1984, 443 с.
8. **Наследов А. Д.**, Математические методы психологического исследования. Анализ и интерпретация данных, уч. пособие. 3-е изд., стереотип. СПб.: Речь, 2008, с. 272-280.
9. Основы инженерной психологии. /Под. ред. Б. Ф. Ломова, Высшая школа, М., 1986, 355 с.
10. Практическая психология образования. /Под ред. И. В. Дубровиной, Сфера, М., 1997, 528 с.
11. Проблемы психологической безопасности /Отв. ред. А. Л. Журавлев, Н. В. Тарабрина, изд. «Институт психологии РАН», М.: 2012, 440 с.

12. Проблемы психологической безопасности личности: теоретические и экспериментальные исследования, сост. Агузумян Р. В., Амирян С. С. и др. Коллективная монография, Ер., изд. ЕГУ, 2013.
13. **Рубинштейн С. Л.**, Основы общей психологии, СПб., Питер, 2002, 720 с.
14. Человеческий фактор: Эргономическое проектирование деятельности и систем. /Под ред. А. И. Назарова, Мир, М., 1991, 599 с.
15. **Янчиков В. Н.**, Многоуровневое психологическое моделирование/
<http://www.mikbit.ru/model.php>
16. **Аргайл М.**, Психология счастья. 2-е изд., 2003/
http://www.koob.ru/argyle_m/psihologiya_schastya

ՎԵՐՋԱՔԱՆ

«Անձի կենսագործունեության հոգեբանական անվտանգություն» խմբային մենագրության մեջ ամփոփ ներկայացվել են անձի կենսագործունեության տարբեր ոլորտներում հոգեբանական անվտանգության ապահովման նախադրյալները:

Առանձնակի կարևորվել են «ընտանիքը», «առողջությունը», «ընկերությունը» և «աշխատանքը»՝ մասնագիտական գործունեության ենթատեքստում:

Խմբային մենագրության բաժիններից առաջինում տեսակա՝ նորեն մեկնաբանվել են այն կարևորագույն գործոնները, որոնք որպես միկրո և մակրո միջավայրային տարրեր պայմանավորում են անձի հոգեբանական անվտանգությունը: Անդրադարձ է կատարվել ընտանիքի դերին, առողջության ցուցանիշներին, տեղեկատվության ազդեցությանը, մշակութային խնդիրներին և այլն: Առանձնացվել են նաև գործունեության արդյունավետությանը նպաստող գործոններ, ինչպիսիք են աշխատանքային սոցիալ-հոգեբանական մթնոլորտը, համատեղ արդյունքում համագործակցային տարրը, տեղեկացվածության, գիտելիքի, փորձի փոխանակումը և այլն:

Խմբային մենագրության երկրորդ բաժնում ներկայացվել են անձի կենսագործունեության հոգեբանական անվտանգությանն ուղղված հետազոտության արդյունքները՝ ներառելով այն կարևոր բաղադրիչները, որոնք հատակեցվել էին տեսական վերլուծություններում:

Հետազոտական ուղղություններից առաջինն անդրադարձել է անձի հոգեբանական անվտանգությանը մասնագիտական դրդապատճառային տեսանկյունից, որն առնչվում է հոգեկան առողջությանը՝ իր վրա կրելով տեղեկատվական միջավայրի և կենսագործունեության պայմանների ազդեցությունները:

Հետազոտական հաջորդ ուղղությունը նվիրվել է անձի հոգեբանական անվտանգության համակարգային վերլուծությանը, ուր

ամփոփվել են կենսագործունեության տարբեր ոլորտներում մարդու ապահովության անհրաժեշտ գործոնների փոխկապակցվածությունները: Ներկայացվել են անձի հոգեբանական անվտանգության գլխավոր գործոնային խմբերը բնութագրող ընդհանրացումներ՝ «ապահով կեցություն», «ակտիվ գործունեություն», «հավակնություններ» և «սթրեսադիմացկունություն»:

Որպես վերջնարդյունք կարող ենք նշել, որ անձի հոգեբանական անվտանգությունն ապահովող բաղադրիչների նշանակալիությունը պայմանավորվում է սոցիալական միջավայրով, անձի ակտիվությամբ և կյանքի հանդեպ ունեցած սուբյեկտիվ վերաբերմունքով, և, որ ամենաէականն է, այն իմաստավորվում է նպատակաուղղված գործունեության մեջ, անձնային և միջանձնային հարաբերությունների ենթատեքստում:

Հոգեբանական անվտանգության բազմակողմանի, բազմամակարդակ և բազմաբնույթ էությունը ենթադրում է հետազայում ուսումնասիրել նաև այն գործոնները, որոնք ընդգրկված չեն սույն աշխատանքում:

ՀԻՄՆԱԿԱՆ ՀԱՍԿԱՑՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ

Մտորև ներկայացված հասկացությունները ներկայացված և բացատրված են անձի հոգեբանական անվտանգության տեսանկյունից.

Ադապտացիա – адаптация – adaptation

Ինքնակարգավորվող համակարգերի հարմարումն է միջավայրի պայմանների փոփոխություններին կամ արտաքին պայմանների հարմարեցումն է ներքին պահանջներին:

Ադեկվատություն – адекватность – adequate

Անձի գործողությունների և արտաքին պայմանների փոխհամաձայնեցումն է, որն առաջ է բերում ներքին բավարարվածություն և համարժեքություն:

Ազատություն – свобода – freedom

Անկախության և ինքնիշխանության զգացողություն է, որը մարդուն հնարավորություն է ընձեռում իր որոշումներում, ցանկություններում և ապրումներում լինելու անվերահսկելի և ազատ: Այս երևույթը մի շարք հոգեբանների և փիլիսոփաների աշխատություններում կարևորվում է որպես լիարժեք կենսագործունեության նախադրյալ, որպես անհատի և հասարակական գոյության կարևոր պայման:

Ակտիվություն – активность – activity

Կենդանի էակի դինամիկ հատկություն է, որն ուղղված է միջավայրից կենսական կարևոր տարրերի ձեռքբերմանն ու պահպանմանը:

Ամբողջականություն – целостность – integrity

Անձի հոգեբանության մեջ ամբողջականությունը դիտարկվում է որպես մարդու նպատակների, ձգտումների և գործողությունների,

վարքային ակտիվության միջև աղեկվատություն, որն անձի մոտ ձևավորում է ինքնավստահություն, կայունություն: Ըստ գելշտալտ հոգեբանների (Կ. Լևին)՝ անձի ամբողջականությունը ապահովվում է գոծունեության և պահանջմունքների փոխհարաբերությունների համարժեքությամբ:

Անվտանգություն - безопасность – safety

Համակարգի հատկանիշ է, որը նշանակում է վտանգավոր գործոնների բացակայություն կամ դրանց նկատմամբ հուսալի պաշտպանվածություն:

Անվտանգության պահանջմունք – потребность безопасности – need of safety

Հումանիստական հոգեբանության հիմնադիր Ա. Մալրուի կողմից առաջադրված հիերարխիայի պահանջմունքներից է, որն անմիջապես հաջորդում է մարդու կենսաբանական պահանջմունքներին: Անվտանգության պահանջմունքն իր մեջ ներառում է կայունություն, համակարգվածություն և վտանգող գործոններից, հիվանդություններից, վախերից և խառնաշփոթներից ազատվածության զգացողություն:

Ապահովություն – обеспеченность – provision

Կայունության և հաստատունության զգացողություն է, որը նպաստում է անհատի կենսագործունեության արդյունքավետության բարձրացմանը:

Բավարարվածություն կյանքից – удовлетворение жизнью – satisfaction of life

Անձի կողմից սեփական կյանքի որակի բավարար գնահատումն է, որն ուղեկցվում է անցյալի արժևորմամբ, ներկայի նկատմամբ իրատեսական մոտեցմամբ և ապագայի հանդեպ վստահությամբ:

Բարեկեցություն – благополучие – wellbeing

Կենսագործունեության արդյունավետության այն մակարդակն է, երբ անձը իր հոգեկան և ֆիզիկական առողջությունը, զբաղվածությունը, սոցիալական ապահովությունը գնահատում է իր համար կամ իր պատկերացումներով ադեկվատ:

Դեպրեսիա (ընկճախք) – депрессия – depression

Դեպրեսիան բնութագրվում է որպես աֆեկտիվ-հուզական խանգարում, որն ուղեկցվում է տխրության, լքվածության, մենակության, անօգնականության, դժբախտության զգացողություններով, հաճախակի նաև մարմնական հակազդումներով՝ անքնությամբ, ախորժակի բացակայությամբ, մկանային ցավով և հոգնածությամբ:

Լավասիրություն – оптимизм – optimism

Անձի դիրքորոշումների և վերաբերմունքի տեսակ է, որը դրսևորվում է ապագայում կանխատեսված և պլանավորված գործողությունների հանդեպ հուսադրող սպասումներով:

Լիարժեքություն – полноценность – fullness

Անձի կողմից սեփական ամբողջականության, բավարարվածության զգացողությունն է, որը կարող է արտահայտվել նաև գործունեության մեջ:

Կայունություն – стабильность – stability

Հոգեբանական մի վիճակ է, որը հավասարակշռված է պահում անձի ֆիզիոլոգիական և հոգեբանական դրսևորումները՝ բարձրացնելով անձի աշխատունակությունը և գործունեության որակը:

Կենսագործունեություն – жизнедеятельность – vital activity

Մարդու կյանքի ընթացքն է, որը պահանջում է հոգևոր, նյութական և սոցիալական պահանջմունքների բավարարմանն ուղղված գիտակցված և նպատակադրված գործողությունների իրականացում, ինքնակատարելագործում, դժվարությունների և հաջողու-

թյունների անընդհատ հաջորդում, կյանքի հանդեպ դիրքորոշումների ճկունություն, բավարարվածություն:

Կենսահայտնություն – выживаемость – survival

Անձի կողմից կենսական (կյանքի) դժվարությունները հաղթահարելուն միտված հատկություն է, որն արտահայտվում է կայտառությամբ, ինքնավստահությամբ, կյանքի մարահրավերների ընդունմամբ և ապրելու պատրաստակամությամբ:

Կոնֆորմիզմ – конформизм – conformism

Անձի կողմից կիրառվող վարքային ռազմավարություն է, որն ուղղված է արտաքին պայմանների ընդունմանը, բայց ոչ դրանց հետ ամբողջական հարմարմանը:

Կրթական միջավայրի անվտանգություն – безопасность образовательной среды – safety of education environment

ԿՄԱ-ն իր մեջ ներառում է կրթության անհրաժեշտ պայմանների ապահովում, ուսուցման գործընթացի կողմերի գործունեության ադեկվատություն, կրթական միջավայրում հոգեբանական ներդաշնակ մթնոլորտի ապահովում, կրթության որակի ապահովում:

Հավատ – вера – believe

Անձի աշխարհայացքի և իմացության (գաղափարների) համակարգ է, որը չի ենթադրում քննադատություն, ստուգում և փաստարկում: Այն առանձնակի կարևորվում է ապագայի հանդեպ ունեցած դիրքորոշումներում, որոնք կարող են ուղղորդել անձի վարքն ու գործունեությունը:

Հոգեկան առողջություն – психическое здоровье – mental health

Հոգեկան առողջությունը հոգեկան բարեկեցության վիճակ է, որը բնորոշվում է հոգեկան հիվանդագին դրսևորումների բացակայությամբ և ապահովում է վարքի, գործունեության՝ շրջապատող

իրականության պայմաններին համապատասխան կարգավորում:

Հուսալիություն – надежность – reliability

Անձի գործունեության արդյունավետության երաշխիքներից է, որն ապահովվում է հոգեֆիզիոլոգիական, անհատական և մասնագիտական կարևոր որակների կայունությամբ:

Պաշտպանվածություն – защищенность – protection

Պաշտպանվածությունը ապահովագրում է հնարավոր վնասից, վտանգավոր ազդեցություններին դիմակայելը, ստացված վնասի արագ փոխհատուցումը:

Պաշտպանական մեխանիզմ – защитный механизм – defense mechanisms

Հոգեվերլուծության համաձայն՝ պաշտպանական մեխանիզմները վարքային ռազմավարություններ են, որոնք անգիտակցական մակարդակում սկսում են գործել, երբ մարդը անհաջողության է հասնում նպատակի իրագործման ժամանակ, և նրա հոգեկան հավասարակշռվածությունը դրվում է վտանգի տակ:

Ճգնաժամային իրավիճակ – критическая ситуация – critical situation

Կենսական ճգնաժամային իրավիճակները նկարագրվում են այնպիսի հասկացություններով, ինչպիսիք են սթեսը, հուսալքությունը, կոնֆլիկտները և հուզական անհավասարակշռված ապրումները:

**ԱՆՁԻ ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ
ԱՆՎՏԱՆԳՈՒԹՅԱՆ
ԳՆԱՀԱՏՄԱՆ ՓԱԹԵԹ**

N _____

Անուն, ազգանուն _____

Մեռ _____ տարիք _____ բնակավայր _____ ամուսնական
կարգավիճակ _____

1. Ո՞ր երրորդ երեխան եք ընտանիքում _____

2. Քանի՞ երեխա կա ընտանիքում _____

3. Ընտանիքի անդամների հետ ո՞ր կապերն են նշանակալի (ընտրե՛ք երկուսը)

հասարակական-բարոյական _____

հուզական _____

ինտելեկտուալ _____

նյութական _____

4. Ընտանիքի կրթական մակարդակը

Տարրական - հայր _____ մայր _____

Թերի միջնակարգ - _____

Միջնակարգ - _____

Միջին մասնագիտական - _____

Թերի բարձրագույն - _____

Բարձրագույն - _____

5. Զբաղվածությունը

Աշխատում եմ _____

սպասարկում _____

առաքում _____

շինարարություն _____

գյուղատնտեսություն _____

հասարակական կազմակերպություն _____

քաղաքականություն _____

տրանսպորտ _____

կապ _____

արդյունաբերություն _____

միջնորդություն /գործակալություն _____

առևտուր _____

Չեմ աշխատում _____

Ինքնագրաված եմ (նշե՛ք ինչով _____)

6. Պատկանելիությունը սոցիալական խմբին

Միակողմանի ծնողագուրկ _____

Սոցիալապես ապահով _____

Երկկողմանի ծնողագուրկ _____

Սոցիալապես անապահով _____

ԱՆՁԻ ԱՆՎՏԱՆԳՈՒԹՅԱՆ ԲԱՂԱԴՐՈՒՄԵՐԻ ԳՆԱՀԱՏՄԱՆ ՄԱՆԴԱԿ

ՄԵԿԱԲԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

Չեզ ներկայացվում են անձի անվտանգության տարրերի արտահայտվածությունները որակյալ և բացասական բևեռներով: Ուշադիր կարդացեք և յուրաքանչյուր գույգից ընտրե՛ք այժ կամ ճախ արտահայտվածությունը, որն առավել է համապատասխանում Չեզ: Այնուհետև շրջանակի մեջ վերցրե՛ք համապատասխանության աստիճանը բնութագրող թիվը՝ ելնելով այն տրամաբանությունից, որ արտահայտվածությունը թուլանում է՝ 0 թվին մոտենալով: Ընտրե՛ք 0-ն միայն այն դեպքում, երբ ընդհանրապես չեք կարողանում կողմնորոշվել:

1. ԸՆՏԱՆԻՔ

Լավ փոխհարաբերություններ	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Վատ փոխհարաբերություններ
Բարձր կենսամակարդակ	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Ցածր կենսամակարդակ
Բարձր կրթական մակարդակ	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Ցածր կրթական մակարդակ
Հուզական քարենդատ մթնոլորտ	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Հուզական անբարենպաստ մթնոլորտ
Սոցիալական կալում կարգավիճակ	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Սոցիալական կալում կարգավիճակ
Ապագայի համոզեալ լավատեսություն	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Ապագայի համոզեալ հոռետեսություն
Ընտանիքի անդամների համոզեալ վստահություն	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Ընտանիքի անդամների համոզեալ անվստահություն

2. ԱՇԽԱՏԱՆՔ

Բարձր աշխատավարձ	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Ցածր աշխատավարձ
Աշխատանքային լավ պայմաններ	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Աշխատանքային վատ պայմաններ
Կայուն կարգավիճակ	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Անկայուն կարգավիճակ
Մասնագիտական կոմպլետենտություն	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Մասնագիտական ոչ կոմպլետենտություն
Բարենպաստ մթնոլորտ	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Բարենպաստ մթնոլորտ
Առաջընթացի հնարավորություն	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Առաջընթացի հնարավորության բացակայություն
Բավարարվածություն աշխատանքից	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Անբավարարվածություն աշխատանքից

3. ԸՆԿՆՆԵՐ

Լավ հարաբերություն	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Վատ հարաբերություններ
Փոխադարձ վստահություն	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Փոխադարձ անվստահություն
Հավատարմություն	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Անհավատարմություն
Հանդիպելու հնարավորությունների առկայություն	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Հանդիպելու հնարավորությունների բացակայություն
Փոխադարձ աջակցություն	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Աջակցության բացակայություն
Հուզական ամուր կապեր	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Հուզական թույլ կապեր

4. ԱՌՈՂՋՈՒԹՅՈՒՆ

Ֆիզիկապես լիովին առողջ	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Ֆիզիկապես ոչ լիովին առողջ
Հոգեպես լիովին առողջ	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Հոգեպես ոչ լիովին առողջ
Լավ ինքնագագադրություն	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Վատ ինքնագագադրություն
Սթրեսադիմացվունության բարձր մակարդակ	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Սթրեսադիմացվունության ցածր մակարդակ
Առողջ ապրելակերպ	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Անառողջ ապրելակերպ
Առաջին բուժօգնության հնտությունների առկայություն	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Առաջին բուժօգնության հնտությունների բացակայություն

5. ՏԵՂԵԿԱՏՎՈՒԹՅՈՒՆ

Տեղեկատվական հազեցվածություն	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Տեղեկատվական պակաս
Անհրաժեշտ տեղեկությունների մատչելիություն	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Անհրաժեշտ տեղեկությունների անմատչելիություն
Տեղեկատվության մաքրություն	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Տեղեկատվության աղակաղում
Տեղեկատվության հստակություն	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Տեղեկատվության անորոշություն
Տեղեկատվության ձեռքբերման հասանելիություն	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Տեղեկատվության ձեռքբերման անհասանելիություն
Տեղեկատվության ազատություն	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Տեղեկատվության ազատության սահմանափակում

6. ՄԱՐԴՈՒ ԻՐԱՎՈՒՆՔ

Ընտրության իրավունք	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Ընտրության իրավունքի սահմանափակում
Մասնագիտության ընտրության լայն հնարավորություն	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Մասնագիտության ընտրության սահմանափակ հնարավորություն
Խոսքի ազատություն	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Խոսքի ազատության սահմանափակում
Կրոնական պատկանելիության իրավունք	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Կրոնական պատկանելիության իրավունքի սահմանափակում
Ապահովագրության իրավունք	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Ապահովագրության իրավունքի սահմանափակում
Հավասար իրավունքների պահպանում	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Հավասար իրավունքների ոտնահարում
Քաղաքացիական պատկանելիության գիտակցում	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Քաղաքացիական պատկանելիության չգիտակցում

7. ՀԱՍԱՐԳԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

Բարենպաստ միջավայր	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Անբարենպաստ միջավայր
Հասարակական բարձրակարգ սպասարկում	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Հասարակական ցածրակարգ սպասարկում
Ծառայությունների բարձրակարգ մատուցում	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Ծառայությունների ցածրակարգ մատուցում
Հասարակական նորմերի պահպանում	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Հասարակական նորմերի անտեսում
Հասարակության լիարժեք անդամ	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Հասարակության ոչ լիարժեք անդամ
Բարձր կենսամակարդակ	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Ցածր կենսամակարդակ
Կրթական բարձր մակարդակ	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Կրթական ցածր մակարդակ

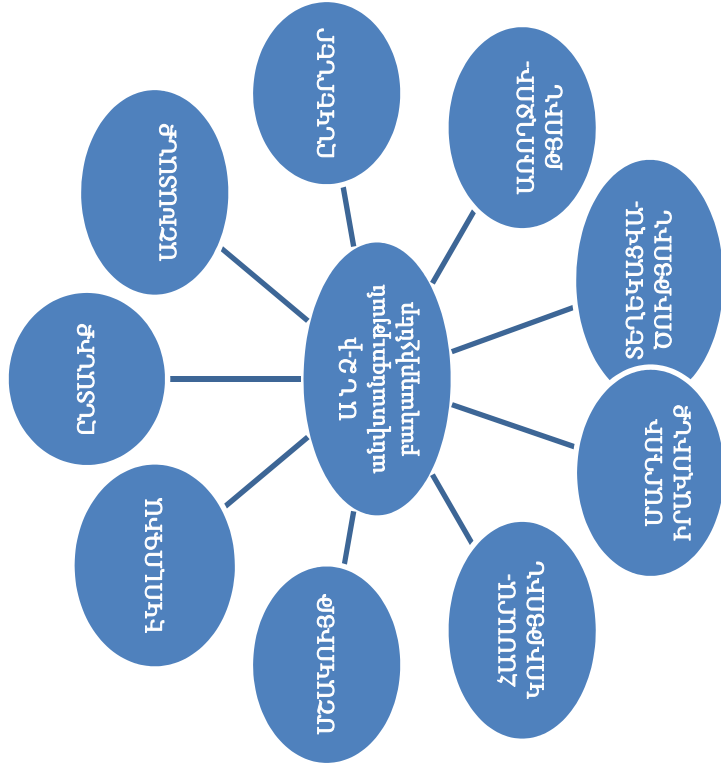
8. ՄՇԱԿՈՒՅԹ

Ձևավորված մշակութային արժեքներ	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Ձևավորված մշակութային արժեքներ
Հոգևոր արժեքների առկայություն	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Հոգևոր արժեքների բացակայություն
Ավանդույթի պահպանում	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Ավանդույթի անտեսում
Մոլորությունների առկայություն	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Մոլորությունների բացակայություն
Հաճախակի այցելություն մշակութային օջախներ	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Հազվադեպ այցելություն մշակութային օջախներ
Հետաքրքրություն սպորտային միջոցառումների նկատմամբ	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Անտարբերություն սպորտային միջոցառումների նկատմամբ

9. ԷԿՈԼՈԳԻԱ

Բնակլիմայական բարենպաստ պայմաններ	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Բնակլիմայական անբարենպաստ պայմաններ
Բավարար ջրային պաշար	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Անբավարար ջրային պաշար
Խմելու ջրի մաքրություն	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Խմելու ջրի աղտոտվածություն
Մննդի ժամկետի պահպանում	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Մննդի ժամկետի անստեղծում
Ապահով երթևեկություն	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Անապահով երթևեկություն
Դրական վերաբերմունք քաղաքաշինության հանդեպ	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Բացասական վերաբերմունք քաղաքաշինության հանդեպ
Բավարար կանաչապատում	5	4	3	2	1	0	1	2	3	4	5	Անբավարար կանաչապատում

Դասակարգել՝ ք ՍՆՁ-ի անկտանցության բաղադրիչներն ըստ Ձեզ համար կարևորության՝ համարա-
կալելով 1-ից 9-ը այնպես, որ 1-ը համապատասխանի ամենակարևորին, 2-ը՝ քիչ կարևորին... մինչև 9-ը:



Ձեզ ներկայացվում են տարբեր բնութագրումներ դրական և բացասական քննեմներով: Ուշադիր կարդացեք և յուրաքանչյուր գույգից ընտրե՛ք աջ կամ ձախ բնութագրումը, որն առավել է համապատասխանում Ձեզ: Այնուհետև շրջանակի մեջ վերցրե՛ք համապատասխանության աստիճանը բնութագրող բիվը՝ ելնելով այն տրամաբանությունից, որ բնութագրումը թույլանում է՝ 0 քվին մտրենալով: Ընտրե՛ք 0-ն միայն այն դեպքում, երբ ընդհանրապես չեք կարողանում կողմնորոշվել:

1.	Լավ ինքնա- զգացողություն	3	2	1	0	1	2	3	Վատ ինքնա- զգացողություն
2.	Ակտիվ	3	2	1	0	1	2	3	Պասիվ
3.	Ցրված	3	2	1	0	1	2	3	Ուշադիր
4.	Ուրախ	3	2	1	0	1	2	3	Տխուր
5.	Հոգնած	3	2	1	0	1	2	3	Հանգստացած
6.	Անհոգ	3	2	1	0	1	2	3	Մտահոգ
7.	Դանդաղաշարժ	3	2	1	0	1	2	3	Արագաշարժ
8.	Կենտրոնացած	3	2	1	0	1	2	3	Ցրված
9.	Վատ տրամադրություն	3	2	1	0	1	2	3	Լավ տրամադրություն
10.	Կայտառ	3	2	1	0	1	2	3	Ծուլլ
11.	Հանգիստ	3	2	1	0	1	2	3	Դյուրագրգիռ
12.	Հանգստանալու ցանկություն	3	2	1	0	1	2	3	Աշխատելու ցանկություն
13.	Ուժով լի	3	2	1	0	1	2	3	Ուժասպառ
14.	Հասկանալ դժվարությամբ	3	2	1	0	1	2	3	Հասկանալ հեշտությամբ
15.	Անտարբեություն	3	2	1	0	1	2	3	Հետաքրքրված
16.	Լարված	3	2	1	0	1	2	3	Թուլացած
17.	Տոկուն	3	2	1	0	1	2	3	Սպառված
18.	Չեզոք	3	2	1	0	1	2	3	Անհանգիստ
19.	Գրգռված	3	2	1	0	1	2	3	Քնկոտ
20.	Գոհունակ	3	2	1	0	1	2	3	Դժգոհ

ԱՆՁԻ ՈՒՍՈՒՄՆԱՍԻՐՄԱՆ ՍՏԱՆԴԱՐՏԱՑՎԱԾ

ԲԱԶՄԱԳՈՐԾՈՆ ՄԵԹՈԴԻԿԱ

(MMPI-ի կրճատ տարբերակ՝ ըստ Ֆ. Բերյոզգինի, Մ. Միրոշնիկովի)

Հրահանգ– Ուշադի՛ր ընթերցեք յուրաքանչյուր պնդում և արագ որոշում կայացրե՛ք՝ ընդունելի է այն Ձեզ համար, թե ոչ: Եթե համաձայն եք պնդման հետ, տվյալ համարի կողքը նշե՛ք «+», եթե ոչ՝ «-»:

1. Դուք լավ ակտրժակ ունեք:
2. Առավոտյան Դուք սովորաբար զգում եք, որ քունը առել և հանգստացել եք:
3. Ձեր առօրյա կյանքում հետաքրքիր բաներ շատ կան:
4. Դուք աշխատում եք մեծ լարումով:
5. Երբեմն Ձեր գլխում ծագում են այնպիսի վատ մտքեր, որ դրանց մասին ավելի լավ է չխոսել:
6. Դուք շատ հազվադեպ եք փորկապություն ունենում:
7. Երբեմն Դուք շատ եք ցանկացել ընդմիշտ հեռանալ տնից:
8. Երբեմն Դուք ունենում եք անգապելի ծիծաղի կամ լացի բռնկումներ:
9. Երբեմն Ձեզ անհանգստացնում են սրտխառնոցը և փսխելու ցանկությունը:
10. Դուք այնպիսի տպավորություն ունեք, որ Ձեզ ոչ ոք չի հասկանում:
11. Երբեմն Դուք ցանկանում եք հայիռել:
12. Ամեն շաբաթ Դուք սարսափելի երազներ եք տեսնում:
13. Դուք ավելի դժվար եք կենտրոնանում, քան մարդկանց մեծամասնությունը:
14. Ձեզ հետ տեղի են ունեցել (կամ տեղի են ունենում) տարօրինակ բաներ:
15. Դուք կյանքում շատ ավելին կունենայիք, եթե մարդիկ Ձեր դեմ տրամադրված չլինեին:
16. Փոքր տարիքում՝ ինչ-որ ժամանակ, Դուք մանր գողություններ եք կատարել:
17. Պատահել է, որ մի քանի օր կամ շաբաթ կամ ամիսներ Դուք ոչ մի բանով չեք կարողացել զբաղվել, որովհետև դժվարացել եք ստիպել Ձեզ գործ ձեռնարկել:
18. Ձեր քունը ընդհատվող է և անհանգիստ:
19. Երբ Դուք գտնվում եք մարդկանց մեջ, տարօրինակ բաներ եք լսում:
20. Ձեզ ճանաչողների մեծ մասը Ձեզ տհաճ մարդ չի համարում:
21. Դուք հաճախ եք ստիպված եղել ենթարկվելու ինչ-որ մեկին, ով Ձեզանից քիչ գիտեր:
22. Մարդկանց մեծամասնությունն իրենց կյանքից ավելի գոհ է, քան Դուք:
23. Շատ-շատերը չափազանցում են իրենց դժբախտությունները, որպեսզի արժանանան կարեկցանքի և օգնության:
24. Երբեմն Դուք զայրանում եք:

25. Ձեզ մոտ որոշակիորեն պակասում է ինքնավստահությունը:
26. Հաճախ Ձեր մկաններում թրթռոցներ են լինում:
27. Դուք հաճախ եք ունենում այնպիսի զգացում, կարծես կատարել եք ինչ-որ սխալ կամ վատ բան:
28. Սովորաբար Դուք բավարարված եք Ձեր ճակատագրով:
29. Ունաք այնպես են սիրում կարգադրել, որ Դուք ցանկանում եք ամեն ինչ ամել հակառակը, քեկուզև գիտեք, որ նրանք ճիշտ են:
30. Դուք համարում եք, որ Ձեր դեմ ինչ-որ բան են ձեռնարկում:
31. Մարդկանց մեծամասնությունն ընդունակ է շահի հասնել անագնիվ ճանապարհով:
32. Դուք հաճախ եք ունենում անհանգստություններ ստամոքսի հատվածում:
33. Հաճախ Դուք չեք կարողանում հասկանալ, թե մախրող օրը ինչու եք եղել վատ տրամադրությամբ և լարված:
34. Որոշ պահերի Ձեր մտքերը հոսել են այնքան արագ, որ Դուք չեք հասցրել դրանք արտահայտել:
35. Դուք համարում եք, որ Ձեր ծանոթների մեծամասնության համեմատ Ձեր ընտանեկան կյանքը վատ չի դասավորվել:
36. Երբեմն Դուք համոզված եք սեփական անօգտակարության մեջ:
37. Վերջին տարիներին Ձեր ինքնագգացողությունը հիմնականում լավ է եղել:
38. Ձեզ մոտ եղել են այնպիսի ժամանակներ, որ Դուք արել եք ինչ-որ բան և հետո չեք կարողացել հիշել, թե ինչ:
39. Դուք համարում եք, որ Ձեզ հաճախ են անարդար կերպով պատժել:
40. Դուք երբեք Ձեզ ավելի լավ չեք զգացել, քան այժմ:
41. Ձեզ համար միևնույնն է, թե ինչ են մտածում Ձեր մասին ուրիշները:
42. Հիշողության առումով Ձեզ մոտ ամեն ինչ կարգին է:
43. Դուք դժվարանում եք խոսակցությունը պահել մի մարդու հետ, ում հետ նոր եք ծանոթացել:
44. Ժամանակի մեծ մասը Դուք ընդհանուր թուլություն եք զգում:
45. Ձեր գլուխը հազվադեպ է ցավում:
46. Երբեմն Դուք դժվարացել եք քայլելու ընթացքում պահպանել հավասարակշռությունը:
47. Ձեր ոչ բոլոր ծանոթներն են Ձեզ դուր գալիս:
48. Կան մարդիկ, որոնք փորձում են գողանալ Ձեր գաղափարներն ու մտքերը:
49. Դուք համարում եք, որ կատարել եք արարքներ, որոնք չի կարելի ներել:
50. Դուք համարում եք, որ Դուք չափազանց ամաչկոտ եք:
51. Դուք գրեթե միշտ ինչ-որ բանի համար տագնապում եք:
52. Ձեր ծնողները հաճախ հավանություն չեն տալիս Ձեր ծանոթություններին:
53. Երբեմն Դուք մի քիչ բամբասում եք:

54. Ժամանակ առ ժամանակ Դուք զգում եք, որ Ձեզ համար շատ հեշտ է որոշումներ կայացնելը:
55. Դուք ունենում եք ուժեղ սրտխփոց և հաճախ շնչահեղձ եք լինում:
56. Դուք դյուրաբորբոք եք, բայց շուտ հանգստացող:
57. Դուք ունենում եք անհանգստության այնպիսի պահեր, որ դժվար է տեղում հանգիստ նստելը:
58. Ձեր ծնողները և ընտանիքի մյուս անդամները հաճախ են Ձեզ «կպնում»:
59. Ձեր ճակատագիրը ոչ որքի առանձնապես չի հետաքրքրում:
60. Դուք չեք դատապարտում մարդուն, որը դեմ չէր իր շահերի համար օգտվել ուրիշների սխալներից:
61. Երբեմն Դուք լի եք եռանդով:
62. Վերջին ժամանակներում Ձեր տեսողությունը վատացել է:
63. Հաճախ Ձեր ականջներում զնգոց կամ աղմուկ է լսվում:
64. Ձեր կյանքում եղել են դեպքեր, հնարավոր է միայն մեկը, երբ Դուք զգացել եք, որ Ձեզ վրա ինչ-որ մեկն ազդում է հիպնոսով:
65. Դուք ունենում եք շրջաններ, որոնց ժամանակ արտասովոր ուրախ եք լինում առանց պատճառի:
66. Նույնիսկ հասարակության մեջ գտնվելով՝ Դուք սովորաբար միայնակ եք զգում Ձեզ:
67. Դուք համարում եք, որ գրեթե յուրաքանչյուրը կարող է ստել, որպեսզի խուսափի տհաճություններից:
68. Դուք ավելի նրբազգաց եք, քան մարդկանց մեծ մասը:
69. Երբեմն Ձեր գլուխն աշխատում է կարծես ավելի դանդաղ, քան սովորաբար:
70. Դուք հաճախ եք հիասթափվում մարդկանցից:
71. Դուք չարաշահել եք ոգելից խմիչքներ:

ԲԱՎԱՐԱՐՎԱԾՈՒԹՅՈՒՆ ԿՅԱՆՔԻՑ

Հրահանգ – Խնդրում ենք առաջարկված դափողություններից յուրաքանչյուրի համար կատարել նշում՝ ըստ պատասխանի տարբերակի:

	ԴԱՏՈՂՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ	Համաձայն եմ	Համաձայն չեմ	Զգիտեմ
1.	Տարիքի հետ շատ բաներ ինձ թվում են ավելի լավ, քան ես սպասում էի առաջ:			
2.	Կյանքը ինձ բերեց շատ հիասթափություններ, քան իմ իմացած մարդկանցից շատերին:			
3.	Հիմա իմ կյանքի ամենամոռալ շրջանն է:			
4.	Իմ կյանքը կարող էր լինել առավել երջանիկ, քան կա:			
5.	Հիմա ես երջանիկ եմ համարյա այնքան, որքան ավելի երիտասարդ տարիներին:			
6.	Գործերիս մեծ մասը, որոնցով ես ստիպված եմ զբաղվել, ձանձրալի է և անհետաքրքիր:			
7.	Հիմա ես ապրում եմ իմ կյանքի ամենալավ տարիները:			
8.	Ես գտնում եմ, որ ապագայում ինձ սպասվում են հետաքրքիր և հաճելի գործեր:			
9.	Իմ գործերի և զբաղմունքների նկատմամբ ես ունեմ նույնպիսի հետաքրքրություն, ինչպես առաջ:			
10.	Տարիքի հետ ես ավելի շատ եմ զգում ինչ-որ հոգնածություն:			
11.	Տարիքի զգացողությունը ինձ չի անհանգստացնում:			
12.	Երբ ես նայում եմ իմ կյանքին, բավականություն եմ զգում:			
13.	Ես չեի փոխի իմ անցած կյանքը, եթե նույնիսկ այդպիսի հնարավորություն ունենայի:			
14.	Իմ տարիքի մարդկանց հետ համեմատած՝ ես կյանքում շատ հիմարություններ եմ արել:			

15.	Ես ավելի լավ տեսք ունեմ, քան իմ տարիքի շատ մարդիկ:			
16.	Ես ունեմ մի քանի պլաններ, որոնք մտադիր եմ իրականացնել:			
17.	Հետ նայելով անցյալին՝ կարող եմ ասել, որ իմ կյանքում շատ բան եմ բաց թողել:			
18.	Ի տարբերություն ուրիշների՝ ես ավելի հաճախ եմ գտնվում ճնշված վիճակում:			
19.	Ես ստացել եմ բավական շատ այն ամենից, ինչ սպասել եմ կյանքից:			
20.	Ինչ էլ որ ասեն, տարիքի հետ մարդկանց մեծ մասը իրեն ավելի վատ է զգում, քան լավ:			

ԿԵՆՍՈՒՆԱԿՈՒԹՅԱՆ ՀԱՐՑԱՐԱՆ

Խնդրում ենք պատասխանել հետևյալ հարցերին՝ նշում կատարելով
համապատասխան վանդակում:

№	ՀԱՐՑԵՐ	ոչ	ավելի շատ ոչ	ավելի շատ այո	այո
1.	Ես հաճախ վստահ չեմ իմ որոշումներում:				
2.	Երբեմն ինձ թվում է, թե ես անտեսվում եմ մյուսների կողմից:				
3.	Հաճախ՝ անգամ լավ քնելուց հետո, ես դժվարությամբ եմ ինձ ստիպում վեր կենալ անկողնուց:				
4.	Ես անընդհատ զբաղված եմ, և ինձ դա դուր է գալիս:				
5.	Հաճախ ես գերադասում եմ՝ գնալ հոսանքին համընթաց:				
6.	Ես փոխում եմ իմ ծրագրերը՝ իրադրությունից կախված:				
7.	Ինձ նյարդայնացնում են այն իրադարձությունները, որոնց պատճառով ես ստիպված եմ լինում փոխել օրվա գործերի ընթացքը:				
8.	Չնախատեսված դժվարությունները ժամանակ առ ժամանակ շատ են հյուծում ինձ:				
9.	Ես միշտ վերահսկում եմ իրավիճակն այնքան, որքան դա անհրաժեշտ է:				
10.	Երբեմն-երբեմն ես այնքան եմ հոգնում, որ էլ ոչինչ ինձ չի հետաքրքրում:				
11.	Երբեմն այն ամենը, ինչ ես անում եմ, ինձ անօգուտ է թվում:				
12.	Ես փորձում եմ տեղյակ լինել այն ամենին, ինչ կատարվում է իմ շրջապատում:				

13.	Փորձած քանն անփորձ մածունից լավ է:				
14.	Երեկոյան ժամերին ես հաճախ ինձ լիովին ուժասպառ եմ գգում:				
15.	Ես գերադասում եմ իմ առջև դնել դժվարամատչելի նպատակներ և հասնել դրանց:				
16.	Երբեմն ինձ վախեցնում են ապագայի մասին մտքերը:				
17.	Ես միշտ վստահ եմ, որ կարող եմ կյանքի կոչել այն, ինչին մտադրվել եմ:				
18.	Ինձ թվում է, թե ես չեմ ապրում լիարժեք կյանքով, այլ միայն դեր եմ խաղում:				
19.	Ինձ թվում է, որ եթե նախկինում ես ավելի քիչ հիասթափություններ ու անհաջողություններ ունենայի, հիմա ավելի թեթև կապրեի:				
20.	Առաջացող խնդիրները հաճախ ինձ անլուծելի են թվում:				
21.	Պարտություն կրելու դեպքում ես կփորձեմ հակահարված տալ:				
22.	Ես սիրում եմ նոր ծանոթություններ հաստատել:				
23.	Երբ ինչ-որ մեկը բողոքում է, թե կյանքը ճանճրալի է, դա նշանակում է, որ նա պարզապես չի կարողանում տեսնել այն, ինչ հետաքրքրություն է առաջացնում:				
24.	Ես միշտ զբաղված եմ ինչ-որ բանով:				
25.	Ես միշտ կարող եմ ազդել իմ շուրջը տեղի ունեցածի արդյունքի վրա:				
26.	Ես հաճախ զղջում եմ արդեն արվածի համար:				
27.	Եթե խնդիրը մեծ ջանքեր է պահանջում, ես նախընտրում եմ հետաձգել այն ավելի հարմար ժամանակի:				
28.	Ես դժվար եմ մտերմանում այլ մարդկանց հետ:				
29.	Որպես կանոն՝ շրջապատողներն ինձ ուշադրությամբ են լսում:				

30.	Եթե ես կարողանայի, շատ բան կփոխեի անցյալում:				
31.	Ես հաճախ եմ վաղվան թողնում այն, ինչը դժվար է իրագործել, կամ այն, ինչում ես վստահ չեմ:				
32.	Ինձ թվում է՝ կյանքն անցնում է իմ կողքով:				
33.	Իմ երազանքները հազվադեպ են իրականանում:				
34.	Անսպասելի իրադարձություններն ինձ մոտ կյանքի հանդեպ հետաքրքրություն են առաջացնում:				
35.	Ժամանակ առ ժամանակ ինձ թվում է, թե իմ բոլոր ջանքերն ապարդյուն են:				
36.	Երբեմն-երբեմն ես երազում եմ համաչափ ընթացող հանգիստ կյանքի մասին:				
37.	Իմ համառությունը չի հերիքում սկսած գործը ավարտելու համար:				
38.	Պատահում է, որ կյանքն ինձ ձանձրալի և անգույն է թվում:				
39.	Ես հմարավորություն չունեմ ազդել անսպասելի խնդիրների վրա:				
40.	Շրջապատողներն ինձ թերագնահատում են:				
41.	Որպես կանոն՝ ես աշխատում եմ հաճույքով:				
42.	Երբեմն ես ինձ ավելորդ եմ զգում նույնիսկ ընկերների շրջապատում:				
43.	Պատահում է, որ ինձ վրա այնքան խնդիրներ են թափվում, որ պարզապես ձեռքերս թուլանում եմ:				
44.	Ընկերներս ինձ հարգում են համառության և անկոտրում լինելու համար:				
45.	Ես հաճույքով եմ սկսում իրագործել նոր գաղափարները:				

Հրահանգ - Խնդրում ենք առաջարկված 9 հասարարումների 8 տարբերակներից յուրաքանչյուրի համար կատարել համապատասխան նշում՝ ըստ սյունակների: Երկար մի՛ մոռա՛նք յուրաքանչյուրի պատասխանի վրա, առաջնորդվե՛ք միայն այն բանով, թե որքանով եք համաձայն նշվածի հետ (4 - լիովին համաձայն եմ, 3 - համարյա համաձայն եմ, 2 - համաձայն եմ ինչ-որ չափով, 1 - համաձայն չեմ, 0 - դժվարանում եմ պատասխանել):

1. Սեփական վարքում անհրաժեշտ է պահպանել հետևյալ սկզբունքները.	4	3	2	1	0
1. «Կարևորը առողջությունն է»: Պետք է ամեն ինչ անել այն պահպանելու համար:					
2. «Ժամանակը փող է»: Պետք է ձգտել ավելի շատ փող վաստակել:					
3. Ազատ ժամանակը պետք է տրամադրել ընկերներին:					
4. Երբեք առանց գործի չնստել, իսկ եթե այն չկա, պետք է փնտրել:					
5. Պետք է մշտապես բարի գործ կատարել, մույնիսկ այն ժամանակ, եթե դժվար է:					
6. Պետք է մշտապես ձգտել ուրիշներից առաջ անցնել:					
7. Անհրաժեշտ է հասկանալ մշակույթը, ձեռք բերել շատ տարբեր գիտելիքներ:					
8. Պետք է ձգտել բացահայտել նոր բան, ինչ-որ բան հայտնագործել, ստեղծել:					
2. Աշխատանքի և ուսման նկատմամբ սեփական վերաբերմունքում պետք է առաջնորդվել հետևյալ սկզբունքներով.	4	3	2	1	0
1. Աշխատանքը պարտադրված անհրաժեշտություն է, եթե կա հնարավորություն, ավելի լավ է չաշխատել:					
2. Եթե խմբում առաջանում է կոնֆլիկտ, ապա ավելի լավ է չմիջամտել:					
3. Ես կցանկանայի, որ աշխատանքի և ուսման վայրը լինի տան նման՝ հարմարավետ ու գեղեցիկ:					
4. Գլխավորը հեղինակություն և ճանաչում ունենալն է:					
5. Աշխատանքում պետք է ակտիվորեն ձգտել առաջընթացի, հասունության:					

6. Անհրաժեշտ է ձեռք բերել ավելի շատ գիտելիքներ և խմացություն, քան պահանջում է ուսումնական ծրագիրը:					
7. Ուսման ընթացքում միշտ կարելի է գտնել այն, ինչը հետաքրքիր է, ինչը կարող է գրավել:					
8. Պետք է ոչ միայն հետաքրքրված լինել, այլև հետաքրքրել ուրիշներին:					
3. Համալսարանից հետո՝ ազատ ժամանակ, իմ գործերում մեծ տեղ են զբաղեցնում հետևյալները.	4	3	2	1	0
1. Ընթացիկ տնային գործեր, օգնություն ընտանիքին:					
2. Հանգիստ և զվարճանք (հեռուստացույց, կինո, զբոսանք և այլն):					
3. Հանդիպում ընկերների և ծանոթների հետ:					
4. Հասարակական աշխատանք (գրե՛ք կոնկրետ ինչպիսի): _____					
5. Ձբաղմունք երեխաների հետ (պարտադիր չէ սեփական):					
6. Ուսումնական պարապմունքներ:					
7. Հրապուրող զբաղմունքներ, հոբբի (գրե՛ք հատկապես ինչ): _____					
8. Ձբաղվածություն, որով կարելի է փող վաստակել:					
4. Համալսարանում շատ ժամանակ են պահանջում հետևյալ գործերը.	4	3	2	1	0
1. Անմիջական ուսումնական պարապմունքները (դասախոսություն, սեմինար, գործնական և այլն):					
2. Գործնական շփումները (բանակցություններ, ելույթներ և այլն):					
3. Համալսարանի և դասերի հետ կապ չունեցող զբոյցներ:					
4. Հասարակական աշխատանք (գրե՛ք հատկապես ինչպիսի): _____					
5. Ինքնուրույն պարապմունքներ:					
6. Ձբաղվածություն խմբակներում, հավաքներում, հանրությունում և այլն (գրե՛ք հատկապես ինչպիսի): _____					

7. Օգնություն ուսանողներին ուսման մեջ և այլ գործերում:					
8. Ազատ ժամանակ, երբ հնարավոր է զբոսնել, զբոսնել, հանգստանալ:					
5. Եթե ուրբաթը լիներ ազատ օր, ես այն ավելի շուտ կօգտագործեի, որպեսզի.	4	3	2	1	0
1. Հանգստանալի:					
2. Ժամանակն անցկացնելի ընկերներին և ծանոթներին հետ:					
3. Ջվարճանալի:					
4. Օգնելի ընտանիքիս անդամներին տարբեր գործերում:					
5. Մասնակցելի հասարակական միջոցառումների (գրե՛ք հատկապես ինչպիսի): _____					
6. Միևնույն է, կգրադվելի դասերով:					
7. Կկարդալի գեղարվեստական գրականություն:					
8. Կգրադվելի իմ հետաքրքրություններով՝ հոբբիով:					
6. Եթե ինձ բույլ տալին պարապել լիովին ազատ ծրագրով, ես հիմնական ժամանակը կնվիրեի.	4	3	2	1	0
1. Դասախոսություններին, սեմինարներին և գործնական պարապմունքներին նույն ծավալով, բայց իմ ընտրությամբ:					
2. Ուսումնական թեմաների շուրջ ազատ քննարկումներին այնպիսի դասախոսների և ուսանողների հետ, որոնց ինքս կընտրեի:					
3. Կլսեի և կքննարկեի այն, ինչն անհրաժեշտ է:					
4. Հասարակական աշխատանքին (գրե՛ք հատկապես ինչպիսի): _____					
5. Բարդացված ծրագրով ինքնուրույն պարապմունքներին (նշե՛ք ինչով հատկապես): _____					
6. Խմբակներում և հավաքներում պարապմունքներ (գրե՛ք հատկապես ինչպիսի): _____					
7. Ուսման և այլ գործերով օգնություն ուսանողներին:					
8. Ժամանակի մեծ մասը կտրամադրեի մաքուր օդում հանգստին:					
7. Ես հաճախ եմ ծանոթների և ընկերների հետ զրուցում հետևյալ թեմաների շուրջ.	4	3	2	1	0

1. Ինչպես կարելի է հետաքրքիր և հաճելի անցկացնել ժամանակը:					
2. Ընդհանուր ծանոթների մասին:					
3. Այն մասին, ինչ լսում եմ շրջապատողներից:					
4. Կյանքում ճանապարհ հարթելու, ուրիշներից վատը չլինելու մասին:					
5. Ուսումնական գործերի և զբաղմունքների մասին:					
6. Իմ հրապուրանքների՝ հոբբիի մասին:					
7. Այն մասին, թե ինչպես հմարել բոլորքով, ուժերի լարում պահանջող ինչ-որ բան:					
8. Կյանքի, գրքերի, մշակույթի մասին:					
8. Համալսարանի շնորհիվ ես հիմա կյանքում ունեմ.	4	3	2	1	0
1. Սովորական իրադրություն, որտեղ ինձ հաճելի է:					
2. Շրջապատողների հարգանք:					
3. Լավ աշխատախումբ, ընկերական փոխհարաբերություններ:					
4. Մշտապես իմանում եմ ինձ հետաքրքրող նորություններ:					
5. Ձգացում, որ ես կարող եմ օգուտ բերել:					
6. Ընդունակությունները զարգացնելու հնարավորություն:					
7. Կյանքի համար օգտակար կարողություններ:					
8. Հեռանկարային աշխատանք ստանալու հնարավորություն:					
9. Ամենից շատ ես կուզեի լինել այնպիսի միջավայրում, ուր.	4	3	2	1	0
1. Աղմկոտ է և զվարճալի:					
2. Գեղեցիկ է, հարմար և հաճելի:					
3. Կարելի է կատարել որոշ գործեր:					
4. Քեզ հարգում են և ընդունում որպես լիդեր:					
5. Կարելի է ձեռք բերել նոր ընկերներ:					
6. Կամ հայտնի մարդիկ:					
7. Ձբաղվում եմ ինչ-որ ընդհանուր աշխատանքով՝ ստեղծում, ուսումնասիրում և այլն:					
8. Հնարավոր է դրսևորել սեփական ընդունակությունները՝ դերասանական, գեղարվեստական, սեփական գիտելիքները և այլն:					

ԵՐԵՎԱՆԻ ՊԵՏԱԿԱՆ ՀԱՄԱԼՍԱՐԱՆ

**ԱՆՁԻ ԵՎ ՄԱՍՆԱԳԻՏԱԿԱՆ ԳՈՐԾՈՒՆԵՈՒԹՅԱՆ
ՀՈԳԵԲԱՆՈՒԹՅԱՆ Գ/Հ ԼԱԲՈՐԱՏՈՐԻԱ**

**ԱՆՁԻ ԿԵՆՍԱԳՈՐԾՈՒՆԵՈՒԹՅԱՆ
ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ ԱՆՎՏԱՆԳՈՒԹՅՈՒՆ**

Համակարգչային ձևավորումը՝ Կ. Չալաբյանի
Կազմի ձևավորումը՝ Ա. Պատվականյանի
Հրատ. սրբագրումը՝ Հ. Ասլանյանի

Չափսը՝ 60x84 1/16: Տպ. մամուլ 9:
Տպաքանակը՝ 150 օրինակ:

ԵՊՀ հրատարակչություն

ք. Երևան, 0025, Ալեք Մանուկյան 1