

**ՀՀ ԿՐԹՈՒ ԹՅԱՆ ԵՎ ԳԻՏՈՒ ԹՅԱՆ ՆԱԽԱՐԱՐՈՒ ԹՅՈՒՆ
Խ ԱԲՈՎՅԱՆԻ ԱՆՎԱՆ ՀԱՅԿԱԿԱՆ ՊԵՏԱԿԱՆ ՄԱՆԿԱԿԱՐԺԱԿԱՆ
ՀԱՄԱԼ ՍԱՐԱՆ**

ՂԱԶԱՐՅԱՆ ԱՐՄԻՆԵ ՀԱՐՈՒ ԹՅՈՒՆԻ

**ԲՆԱԿՈՐՈՒ ԹՅԱՆ ՇԵՇՏՎԱՃՈՒ ԹՅԱՆ ՁԵՎԱԿՈՐՄԱՆԸ ՆՊԱՍՏՈՂ
ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ ԳՈՐԾՈՆՆԵՐԸ**

(մանկավարժական ԲՈՒՅ-ի օրինակով)

ԱՏԵՆԱԽՈՍՈՒ ԹՅՈՒՆ

ԺԹ. 00.01.- «Ընդհանուր հոգեբանություն, հոգեբանություն
տեսություն և պատմություն, անձի հոգեբանություն»
մասնագիտությունը հոգեբանական գիտությունների թեկնածուի
գիտական աստիճանի հայցման համար

Գիտական ղեկավար՝

Հոգեբանական գիտությունների
թեկնածու, դոցենտ **Ս. Մ. Փիլոսյան**

ԵՐԵՎԱՆ – 2018

ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒ ԹՅՈՒՆ

ՆԵՐԱՃՈՒ ԹՅՈՒՆ

.....3

**ԳԼՈՒԽ 1: ԲՆԱՎՈՐՈՒԹՅԱՆ ՇԵՇՏՎԱԾՈՒԹՅԱՆ ՀԻՄՆԱԽԱԴԻՐԸ
ՀՈԳԵԲԱՆՈՒԹՅԱՆ ՄԵՋ**

.....14

1.1 Բնավորությունը և գծերի դասակարգման մոտեցումները14

1.2 Բնավորությունը և շեշտվածությունը դրսևորման առանձնահատկությունները21

ԳԼՈՒԽ 2: ԲՆԱՎՈՐՈՒԹՅԱՆ ՇԵՇՏՎԱԾՈՒԹՅԱՆ ՏԻՊԵՐԻ ԱՆՀԱՏԱԿԱՆ, ԱՆՁՆԱՅԻՆ ՀԱՏՎՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ԵՎ ԱՆՁՆԱՅԻՆ ԿԱՌՈՒՅՑՆԵՐԻ ՀԵՏԱԶՈՏՈՒԹՅԱՆ ԱՐԴՅՈՒՆՔՆԵՐԻ ՎԵՐԼՈՒԾՈՒԹՅՈՒՆ

.....62

2.1 Հետազոտությունը մեթոդաբանական հիմքերը, մեթոդներն ու դրանց ընտրությունը

.....

62

2.2 Բնավորությունը և շեշտվածությունը տիպերի և անձնային կառույցների, հատկություններին հետազոտությունը արդյունքների համահարաբերակցային ցուցանիշների հոգեբանական վերլուծությունը72

ԳԼՈՒԽ 3: ԲՆԱՎՈՐՈՒԹՅԱՆ ՇԵՇՏՎԱԾՈՒԹՅԱՆ ԸՆԴՀԱՆՈՒՐ ԳՈՐԾՈՆՆԵՐ ՈՒՆԵՑՈՂ ՏԻՊԵՐԻ ԵՎ ԱՆՁՆԱՅԻՆ ՀԱՏՎՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ, ԿԱՌՈՒՅՑՆԵՐԻ ՀԵՏԱԶՈՏՈՒԹՅԱՆ ԱՐԴՅՈՒՆՔՆԵՐԻ ՀԱՄԵՄՏԱԿԱՆ ՎԵՐԼՈՒԾՈՒԹՅՈՒՆ ԽՄԲԱՅԻՆ ԱՇԽԱՏԱՆՔՆԵՐԻՑ ԱՈՍՁ ԵՎ ՀԵՏՈ

.....121

3.1. Բնավորությունը և շեշտվածությունը ունեցող 18-20 տարեկան անձանց հոգեբանական վարժանքի վերլուծությունը

.....121

3.2 Բնավորությունը և շեշտվածությունը ունեցող 18-20 տարեկան անձանց հոգեբանական վարժանքի արդյունքների համեմատական վերլուծությունը խմբային աշխատանքներից առաջ և հետո

.....139

ԵԶՐԱԿԱՑՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ

.....151

ԳՈՐԾՆԱԿԱՆ ԱՈՍՁԱՐԿՆԵՐ

.....155

ԳՐԱԿԱՆՈՒ ԹՅՈՒՆ

.....156

ՀԱՎԵԼ ՎԱՃ **1**

.....165

ՀԱՎԵԼ ՎԱՃ **2**

.....187

ՆԵՐԱՆՈՒ ԹՅՈՒՆ

Թեմայի արդիականությունը

Ժամանակակից մարդու գործունեության ոլորտը դարձել է շատ ավելի ակտիվ, շատ ավելի բազմակողմանի, որտեղ մարդկային հարաբերությունների, գործունեության արդյունավետության, կազմակերպման, կառավարման խնդիրների կենտրոնում անձի սոցիալական կայացման, հատկապես՝ սոցիալական իրականության մեջ հուզական, ճանաչողական, հաղորդակցման ոլորտների կարգավորման առանցքում բնավորությունը կարևոր գործոն է դառնում: Բնավորության գծերի միջին արտահայտվածության դեպքում դրանք ադապտիվ գործառույթ ունեն, սակայն եթե այդ գծերը շեշտվում են, փոխվում է անձի կառուցվածքը, երբեմն էլ՝ մարդու ողջ կյանքը: Դառնալով առաջատար՝ բնավորության շեշտված գծերը խիստ ուղղորդող դիրքորոշումներ են ստեղծում, ինչը հարվածի տակ է դնում անձի ադապտիվությանը:

Հասարակության զարգացման ժամանակակից փուլը բնութագրվում է բազմաբնույթ փոփոխություններով: Այսօր առավել արագ, քան երբևէ, փոփոխվում է սոցիալական իրականությունը՝ ծառայությունները, բնակչության տնտեսական իրավիճակը, մշտապես փոփոխվում է տեղեկատվությունը: Նման պայմաններում անձի բնավորության գծերը փոխում են անձնավորության գործունեության ընդհանուր պատկերը և մարդկային փոխհարաբերությունների դրսևորման ձևերը: Առանցքային դեր կատարելով անձնային դրսևորումներում՝ բնավորության շեշտված գծերը կարող են փոխել անձի ողջ նկարագիրը, երբեմն էլ հիմք

հանդիսանալ շեղվող վարքի տարաբնույթ ձևերի և անձնային որոշ խանգարումների, հատկապես՝ պսիխոպաթիայի զարգացման համար:

Վերջին տարիներին բնավորության առանձնահատկությունների, բնավորության գծերի դասակարգման, բնավորության շեշտվածության, շեշտվածության և առանձին անձնային հատկությունների փոխարարությունների վերաբերյալ հետազոտություններ են կատարվել: Բնավորության շեշտվածության և անձի հոլգակամային ու որոշ փոխարարությունների խնդրին անդրադարձել են Կ. Լեոնհարդը (2000 թ.), Ա. Լիչկոն (1983 թ.), Ե. Ա. Ալեքսեևան և Վ. Վիբոյշիկը (2002 թ.), Յու. Գիպպենրեյտերը և Վ. Ռոմանովան (2012 թ.), Դ. Վ. Վոլվինան, Տ. Վ. Օգորոդովան (2013 թ.): Բնավորության շեշտվածության և ինտելեկտի, ռեֆլեքսիվության փոխազդեցության խնդրին է անդրադարձել Ս. Փիլոսյանը (2013 թ.): Բնավորության շեշտվածության և ինքնագնահատականի փոխարարություններն են անդրադարձել Ա. Լիչկոն (1983 թ.), Յու. Գիպպենրեյտերը և Վ. Ռոմանովան (2012 թ.), Ա. Ա. Սմագան և Տ. Ն. Իգերգինան (2011 թ.): Բնավորության շեշտվածության տիպերի և ինքնակարգավորման հիմնահարցն են ուսումնասիրել Վ. Ի. Ա. Սամոխվալովան (2013 թ.), Բ. Գիպպենրեյտերը և Վ. Ռոմանովան (2012 թ.), Ե. Ա. Ալեքսեևան և Ի. Վ. Վիբոյշիկը (2002 թ.), Ա. Լիչկոն (1983 թ.), Կ. Լեոնհարդը (2000 թ.), Պ. Վ. Վոլկովը (2004 թ.): Վ. Վարդանյանն (1999 թ.) ու Լիչկոն (1983 թ.) իրենց աշխատանքներում անդրադարձել են ասորումակցման և բնավորության շեշտվածության փոխարարությունների խնդիրներին: Ե. Ա. Կովալենկոն (2007 թ.), ուսումնասիրել է շփվողականության և բնավորության շեշտվածության փոխարարությունները: Յա. Ն. Նիկոլայենկոն (2009 թ.), Օ. Կոբզևան (2006 թ.), Ալեքսեևան և Վիբոյշիկը (2002 թ.) իրենց աշխատանքներում անդրադարձել են ագրեսիվության և բնավորության շեշտվածության փոխազդեցության խնդրին: Յու. Գիպպենրեյտերը և Վ. Յա. Ռոմանովան (2012 թ.) ուսումնասիրել են բնավորության տիպերի համատեղելիության, հարաբերությունների կառուցման ու կոնֆլիկտների լուծման խնդիրները, բնավորության յուրաքանչյուր տիպի ճիշտ դաստիարակության առանձնահատկությունները: Բնավորության շեշտվածության և կոնֆլիկտային իրավիճակներից դուրս գալու ոճերի ընտրության

փոխարարություն լինողին են անդրադարձել Մ. Ն. Շիլովան (2013 թ.),
Լ. Ի. Ալիևան (2012 թ.):

Սակայն ուսումնասիրված գիտական աղբյուրներից և ոչ մեկում
չեշտվածության յուրաքանչյուր տիպի հիմքում ընկած առավել
կարևոր գործոնների՝ անձի կառույցների, անհատական և անձնային
հատկությունների համարարարակցությունը ուսումնասիրված
չէ: Դրանց փոխարարություն և առավել նկատելի կապերի
բացահայտումը հնարավորություն կտա վեր հանել բնավորության
չեշտվածության տիպերի հիմքում ընկած գործոնները և դրանց
կարգավորման ուղիներ մշակել:

Ուսումնասիրության նպատակն է բնավորության չեշտվածության
ծնավորմանը նպաստող հոգեբանական գործոնների բացահայտումը:

Յետադոսում լինելու վարկածը - ենթադրվում է, որ.

1. Բնավորության չեշտվածության հիմքում ընկած են
անհավասարակշիռ նյարդային համակարգը և
կասկածամտություն, ագրեսիվություն, Եսասիրություն,
ենթարկվողականություն, կախյալություն, լիդերություն,
մրցակցության հակվածություն և անձնային
հատկությունները:
2. Բնավորության չեշտվածության բոլոր տիպերի մոտ առկա են
ինքնակառավարման մեկ կամ մի քանի բացասական
փոփոխությունների ենթարկված բաղադրամասեր և անձնային
հատկություններ:

Ուսումնասիրության նպատակի իրականացման համար առաջ են
քաշվել հետևյալ կոնկրետ **խնդիրները**.

1. Ուսումնասիրել գիտական գրականության մեջ լինող
վերաբերվող տեսական և մեթոդական մոտեցումները:
2. Ուսումնասիրել նյարդային համակարգի տիպի և
բնավորության չեշտվածության
փոխադրման ավորվածությունը:
3. Ուսումնասիրել բնավորության չեշտվածության և անձնային
կառույցների փոխադրեցությունը:

4. Վեր հանել բնավորության շեշտվածության և անձնային հատկությունների փոխազդեցության առանձնահատկությունները:
5. Բացահայտել բնավորության շեշտվածության տիպերին բնորոշ ինքնակառավարման առանձնահատկությունները:
6. Բացահայտել բնավորության շեշտվածության ձևավորմանը նպաստող գործոնները:

Յետազոտության օբյեկտը. բնավորության շեշտվածությունը:

Ուսումնասիրության առարկան է բնավորության շեշտվածության ձևավորմանը նպաստող հոգեբանական գործոնները:

Յետազոտության րևտակագմը – Յետազոտությանը մասնակցել է ՅՊՄՅ-ի առաջին և երկրորդ կուրսերի 74 ուսանող: Յետազոտության ընտրակազմում ընդգրկվել են Կրթության հոգեբանության և սոցիոլոգիա ֆակուլտետի հոգեբանություն և մանկավարժություն բաժնի առաջին և երկրորդ կուրսերի 30, Կուլտուրա ֆակուլտետի առաջին և երկրորդ կուրսերի 24 և Մաթեմատիկա, ֆիզիկա և ինֆորմատիկա ֆակուլտետի Տեխնոլոգիա և ձեռնարկչություն, ֆիզիկա և բնագիտություն բաժինների առաջին և երկրորդ կուրսերի 20 ուսանողներ: Փորձարկվողների նախնական ընտրությունը կատարվել է դիտման մեթոդով, որի ժամանակ ուշադրության կենտրոնում են եղել վարքի դրսևորումներն ու արտահայտությունները, հույզերի կառավարման հնարավորությունները, հաղորդակցման առանձնահատկությունները:

Յետազոտության համար **սեսամեթոդական հիմք են ծառայել** Լ. Տոն Բերտալ անֆիի մշակած համակարգային մոտեցումը, որը հոգեբանություն են ներմուծել և կիրառել Բ. Գ. Անանևը, Վ. Պ. Կուզմինը, Բ. Ֆ. Լոմովը, անձի ձևավորման և զարգացման Բ. Գ. Անանևի տեսությունը, Պ. Կ. Անոխինի կառուցվածքային-գործառնության ին մոտեցումը, Գ. Օլպորտի, Յ. Այգենկի և Ռ. Կետտելի անձի տեսությունները, Ա. Լիչկոյի և Կ. Լեոնիարդի բնավորության շեշտվածության մոտեցումները, դետերմինիզմի և զարգացման ընդհանուր գիտական սկզբունքները:

Յետազոտության մեթոդները – Յետազոտությունը կատարվել է դիտման, գիտափորձի, թեստավորման մեթոդներով: Առավել համալիր ուսումնասիրության նպատակով օգտագործվել են մի շարք ստանդարտացված մեթոդիկաներ՝

1. □Բնավորության շեշտվածության որոշման□ թեստը՝ Գ. Շմիշեկի հարցարանով [71, էջ 236-240]
2. □Անձնավորության հատկությունների շեշտվածություն և նյարդա-հոգեկան անկայություն□ մեթոդիկան [1, էջ 133-139]:
3. Կ. Թոմասի □Անձի կոնֆլիկտային վարքագծի նախատրամադրվածության ախտորոշման□ մեթոդիկան [61, էջ 88-95]:
4. □Անձնային դիֆերենցիալ□ հարցաթերթիկը [78, էջ 121-124]:
5. Զ. Ռավենի □Աստիճանաբար բարդացող աղյուսակներ□ մեթոդիկան՝ ինտելեկտի հետազոտման նպատակով [105, էջ 60]:
6. □Անձի հինգ--գործոնային մոդելի գնահատում□ սանդղակն՝ ըստՍ. Զ.Սիֆրթի [103, էջ 140]:
7. Ն. Մ. Պեյսախովի □ինքնակառավարման ընդունակություն□ մեթոդիկան [83, էջ 339-347]:
8. Կ. Ռոջերսի և Ռ. Դայմոնդի □Սոցիալ-հոգեբանական ադապտացվածության□ մեթոդիկան [62, էջ 457-465]:
9. Տ. Լիրիի □Միջանձնային հարաբերությունների ախտորոշում□ մեթոդիկան [78, էջ 130-136]:
10. Ի. Մ. Յուսուպովայի □Ապրումակցման միտումների մակարդակի որոշում□ թեստը [29, էջ 453-455]:
11. □Մենակության հակվածություն□ մեթոդիկան [29, էջ 421-422]:
12. Մ. Սնայդերի □Յաղորդակցման ընթացքում ինքնավերահսկման գնահատման□ թեստը [29, էջ 504-505]:
13. □Ինքնագնահատման մակարդակի որոշում□ թեստը [83, էջ 279-280]:

14.Ն.Ն. Օբոգովայի «Կամքի ու ժի ինքնագնահատում» թեստը [28, էջ 316-317]:

15.Վ. Մ. Ռուսալովի «Յուզականության ախտորոշում» մեթոդիկան [30, էջ 541-543]:

16.Վ. Ն. Ռայխովսկու «Շփվողականության մակարդակի որոշման» թեստը [29, էջ 427-429]:

17.«Ինքնուրույնության աստիճանի որոշում» թեստը [66, էջ 403-404]:

18.«Օնտոգենետիկ ռեֆլեքսիայի ինքնագնահատում» թեստը [86, էջ 244-245]:

19.«Նյարդային համակարգի առանձնահատկությունների ու սումնասիրում» մեթոդիկան [24, էջ 6-11]:

Յետադոտումը և գիտական նորույթը - Կատարվել է բնավորության շեշտվածության, անհատական, անձնային հատկությունների և անձնային կառույցների համակարգային ու սումնասիրություն: Բացահայտվել են յուրաքանչյուր տիպի հիմքում ընկած գործոնները.

1. Բռնկվող տիպի հիմքում ընկած են նյարդային համակարգի անհավասարակշռությունը և շարժունությունը, իսկ անձնային հատկություններից՝ ակտիվությունը, ցածր ինքնավերահսկողությունը, ագրեսիվությունը, կասկածամտությունը, հուզական անկառավարելիությունը և դեզադապտիվությունը: Ինքնակառավարման գործընթացին խանգարում են ինքնավերահսկման, շտկման և որակի գնահատման բաղադրամասերի ցածր արտահայտվածությունը:

2. Յուզասթեռնիկ տիպի հիմքում ընկած են կամքի թուլությունը, ինքնագնահատականի խիստ ցածր մակարդակը, խնդիրների լուծումից խուսափումը, ենթարկվողականությունը, ներոտիզմը, հուզական անկառավարելիությունը և դեզադապտիվությունը: Ինքնակառավարման համակարգում թուլյալ արտահայտված է կանխատեսման և խիստ ցածր՝ որոշման

ընդունման և հակադրությունների վերլուծության
բաղադրամասերը:

3. Շիզոֆրենիայի հիմքում ընկած են շփվողականության ցածր մակարդակը, խնդիրների լուծումից խուսափումը, հոլգական անկառավարելիությունը և դեզադապտիվությունը: Ինքնակառավարման գործընթացի արդյունավետությանը խոչընդոտում է որոշման ընդունման ցածր մակարդակը:
4. Հիստերոիդ տիպի հիմքում ընկած են նյարդային համակարգի անհավասարակշռությունն ու շարժունությունը, անձնային հատկություններից՝ ակտիվությունը, էքստրավերսիան և մրցակցության հակվածությունը: Ինքնակառավարման գործընթացի արդյունավետ աշխատանքին խանգարում են ինքնավերահսկման և շտկման բաղադրամասերի ցածր արտահայտվածությունը:
5. Հիպերտիմ տիպի հիմքում նյարդային համակարգի հատկություններից ընկած է շարժունությունը, իսկ անձնային հատկություններից՝ ակտիվությունը, էքստրավերսիան, շփվողականությունը և իշխանականությունը (իշխելու հակվածությունը): Ինքնակառավարման համակարգում թույլ արտահայտված է կանխատեսման և պլանավորման բաղադրամասերը:
6. Դիստիմիկ տիպի հիմքում ընկած են շփվողականության ցածր մակարդակը, հոլգական անկառավարելիությունը և դեզադապտիվությունը: Ինքնակառավարման գործընթացին խանգարում են որոշման ընդունման, որակի գնահատման և շտկման բաղադրամասերի ցածր արտահայտվածությունը:
7. Տիկլոտիմիկ տիպի հիմքում ընկած են նյարդային համակարգի անհավասարակշռությունը և դեզադապտիվությունը: Ինքնակառավարման գործընթացի արդյունավետությանը խոչընդոտում են ինքնավերահսկման և որակի գնահատման բաղադրամասերի ցածր մակարդակը:
8. Էմոտիվ տիպի հիմքում ընկած են հոլգականությունը և ներոտիզմի բարձր արտահայտվածությունը, ինչպես նաև

ինքնակառավարման հակադրությանը ու ներքին վերլուծության գործընթացի ցածր արտահայտվածությունը:

9. Խցանվող տիպի հիմքում ընկած են անհանդուրժողականությունը, կասկածամտությունը և հույզերի պաթոլոգիկ կայունությունը: Ինքնակառավարման համակարգի արդյունավետ աշխատանքին խանգարում է որոշման ընդունման և որակի գնահատման բաղադրամասերի թույլ արտահայտվածությունը:
10. Պեդանտ տիպի հիմքում ընկած է կասկածամտությունը: Ինքնակառավարման համակարգում թույլ արտահայտված են պլանավորման և որակի գնահատման բաղադրամասերը:
11. Տագնապային տիպի հիմքում անձնային հատկություններից ընկած են ինտելեկտի խիստ ցածր արտահայտվածությունը և հուզական անկառավարելիությունը: Ինքնակառավարման համակարգում թույլ արտահայտվածություն ունի պլանավորում բաղադրամասը:
12. Էկզալտացված տիպի հիմքում ընկած են նյարդային համակարգի անհավասարակշռությունը և մրցակցության հակվածությունը: Ինքնակառավարման համակարգի ամբողջական աշխատանքին խանգարում է որակի գնահատման բաղադրամասի ցածր արտահայտվածությունը:

Յետագոտության տեսական նշանակությունը

Համակարգային բնույթ կրող գիտափորձարարական ուսումնասիրությունների արդյունքները կարող են ընդլայնել բնավորության շեշտվածության հոգեբանական որոնների մասին գիտելիքների շրջանակը՝ անհատական, անձնային այն հատկությունները, որոնց փոխազդեցության դեպքում բնավորության շեշտվածությունն է առաջանում: Յետագոտության ընթացքում ստացված տվյալները կարող են ընդլայնել բնավորության տեսության շրջանակները:

Յետագոտության գործնական նշանակությունը

Գիտափորձարարական ուսումնասիրության արդյունքներն ու եզրակացությունները կարող են կիրառվել Ընդհանուր հոգեբանություն , Անձի հոգեբանություն և Տարիքային հոգեբանություն առարկաների ծրագրերում և ուսումնական նյութերում: Բնավորության շեշտվածությունն ունեցող 18-20 տարեկան անձանց հոգեբանական վարժանքի մեր առաջարկած ծրագիրը կարող է կիրառվել պատանիների բնավորության շեշտվածության որոշ տեսակների շտկման նպատակով:

Պարտականության ներկայացվող հիմնական դրույթները.

1. Բնավորության շեշտվածության յուրաքանչյուր տիպ իր ձևավորմանը նպաստող հոգեբանական գործոնների հիմքում ներառում է անհատական, անձնային հատկությունների իր ընտրանին և ունի անձնային կառույցների դրսևորման իր յուրահատկությունն ու շեշտադրումը:
2. Բնավորության շեշտվածություններին բնութագրական են հուզակամային ոլորտի կառավարման դժվարություններ, որոնք նպաստում են այդ տիպերին բնորոշ բացասական հատկությունների առավել կայուն պահպանմանը:
3. Բնավորության շեշտվածության տարբեր տիպերին բնութագրական են հաղորդակցման ոլորտի տարբեր դժվարություններ:
4. Էմոտիվ, հոգեաթենիկ և տագնապային տիպերի շտկման գործընթացը դժվար է ընթանում:
5. Պեդանտ տիպի մոտ փոփոխություններ չի դրսևորվում, որը բացատրվում է այդ տիպին բնորոշ նյարդային համակարգի անհավասարակշռությամբ, հուզական անկառավարելիությամբ, ինչպես նաև արտահայտված բացասական անձնային հատկություններով՝ կասկածամտություն և, ներոտիզմ:
6. Շտկողական աշխատանքների արդյունավետությանը խոչընդոտում են հույզերի կառավարման դժվարությունները:

Յետագոսումության փորձաքննությունը և տվյալների հուսալիությունը.

Հետազոտության արդյունքները պարբերաբար քննարկվել են Խ. Աբովյանի անվան ՀՊՄՀ-ի Հոգեբանության ամբիոնի նիստերում: Ստացված արդյունքների հուսալիությունն ու հավաստիությունն ապահովված են ընտրված մեթոդաբանական հիմքերով, օգտագործված մեթոդների օբյեկտիվությամբ և համարժեքությամբ, փորձարկվողների թվով, տվյալների քանակական և որակական վերլուծության ներդրումով:

Հետազոտական աշխատանքի վերաբերյալ հրատարակվել է 10 հոդված:

Հետազոտության արդյունքները ներկայացվել են հետևյալ գիտաժողովներում.

Խ. Աբովյանի 200-ամյակին նվիրված 54-րդ գիտաժողով: Մանկավարժ , Երևան 2010թ.

Երիտասարդ գիտնականների հանրապետական երրորդ գիտական նստաշրջան , Վանաձոր 2011թ.

Հոգեբանությունը և կյանքը, ամսագիր N1-2, Տաթև գիտակրթական համալիր, Երևան, 2011,

Հոգեբանությունը և կյանքը, ամսագիր N3-4, Տաթև գիտակրթական համալիր, Երևան, 2011,

Հասարակություն, ընտանիք, դեռահաս՝ արդիական խնդիրներ Հայաստանում և սփյուռքում միջազգային գիտա-գործնական համաժողով, 13-14 ապրիլի, Երևան, 2012,

Խ. Աբովյանի անվան հայկական պետական մանկավարժական համալսարանի 90-ամյակին նվիրված գիտաժողով: Մանկավարժ , Երևան 2013թ.

Տեսական և կիրառական հոգեբանության արդի հիմնախնդիրները , IV-րդ միջազգային գիտաժողով, 25-27 հոկտեմբերի, 2013 թ.

Դպրոցական հոգեբանության ծառայության հիմնախնդիրները գիտաժողով, Երևան, 2014 թ., նոյեմբերի 6-7:

Աստիճանական կառուցվածքը.

Աշխատանքը բաղկացած է ներածությունից, երեք գլուխներից, եզրակացություններից, գործնական առաջարկներից, օգտագործված գրականությունից և հավելվածներից:

Ներածության մեջ ներկայացված են հիմնախնդրի արդիականությունը, հետազոտության հիմնական վարկածը, օբյեկտը, առարկան, նպատակը, խնդիրները, հետազոտության ընտրակազմը, ընտրված մեթոդիկաները, գիտական նորոյթը, աշխատանքի տեսական և գործնական նշանակությունը, հետազոտության փորձաքննությունը և ատենախոսության կառուցվածքը:

Առաջին գլուխը վերաբերվում է հիմնախնդրի վերաբերյալ գիտական գրականության վերլուծությանը: Այն բաղկացած է երկու մասերից, որոնցից առաջինում վերլուծված են բնավորության գծերի դասակարգման բազմաբնույթ մոտեցումները, երկրորդում՝ բնավորության շեշտվածության դրսևորման առանձնահատկությունները:

Երկրորդ գլխի առաջին կետում /2.1 պարագրաֆ/ ներկայացված են հետազոտության մեթոդաբանական հիմքերը, մեթոդներն ու դրանց ընտրության հիմնավորումը և արդյունքների մաթեմատիկական-վիճակագրական մշակման մեթոդները: Երկրորդ գլխի 2.2 պարագրաֆում ներկայացված է բնավորության շեշտվածության և անձնային հատկությունների հետազոտության արդյունքների համահարաբերակցային ցուցանիշների հոգեբանական վերլուծությունը:

Երրորդ գլուխը նույնպես բաղկացած է երկու մասերից. 3.1 պարագրաֆում վերլուծված է բնավորության շեշտվածությունն ունեցող 18-20 տարեկան անձանց հոգեբանական վարժանքը, 3.2 պարագրաֆում՝ բնավորության շեշտվածությունն ունեցող 18-20 տարեկան անձանց հոգեբանական վարժանքի արդյունքների համեմատական վերլուծությունը խմբային աշխտնքներից առաջ և հետո:

Ատենախոսությունը ներառում է 6 եզրակացությունն՝ 14 ենթակետերով, 2 հավելված, 109 անուն գրականություն, 13

գծապատկեր, 8 գծանկար, 17 աղյուսակ, որոնք տեղ են գտել հավելված 1-ինում: Ատենախոսության ընդհանուր ծավալն է 169 տպագիր էջ:

**ԳԼՈՒԽ1: ԲՆԱԿՈՐՈՒ ԹՅԱՆ ՇԵՇՏՎԱԾՈՒ ԹՅԱՆ ՀԻՄՆԱԿՆԴԻՐԸ
ՀՈԳԵԲԱՆՈՒ ԹՅԱՆ ՍԵՋ**

1.1 Բնավորության գծերի դասակարգման մոտեցումները

Բնավորության խնդիրը հոգեբանական գիտության ավանդական և առաջատար խնդիրներից է: Ն. Դ. Լեվիտովը նշում է, որ բնավորությունը բավարարող սուսումնասիրված չէ [42, էջ 12]:

Ըստ Կ. Կ. Պլատոնովի՝ բնավորության ոչ բավարարող սուսումնասիրված լինելու պատճառը բնավորության ոչ ճիշտ հասկացումն է, ինչպես նաև ինչ-որ գծերի անարդյունք որոնումը [58, էջ 134]:

Ըստ Վ. Վ. Պոնոմորենկոյի՝ այսօր կան բնավորության բազմաթիվ դասակարգումներ, որոնցում դրսևորվող մոտեցումները տարբեր հիմնավորումներ ունեն՝ բարոյագիտական օրինաչափությունների վերլուծություն (Պլատոն, Թեոֆրաստոս), մարդու ընդունակությունների նկարագրում (\$\$. Գալլ), մարմնի և ծագումնաբանության վերլուծություն (\$\$. Ջորջանո), մարմնի կառուցվածքի սուսումնասիրում (Է. Կրեչմեր, Ու. Շելդոն), մարդու զգացմունքների ու ձգտումների նկարագրություն (\$\$. Պոլան, Ն. Լոսկի), սոցիալ-մշակութային միջավայրի ազդեցություն (Է. Ֆրոմմ, Դ. Խոնիգման, Բ. Ս. Բրատոս), անձի գերիշխող հակումների ներառում (Չ. Ֆրոյդ), անձի գործառնության ուղղվածություն վերլուծություն (Կ. Յունգ) և այլն [60, էջ 6]:

Բնավորության դասակարգման առաջին փորձերը պատկանում են Պլատոնին (Ք. ա. 427-347): Նա իր «Չոգու մասին» աշխատությունում տվել է բնավորության առաջին տիպաբանությունը, որը հիմնված էր գեղագիտական օրինաչափությունների վրա [82, էջ 311; 54, էջ 380; 41, էջ 12]: Ըստ Պլատոնի՝ հոգին բաղկացած է երեք մասերից՝ ինտելեկտուալ, կամային և հուզական: Դրանից ելնելով՝ նա առանձնացնում էր բնավորության հինգ տիպ.

1. նորմալ - այն ունի իմացական, բարձրակարգ սկիզբ:
2. տիմոկրատական – ունի կամային սկիզբ և նրան բնորոշ են խիստ արտահայտված արժանապատվությունը և պայքարելու հակվածությունը:
3. օլիգարխիական – ունի հուզական հիմք և նրան բնութագրական են ընչաքաղցությունը ու տնտեսողությունը:

4. դեմոկրատական - ունի հաճույք ստանալու ընդգծված հակվածություն:

5. բռնատիրական – ունի անփոփոխ հակումների հակվածություն [13]:

Յին հունական գրականության մեջ բնավորության մասին աշխատությունների սկզբնաղբյուրները հիշատակվում են մ.թ.ա. 318 թ. և կապված է հին հույն փիլիսոփա Արիստոտելի աշակերտ Թեոֆրաստուսի անվան հետ[6, էջ 5]: Նրա աշխատությունը տարածված է եղել հունական հասարակությունում և երկար տարիներ համարվել է բնավորության տիպաբանության օրինակ [69, էջ 10]: Թեոֆրաստուսը նկարագրում էր 30 տիպ և վստահ էր, որ բնավորությունները միայն բացասական են լինում. բնավորություն են ունենում միայն ծառաներն ու ստրուկները [6, էջ 5]: Նա իր «Բարոյագիտական բնավորություն» տրակտատում նկարագրում է «բնավորություն» տերմինը, որի տակ հասկանում էր անձնավորության մեջ արտացոլվող հասարակության բարոյական կյանքը [58, էջ 145; 41, էջ 12-13]:

Ըստ Պ. Խ. Տուգուշևայի և Ե. Ի. Գարբերայի՝ բնավորության խնդրին են անդրադարձել հայ տնի փիլիսոփաներ Կ. Յելվեցիոսը, Դ. Դիդրոն, Ջ. Խ. Միլլը: Նրանց աշխատություններում առաջադրվում է անձնավորության կառուցվածքում նրա տեղի հարցը: 19-րդ դարի կեսին բնավորության խնդրի վերաբերյալ աշխատությունների շարքը համալրվեց. Ֆրանսիայում՝ Ա. Բինե, Ֆ. Պոլան, Ֆ. Գալլ, Տ. Ռիբո, անգլիայում՝ Ջ. Խ. Միլլ, Ֆ. Գալտոն, գերմանիայում՝ Վ. Շտեռն, Է. Կրեչմեր, Ռուսաստանում՝ Ա. Ն. Լազուրսկի, Պ. Ֆ. Լեսգաֆտ, Կ. Դ. Ուշինսկի [54]:

Ըստ Դ. Յա. Ռայգարոդսկու՝ ֆրանսիացի հոգեբան Ա. Բինեն առաջարկում էր բնավորությունը դիտարկել որպես հուզական, կամային և ինտելեկտուալ հատկությունների փոխազդեցություն [69, էջ 13]:

Դ. Յա. Ռայգարոդսկին, անդրադառնալով 1896 թ. անգլիայում հրատարակված բնավորության խնդրի վերաբերյալ Ֆ. Ջորդանոյի՝ «Բնավորությունը մարդու մարմնի և ծագումնաբանության տեսանկյունից» աշխատությանը, նշում էր, որ գոյություն ունի

երկու միմյանցից հիմնային տարբերվող բնավորություններ՝ մեկի մոտակտիվության հակվածությունը ուժեղ է արտահայտված, իսկ ռեֆլեքսիայի հակվածությունը՝ թույլ, մյուսի մոտ ռեֆլեքսիայի հակվածությունը գերակշռում է, իսկ գործունեության ներգրավվածությունը ավելի թույլ է արտահայտվում՝ [69, էջ 11]: Յետագայում Կ. Յունգը նշում է, որ ըստ երևույթին հեղինակը նկարագրում էր էքստրավերսիան և ինտրովերսիան:

20-րդ դարի սկզբին ռուս հոգեբան Ա. Ֆ. Լազուրսկու երկու հայտնի աշխատություններում՝ «Բնավորության մասին գիտության ակնարկ» [41], «Անձնավորության դասակարգում» [40] նորովի իմաստավորեցին բնավորության էությունն ու կառուցվածքը, նրա դասակարգումը: Ա. Ֆ. Լազուրսկին բնավորությունը դիտարկում էր որպես անձնավորության կողմերից մեկը: Ըստ նրա՝ բնավորությունն իրենից ներկայացնում է կայուն վարքային ձև, միջոց, որի շուրջ կառուցվում են կամային, հուզական և ինտելեկտուալ հատկությունները:

Ըստ Դ. Յառայ գորոդսկու՝ Ա. Կարդիները (1945 թ.) գտնում էր, որ բնավորությունը ներառված է «անձի հիմնային կառուցվածքում» [69, էջ 17]:

Բնավորության ոլորտում կատարվող հետազոտությունները շարունակական բնույթ էին կրում և անընդհատ հարստացնում այդ հասկացության մեկնաբանումը:

20-րդ դարի կեսերին Է. Ֆրոմմնիր տեսության մեջ բնավորության տիպերի հիմքում տեսնում էր աշխարհի նկատմամբ անձնավորության վերաբերմունքը: Ըստ նրա՝ բնավորությունը ձևավորվում է բնության, գենոտիպային հատկությունների հիման վրա «անձնական ապրումների» որոշակի ազդեցության տակ: Է. Ֆրոմմն առաջադրել է նաև «անհատական բնավորություն» հասկացությունը: Դա այն է, ինչի շնորհիվ նույն մշակույթին պատկանող մարդիկ տարբերվում են միմյանցից: Փաստորեն, խոսքը գնում էր էթնիկ բնավորության մասին [87]:

Է. Ֆրոմմը բնավորության անհրաժեշտությունն ու կարևորությունը դիտարկում էր երեք տեսանկյունից.

1. Անձնավորությունն իր բնավորության համաձայն, արտաքին և ներքին իրավիճակներից կախված, հասնում է որոշակի մակարդակի:
2. Բնավորությունն իրականացնում է մտքերի և արժեքների ընտրության գործառույթ:
3. Բնավորության շնորհիվ մարդը հարմարվում է միջավայրին:

Մարդու անհատական բնավորության ձևավորման գործընթացը, դա նրա անհատական ապրումների բախման գործընթացն է, որը պայմանավորված է մշակութային, կառուցվածքային, նեյրոդինամիկ և հոգեդինամիկ առանձնահատկություններով [87]:

Է. Ֆրոմմի քննադատներից են Է. Կրեչմերը և Ու. Շելդոնը: Շելդոնի տիպաբանությունը երբեմն անվանում են կրեչմերյան համակարգի ձևափոխված տարատեսակ: Սակայն իրականում այն էականորեն տարբերվում է Է. Կրեչմերի [39] դասակարգումից. վերջինիս տիպաբանությունը հիմնվում է սոմատոտիպերի և բնավորության, իսկ Ու. Շելդոնինը [91]՝ սոմատոտիպերի և խառնվածքի կապերի վրա:

Ա. Գ. Շմելը բնավորությունը դիտարկում էր որպես վարվելակերպ, որը ձևավորվում է որոշակի սոցիալական միջավայրում անհատական փորձի հիման վրա [93]:

Ն. Դ. Լեվիտովը՝ բնավորությունը դիտարկում էր որպես անձի միջուկային և հասարակայնորեն նշանակալի բաղադրամաս, նրա վարքագծում ուղղվածության, աշխարհայացքի դրսևորում [42]:

Ա. Ե. Կլիմովը՝ բնավորությունը համարում է անձնավորության հարաբերությունների կայուն համակարգ [31, էջ 158]:

Բ. Գ. Անանը բնավորության յուրաքանչյուր գիծ դիտարկում է որպես շրջակա իրականության, իր զարգացման կենսական պայմանների նկատմամբ անձնավորության որոշակի հարաբերության դրսևորում [8]:

Վ. Ս. Մերլինը բնավորությունը համարում է կայուն անհատական հատկություն, որը դրսևորվում է վարքային միջոցներում և արտահայտում է սոցիալական յուրատեսակ իրավիճակների նկատմամբ անձնավորության վերաբերմունքը [50]:

Բնավորությունն ասելով Ս. Լ. Ռուբինշտեյնն ի նկատի ունի անձնավորության այն հատկությունները, որոնք որոշակի հետք են թողնում անձի բոլոր դրսևորումների վրա և արտահայտում նրա վերաբերմունքն արտաքին աշխարհի, հատկապես այլ մարդկանց նկատմամբ: Յուրաքանչյուր մարդու բնավորության մեջ կան որոշակի գծեր, որոնք արտահայտում են նրա անհատական կյանքի ուղղու յուրատիպությունը, նրա անձնական կենսաձևը: Բնավորությունը ձևավորվում է անձնավորության՝ որպես սուբյեկտի զարգացման գործընթացում, որն ընդգրկում է հասարակական հարաբերությունների բազմաձև ամբողջությունը [72, էջ 519-528]:

Ֆ. Ն. Գոնոբոլինը բնավորությունը դիտարկում է որպես անձնավորության իրական, կայուն հոգեբանական հատկությունների ամբողջություն, որը դրսևորվում է նրա՝ իրականության նկատմամբ հարաբերություններում և հետք է թողնում նրավարքի և արարքների վրա [23]:

Լ. Ս. Վիգոտսկին բնավորությունը սահմանում է որպես անձնավորության հոգևոր կյանքի ամբողջական և կայուն անհատական պահեստ, որը ձևավորվում է ոչ միայն նյարդային համակարգի ժառանգական հատկություններից ելնելով, այլև դրսևորվում է նրա առանձին հոգեկան գործողություններում և վիճակներում, նրա սովորություններում, նրա մտքի դրսորումներում և մարդուն հատուկ հուզական ապրումներում [19]:

Վ. Վ. Պոնոմարենկոն գտնում էր, որ «Բնավորությունը սոցիալական միջավայրում անձնավորության վարքի անհատական ոճն է, որը ձևավորվում է վարքագծային ստերիոտիպերի ընտրողական յուրացման և ռեալիզացման հաշվին (այն կատարվում է ժառանգական, նաև կյանքի սկզբնական էտապում ձեռք բերած հոգեկան որակների կամ այսպես ասած «ներքին պայմանների» շնորհիվ)» [60, էջ 23]:

Պ. Վ. Վոլկովը բնավորությունը սահմանում է որպես. □Բազմաբնույթ գծերի փոխկապակցված ամբողջություն, յուրահատուկ մի համույթ, համադրություն: Ըստ նրա յուրաքանչյուր բնավորություն ունի իր ներքին կապակցող տրամաբանությունը. ոչ միայն իր արտաքին դրսևորումն ունի, այլև՝ իր առանցքը, էությունը, որը մեզ թույլ է տալիս խոսել տարբեր մարդկանց մեկ ընդհանուր բնավորության մասին □ [18, էջ 6]:

Ըստ Ե. Ա. Ալեքսեևայի և Ի. Վ. Վիբոյշիկի՝ □Բնավորությունը անձնավորության կմախքն է, որում ներառված են անձնավորության միայն առավել արտահայտիչ և խիստ փոխկապակցված հատկությունները, որոնք հստակորեն դրսևորվում են գործունեության տեսակներում □ [6, էջ 5]:

Ե. Ա. Ալեքսեևան և Ի. Վ. Վիբոյշիկը [6], Ա. Գ. Մակլակովը [47], Ֆ. Ն. Գոնոբոլինը [23] շատ փոքր տարբերությամբ բնավորությունը դիտարկում են որպես անձնավորության առավել կայուն և հիմնական առանձնահատուկությունների անհատական համադրում, որը դրսևորվում է նրավարքագծում, տվյալ անձնավորությանը հատուկ գրծունեության միջոցներում, իր, այլ մարդկանց, աշխատանքի և իրերի նկատմամբ որոշակի հարաբերություններում:

Բնավորությունն առանձնանում է իր ամբողջականությամբ, քանի որ նրա բոլոր գծերը միմյանց հետկապի մեջ են գտնվում [23; 46, էջ 564]:

Բնավորության մասին հոգեբանական գիտության մեջ այն պատկերացումն է տիրապետում, որ բնավորությունն անձի առավել կայուն կառույցն է [26, էջ 32]:

Բնավորության ձևավորումը կատարվում է տարբեր խմբերում (ընտանիք, ընկերախումբ, դասարան, սպորտային խումբ, աշխատանքային կոլեկտիվ և այլն): Կախված նրանից, թե անձնավորության ռեֆերենտ խմբում ինչ արժեքներով են առաջնորդվում՝ մարդու մոտ զարգանում են համապատասխան բնավորության գծեր, այսինքն որոշակի իրավիճակներում անձնավորության վարքագիծը որոշող հոգեկան հատկություններ:

Սովորաբար հոգեբանության մեջ բնավորության գծերի հիմքում դրվում են.

1. կամային (վճականություն, նպատակալացություն, ինքնուրույնություն, ակտիվություն, կազմակերպվածություն և այլն), հոնգական (տպավորվողականություն, անհամբերություն, բռնկվողականություն, իներտություն, անտարբերություն, անհամբերություն և այլն) և իտելեկտուալ գծեր (խորիմաստություն, գիտակցականություն, հնարամտություն, հետաքրքրասիրություն և այլն):
2. անձի ուղղվածությունը, որը դրսևորվում է մարդկանց, գործունեության, շրջակա միջավայրի և իր նկատմամբ հարաբերություններում [47, էջ 568]:

Այսպիսով, բնավորության ուսումնասիրման և գծերի դասակարգման խնդիրը վերջնական, ամփոփ և ամբողջական չէ: Բնավորության բազմաթիվ բնորոշումների մեջ մենք առաջնորդվում ենք այն մոտեցմամբ, որտեղ բնավորությունը դիտարկվում է որպես անձի ենթակառուցվածք, որի հիմքում ընկած է Բ. Գ. Անանևի անձի կառուցվածքային մոտեցումը, համաձայն որի՝ մարդը հանդիսանում է ինտեգրալ կառույց և ունի իր բաղադրիչ մասերը: Անձի առաջին և կենտրոնական ենթակառուցվածքը մարդու բնութագիրն է՝ որպես անհատ: Անհատի բոլոր հատկությունների (սեռատարիքային և նեյրոդինամիկական) ինտեգրման արդյունքում ձևավորվում են մարդու խառնվածքն ու ընդունակությունների նախադրյալները: Անձի երկրորդ ենթակառուցվածքը մարդու բնութագիրն է՝ որպես անձ: Անձի բոլոր հատկությունների ինտեգրման արդյունքում ձևավորվում են մարդու բնավորությունը և հակումները՝ լայն առումով: Անձի երրորդ ենթակառուցվածքը մարդու բնութագիրն է՝ որպես գործունեության սուբյեկտի [9]:

1.2 Բնավորության շեշտվածություն դրսևորման առանձնահատկությունները

Բնավորության շեշտվածությունը կարող է զարգանալ մի շարք գործոնների ազդեցությամբ, որոնց մեջ կարևոր տեղ են զբաղեցնում նյարդային համակարգի հատկությունները, ընտանեկան դաստիարակության, սոցիալական միջավայրի, մասնագիտական գործունեության, ֆիզիկական առողջության առանձնահատկությունները [51, էջ 69]:

Յու. Բ. Գիպպենրեյտերը և Վ. Յա. Ռոմանովան նշում են, որ բնավորության շեշտվածության ձևավորման և զարգացման վրա ազդող գործոններից առավել կարևորները նյարդային համակարգի առանձնահատկություններն են, որոնք արտահայտվում են խառնվածքում [22, էջ 7]:

Խառնվածքը բնավորության կորիզն է, նրա ամենակայուն քաղադրամասը: Խառնվածքով է պայմանավորվում բնավորության այնպիսի գծեր, ինչպիսիք են հավասարակշռությունը կամ անհավասարակշռությունը, նոր իրավիճակում ներգրավվելու հեշտությունը կամ դժվարությունը, ռեակցիայի արագությունը կամ իներտությունը և այլն: Այս ամենի հետմիասին պետք է նշել, որ խառնվածքը չի կանխորոշում անձի բնավորությունը: Միևնույն խառնվածքն ունեցող մարդիկ կարող են ունենալ բոլորովին տարբեր բնավորություններ [47]:

Բնավորության յուրաքանչյուր գիծ ձևավորվում է մարդու ակտիվ գործունեության և հաղորդակցման ընթացքում, միջանձնային և հասարակական հարաբերությունների ազդեցության տակ: Այդ պատճառով էլ, նույնիսկ կատարելապես միատեսակ ժառանգական հատկանիշներով օժտված մոնոգիգոտ երկվորյակների մոտսոցիալ-հոգեբանական տարբեր պայմաններում բնավորության տարբեր գծեր են ձևավորվում:

Ըստ Ա. Ա. Բոդալյովի՝ եթե վաղ մանկության տարիներին վառ երևում է բնավորության կախվածությունը խառնվածքից, ապա ավելի ուշ՝ անձնավորության զարգացմանը գուգահեռ, բնավորության և խառնվածքի միջև փոխհարաբերությունը փոխվում է. բնավորությունն ավելի մեծ նշանակություն է ստանում. այն կարող է վերափոխել խառնվածքի դրսևորման ձևը, որը հիմնականում հանդես է գալիս որպես անձնավորության հարաբերությունների դրսևորման և գոյության հուզական-դինամիկ ձև [14, էջ 22]:

Վ. Մ. Ռուսալովի կողմից մշակված եռամակարդակ մոդելում բնավորությունը համարվում է կենտրոնական զարգացող-բովանդակալից ենթակառուցվածք, որի ձևավորման մեջ խառնվածքն իր կոնկրետներդրումն ունի [48, 75]:

Այսպիսով, բնավորության հիմքում ընկած են բնածին նախադրյալները՝ նյարդային համակարգի տիպերը, սակայն օնտոգենեզում որոշիչ դեր են ունենում գործունեության առաջատար ձևերը, դաստիարակությունը և այլ արտաքին գործոններ:

Սոցիալական ադապտացիայի ընթացքում դիրքորոշումների, պահանջմունքների բավարարման (կամ չբավարարման),

անձնավորության ուղղվածության ազդեցության տակ բնավորությունը նկատելի փոփոխություններ է կրում, և առանձին դեպքերում ձևավորվում են բնավորության շեշտված տիպեր:

Բնավորության տիպաբանությունն առաջադրող գրեթե բոլոր հեղինակներն ընդգծում են, որ բնավորությունը կարող է լինել շատ կամ քիչ արտահայտված: Ըստ բնավորության դրսևորման ինտենսիվության՝ առանձնացվում են երեք մակարդակներ.

1. բացառապես նորմալ բնավորություն
2. արտահայտված կամ շեշտված բնավորություն, որը լինում է թաքնված և վառ արտահայտված
3. խիստ շեղված կամ խաթարված բնավորություն կամ փսիխոպաթիա

Առաջին երկու մակարդակները վերաբերվում են նորմալ, երրորդը՝ բնավորության ախտաբանական դրսևորումներին [22, էջ 90; 79, էջ 1991]:

Նախքան բնավորության շեշտվածությանն անդրադառնալը, փորձենք բացատրել նորմալ և ոչ նորմալ վարքագծի հասկացությունները:

Ըստ Լ. Բ. Շնեյդեռի՝ վարքագծի նորմայի և շեղման գնահատման նորմա (նոմոցենտրիկ) մոտեցումը մարդու գործունեությունը դիտարկում է նորմային համապատասխանության տեսանկյունից: Մյուսը՝ հոգեբուժական (նոզոցենտրիկ) մոտեցումը, մարդու վարքը դիտարկում է հիվանդության, հոգեպաթոլոգիական ախտանիշների արտահայտվածության տեսանկյունից [94, էջ 8]:

նորմա հասկացության հետ կապված առավել տարածված է վիճակագրական - ադապտացիոն մոտեցումը, որն իրենից ներկայացնում է.

1. ինչ-որ միջին, ընդհանրացված, ընդհանուրից չառանձնացվող մի բան
2. մի բան, որը շրջակա միջավայրին քիչ թե շատ հարմարված է

Դեռահասների և պատանիների համար վիճակագրորեն հոգեկան առողջության նորման մի փոքր այլ է, քան՝ մեծահասակներինը [94, էջ 8]:

Ինչպես նշում է Լ. Ն. Յուրևան, 1987 թ.-ին Խ. Բ. Խեմիչևն առանձնացրել է հոգեկան առողջական վիճակի հինգ աստիճան՝ իդեալական նորմա կամ էտալոնային առողջություն, միջին վիճակագրական նորմա, կառուցվածքային նորմա, շեշտվածություն և նախահիվանդություն: Այսինքն, հոգեկան առողջական վիճակի բարդացող աստիճանակարգի նախավերջին աստիճանում առանձին տեղ է հատկացված բնավորության շեշտվածության համար: Ըստ Խ. Բ. Խեմիչևի՝ շեշտվածությունը հոգեկան նորմայի տարատեսակ է, որին բնութագրական է որոշակի բնավորության գծերի առավել արտահայտվածություն կամ սրացում: Այն որոշում է մարդու խոցելիությունը՝ որոշակի հոգեկան կամ վարքագծային խանգարումների նկատմամբ: Որպես կանոն, դրանք վարքագծային, նարկոլոգիական և հոգեծին խանգարումներն են [95, էջ 33-34]:

Ըստ Մ. Բ. Կորկինայի՝ բնավորության շեշտվածությունն ընկած է անձի նախահիվանդագին տիպի հիմքում, որի տակ նահասկանում է բնավորության տվյալ տիպին բնորոշ հիմնական գծերը, մինչև հոգեբանական խանգարման առաջանալը [37, էջ 133]:

Շեշտվածությունն հասկացությունը (accentus լատին. – շեշտադրում) հոգեբանության մեջ ներմուծել է հայտնի գերմանացի հոգեբույժ և հոգեբան, Բեռլինի համալսարանի նյարդաբանական կլինիկայի պրոֆեսոր Կարլ Լեոնհարդը: 1968թ.-ին նա առաջ քաշեց «շեշտավորված անձնավորություն» տերմինը և գտնում էր, որ շեշտվածության մասին կարելի է խոսել միայն այն ժամանակ, երբ խառնվածքի և բնավորության որևէ գիծ ցցուն է դրսևորվում՝ անձնավորությանը դարձնելով անսովոր [43, էջ 5]:
□Շեշտավորված անձնավորության□ տեսությունը հիմնված է Կ. Լեոնհարդի □Նորմալ և աննորմալ անձնավորություններ□ մենագրության վրա (1964 թ.) [43, էջ 16]:

Բնավորության շեշտվածության խնդրով գիտական հոգեբանությունը զբաղվում է շատ տասնամյակներ: Այս ողջ ընթացքում կատարվել են բազմաթիվ ուսումնասիրություններ,

բնավորության շեշտվածությունների դասակարգման և համակարգման բազմաթիվ փորձեր (Ա. Ե. Լիչկո [45], Կ. Լեոնիարդ [43], Վ. Վ. Պոնոմորենկո [60], Ի. Վ. Վիբոյշիկ, Ե.Ա. Ալեքսեևա և Լ. Պ. Պաշուկովա [6], Պ. Վ. Վոլկով [18], Դ. Յա. Ռայգորոդսկի [69], Յու. Բ. Գիպպենբերյտեր և Վ. Յա. Ռոմանովա [22], Ա.Գ. Մակլակով [47], Ա. Ա. Ռեան [70], Մ. Բ. Կորկինա [37] և այլն):

Դեռևս 1886 թ. Վ. Մ. Բեխտերը նշել է. «Նորմալ վիճակից պսիխոպաթիայի անցումային աստիճանների մասին», նաև այն մասին, որ «պսիխոպաթիկ վիճակը կարող է այնքան թույլ դրսևորվել, որ սովորական պայմաններում այն չարտահայտվի»: 1894թ. բելգիացի հոգեբույժ Դելեմանը առանձնացնում էր «անհավասարակշռված» նաև «հավասարակշռությունը հեշտությամբ կորցնող» հասկացությունները, որոնք այդ ժամանակ \$րանսիական հոգեբուժության մեջ համանուն էին պսիխոպաթիային: Նման դեպքերը Պ. Բ. Գանուշկինը բնորոշում է որպես «լատենտ պսիխոպաթիա» [43, էջ 5]:

Կ. Լեոնիարդն առանձնացնում էր անձի շեշտվածության երկու տեսակ՝ թաքնված և վառ արտահայտված և գտնում էր, որ ճիշտ դաստիարակության պայմաններում թաքնված կամ «լատենտ շեշտվածությունը կարող է հարթվել» [43]:

Թաքնված և վառ արտահայտված բնավորության շեշտվածությունները բազմաթույթ գործոնների ազդեցության տակ կարող են նաև վերածվել մեկից մյուսին [38]:

Լեոնիարդը նշում էր, որ եթե շեշտավորված անձնավորության կյանքն անբարենպաստ պայմաններում է ընթանում, ապա բնավորության գծերը կարող են փոփոխական զարգացում ստանալ. նույնիսկ հնարավոր է, որ անձնավորության ամբողջական ձևափոխում (դեֆորմացիա) կատարվի, ընդհուպ մինչև պսիխոպաթիայի դրսևորման: Վերջինիս մասին խոսում ենք միայն այն դեպքում, երբ գործունենք անձնավորության ամբողջական, բազմոլորտ ձևափոխման հետ, որը խաթարում է նրա սոցիալական ադապտացիան [43, էջ 6]:

Ինչպես նշում են Ե. Ա. Ալեքսեևան և Ի. Վ. Վիբոյշիկը, Կ. Լեոնիարդի տեսությունում՝ շեշտավորված որոշ գծեր մեծ մասամբ

որոշվում են անձի խառնվածքային, ուրիշները՝ բնավորության առանձնահատկություններով: Նա, մշակելով և ներկայացնելով անձի շեշտվածության դասակարգումը, շեշտավորված տիպերը բաժանում էր երկու խմբի. բնավորության շեշտվածությունն էր համարում ցուցադրական, պեդանտ, խցանվող և բռնկվող տիպերը, իսկ խառնվածքի շեշտվածությունն՝ գերակտիվ, դիստիմիկ, ցիկլոտիմիկ, էկզալ տացված, տագնապային, հուզական, էքստրավերտ և ինտրովերտ տիպերը [6]:

1977 թ. Ա. Լիչկոն Կ. Լեոնիարդի աշխատության և Պ. Բ. Գանուշկինի պսիխոպաթիայի դասակարգման հիման վրա գարգացրել է իր տեսությունը, որտեղ կիրառում էր «բնավորության շեշտվածություն» արտահայտությունը: Լիչկոն, անդրադառնալով Լեոնիարդի հետազոտությանը, եկավ այն եզրակացության, որ նրա ներկայացրած անձնային հատկությունները ուղղակի բնավորության գծեր են, քանի որ «անձ» հասկացությունը շատ ավելի լայն է, քան բնավորությունը. այն ներառում է հակումները, ինտելեկտը, ընդունակությունները, աշխարհայացքը և այլն [45]:

Բնավորությունը ձևավորվում է հիմնականում դեռահասության տարիքում, իսկ անձնավորությունն ամբողջական է դառնում արդեն հասուն տարիքում [45]:

Ելնելով վերը նշվածից՝ Լիչկոն իր ուսումնասիրությունների հիմքում դրեց հե՛նց բնավորության գծերը: 1977թ. լույս տեսավ նրա «Պսիխոպաթիաներն ու բնավորության շեշտվածությունը դեռահասների մոտ» աշխատությունը, որում ներկայացրեց բնավորության շեշտվածության իր մոտեցումը: Նա գտնում էր, որ բնավորության միայն առանձին գծեր են չափազանց արտահայտվածությունն ստանում: Ուստի մարդը խոցելի է դառնում միայն որոշակի՝ գործոնների նկատմամբ, բայց այլ գործոնների նկատմամբ կայունությունը պահպանում է: Բնավորության նույնպիսի շեշտվածություն ունեցող տարբեր մարդիկ կարող են ինտելեկտուալ տարբեր մակարդակ, հետաքրքրությունների տարբեր շրջանակ, անձնային ուղղվածություն ստանալ, ուստի դրանք պետք է բնորոշել որպես նեղ՝ բնավորության, և ոչ թե որպես անձնային ընդհանրական գծեր:

Այս ափսոսվ, նա գտում էր, որ Լեոնիսարդը նկարագրում էր բնավորության տիպը, այլ ոչ թե անձնավորությանն ամբողջությամբ:

Ըստ Լիչկոյի՝ շեշտվածությունը կարելի է սահմանել որպես բնավորության աններդաշնակ զարգացում, նրա առանձին գծերի ուժնացված դրսևորում, որը որոշակի ազդեցությունների պարագայում պայմանավորում է անձնավորության բարձր խոցելիությունն և որոշակի առանձնահատուկ իրավիճակներում դժվարացնում է հարմարման գործընթացը [45, էջ 5]:

Ըստ Լիչկոյի՝ բնավորության շեշտվածության մասին ավելի ճիշտ է խոսել դեռահասության տարիքում, իսկ ավելի վաղ տարիքում դեռ բնավորության տիպը չի ձևավորվել և կարելի է խոսել միայն առանձին շեշտված գծերի մասին [45]:

Առավել վառ դրսևորվելով դեռահասության տարիքում՝ բնավորության շեշտվածությունը հետագայում, հարթվում կամ փոխհատուցվում է, սակայն կարող է նաև հակառակը լինել. վառ արտահայտված շեշտվածությունները կարող են վերաճել սոցիալական վտանգավորության աստիճանի [6, էջ 7; 67, էջ 52]:

Լիչկոն առանձնացնում էր բնավորության շեշտվածության ձևավորման ընթացքն արտացոլող հետևյալ երևույթները.

1. Բնավորության շեշտվածության գծերի սրացում դեռահասության տարիքում, նրա ձևավորման ընթացքում, որին հետևում է այդ գծերի հարթեցում և փոխհատուցում. ակնհայտ շեշտվածությունը դառնում է թաքնված:
2. Որոշակի տիպի թաքնված շեշտավորված գծերի բացահայտ դրսևորում՝ հոգեբանական տրավմաների կամ դժվարին իրավիճակների ազդեցությամբ [45]:
3. Բնավորության շեշտվածության ֆոնի վրա առաջացած ընթացիկ խանգարումներ՝ վարքագծային շեղումներ, սուր հուզական հակազդումներ, ներոզներ և այլ ռեակտիվ վիճակներ [45, էջ 16]: Որոշ շեշտվածություններ (օրինակ՝ ասթենիկ, շիզոիդ, բռնկվող, խցանվող տիպերը) նպաստում

են անձնավորության կոնֆլիկտայնության բարձրացմանը [12]:

4. Բնավորության շեշտվածության տիպերի վերափոխում [45, էջ 16]: Այդ վերափոխման համար ռիթմիկային գործոններ են հանդիսանում հատկապես ընտանեկան դաստիարակությունը, սոցիալական միջավայրը, մասնագիտական գործունեությունը և առողջությունը [12]:
5. Միջավայրի անբարենպաստ ազդեցությունների պայմաններում բնավորության շեշտվածությունը հիման վրա պահպանելու համար:

Բնավորության շեշտվածության ամեն տիպ ունի իր՝ մյուսներից տարբերվող թույլ տեղը [45, էջ 16]:

Բնավորության թույլ տեղը, դա որոշակի պայմանների նկատմամբ անձնավորության բարձրացված զգայունակությունն է (խոցելիությունը): Բնավորության տարբեր տիպերի համար այդ պայմանները տարբեր են: Երբ բնավորության թույլ տեղի վրա ծանրաբեռնվածություն է առաջանում, անձնավորությունը բացասական հակազդում է տալիս: Դա կարող է տարբեր կերպ դրսևորվել՝ լուռ վիրավորանքից մինչև հիսթերիա: Եթե անձնավորության թույլ տեղին ուղղված ծանրաբեռնվածությունը երկարատև է և հաճախ կրկնվող, ապա անբարենպաստ ապրումներն ավելի են ուժգնանում, երբեմն անձնավորությանը հասցնելով ծայրահեղ վիճակի: Երեխան կարող է փախչել տանից, զույգերն՝ ամուսնալուծվել, աշխատակիցները՝ հեռանալ աշխատանքից և այլն [22, էջ 8]:

Բնավորության շեշտվածությունը՝ որպես անձի խոցելի հատկություն, ավելի հաճախ դրսևորվում է էքստրեմալ իրավիճակներում: Բնավորության շեշտվածությունն ունեցող անձիք ավելի շատ են ենթարկվում միջավայրի ազդեցությանը, հոգեբանական տրավմաներին: Եթե անբարենպաստ պայմանները հարվածում են նրա թույլ տեղին, ապա այդ անձանց ողջ վարքագիծը կտրուկ ձևափոխվում է, և շեշտվածության բնորոշ գծերը սկսում են գերիշխել [25, էջ 208]:

Բնավորության շեշտվածությունն ունեցող անձանց մոտ անբարենպաստ պայմաններում կարող են առաջանալ ախտաբանական հակազդումներ [37, էջ 207]:

Ըստ Ի. Վ. Վիբոյշիկի և Ե. Ա. Ալեքսեևայի՝ Կ. Լեոնիարդի, Ա. Լիչկոյի, Վ. Պոնոմորենկոյի բնավորության շեշտվածության դասակարգումները հոգեբուժական կլինիկայի այցելուների հետ կատարված աշխատանքային ընդհանրացված փորձեր են: Սակայն քանի որ շեշտվածությունը դեռևս ախտաբանությունն է, այլ վկայում է անձի որոշակի հակվածության մասին, ապա այս մոտեցումը կարելի է օգտագործել նաև առողջ մարդկանց հետաշխատանքի ժամանակ [6]:

Լիչկոն առանձնացնում էր բնավորության շեշտվածության հետևյալ տիպերը՝ հիպերտիմ (գերակտիվ), հոգեասթենիկ, էպիէպտիդ, պարանոյալ, հիստերոիդ, ցիկլոիդ, լաբիլ, սենզիտիվ, շիզոիդ, անկայուն, կոմֆորմ և ասթենոսերոտիկ [45]:

Յու. Գիպենրեյտերը և Վ. Յա. Ռոմանովան իրենց լսենք տարբեր բնավորություններ ունենք ... Ինչպես վարվել ՝ գրքում, բնութագրելով բնավորության շեշտվածությունները, ուշադրություն են դարձրել յուրաքանչյուր տիպի հիմնային հատկություններին, հետաքրքրություններին և արժեքներին, հաղորդակցման առանձնահատկություններին, հուզական կյանքին և դաստիարակությանը, շեշտվածության ծայրահեղ դրսևորվածությունը [22]:

Նմանատիպ ուսումնասիրություններ է կատարել նաև Պ. Վ. Վոլկովը: Նա ևս մանրամասն նկարագրել է բնավորության շեշտվածության տիպերը՝ առանձնահատուկ ուշադրություն դարձնելով յուրաքանչյուր շեշտվածության էությանը, գուգակցումներին, միջանձնային հարաբերություններին, ընտանեկան, սեռական և հոգևոր կյանքին [18]:

Վ. Վ. Պոնոմորենկոն մատնանշում էր բնավորության շեշտվածության դասակարգման ոլորտի բազմաթիվ բացթողումների մասին, որոնցից հատկապես մեկն այդ դասակարգումների կիրառական օգտագործման համար խոչընդոտ է հանդիսանում: Ըստ Պոնոմորենկոյի՝ կոնկրետ մարդու՝ որպես բացառապես այս կամ այն տիպի ներկայացուցիչի, բնավորության որակների

նկարագրումը սխալ է: Բնավորության տիպը դատեսական մոդել է: Նագտնում էր, որ բնավորության տիպերն իրականում վարքագծային միտվածություններ են, որոնց հավաքագրումից կամ որոշակի քանակությունից ձևավորվում է իրական բնավորությունը, որը կոկտեյլ է՝ վարքագծային տարբեր ոճերը որոշող տարբեր միտումների խառնուրդ: Նա բնավորության տիպերը դիտարկում է որպես բնավորության իրական կառուցվածքում որակների ինքնուրույն խմբեր, որոնց հիմքում ընկած է միևնույն ներքին պայմանը: Այսինքն, դրանք նույն «արմատից» ծագող որակներ են: Ըստ այդմ էլ նա բնավորության իրական կառուցվածքում որակների այդ ինքնուրույն խմբերն անվանում է ռադիկալներ. արմատներ (լատիներեն radix - արմատ, հիմք բառից) [60]:

Այսպիսով, Պոնոմորենկոն գտնում է, որ առաջադրել է անհատի բնավորության հոգեբանական ուսումնասիրման առավել արդյունավետ մոտեցում.

1. բնավորությունը բնորոշել իրենում ներառված ռադիկալներով

2. բնավորությունը բնութագրել որպես մի ամբողջություն, որն արդյունք է ռադիկալների փոխազդեցության և փոխպայմանավորվածության:

4. Պոնոմարենկոն իր կատարած հետազոտությունների հիման վրա առանձնացնում էր 7 «մաքուր» ռադիկալ [60, էջ 224].

Չիստերոիդ ռադիկալը ինքնաներկայացման հակվածությունն է:

Էսֆիլ Եպտոիդ ռադիկալը հակված է ապրել ու և աշխատել ու համար հստակ ստեղծել կառուցվածքային որոշակի տարածություն, որտեղ կբացառվեն չնախատեսված տեղեկատվական հոսքերը (ավել որդառարկաներ և անկառավարելի մարդիկ):

Պարանոյալ ռադիկալը հակված է փոխակերպող (տրանսֆորմատիվ) ակտիվության իրական արդյունքների («պետք է աշխարհը նորից կառուցենք»):

Էմոտիվ ռադիկալը հակված է գեղեցիկին և ներդաշնակին, այլ ասիրությունը (Մայր Թերեզան):

Ճիզոնիզ ռադիկալը հակված է կայունության ոչնչացմանն ու յուրահատուկ, սկզբունքայնորեն նոր վարքի (գործունեության, հաղորդակցման) տեխնոլոգիաներ փնտրելուն:

Չիպերտիմ ռադիկալը հակված է հաղորդակցման ոլորտում պայմանականությունների և օբյեկտիվորեն ոչ անհրաժեշտ արգելքների չեզոքացմանը՝ հաղորդակցման շրջանակն ընդարձակելու և ավելի դեմոկրատիզացնելու նպատակով:

Տազնապային ռադիկալը հակված է նորույթի ընդդիմությանն ու սովորական կենսապայմանների պահպանմանը:

Նրանցից յուրաքանչյուրը Պանամարենկոն ուսումնասիրում է հետևյալ սխեմայով.

Ընդհանուր բնութագրումը, որը ներառում է ռադիկալների ծագման հիմքում ընկած ներքին պայմանները:

Արտաքին տեսքը: Այստեղ ներառվում են ռադիկալի այն որակները, որոնք ակնհայտ են և վառ դրսևորված. ռադիկալին համապատասխան մարմնակառուցվածքային առանձնահատկություններն են, դիմախաղը, ժեստիկուլյացիան:

Վարքագծային որակները: Նրանք օգնում են ամբողջական պատկերացում կազմել ռադիկալների բոլոր վարքագծային հատկությունների մասին: Այստեղ դրսևորվում են աչքի համար ոչ տեսանելի բնավորության մի շարք որակների խորը փոխկապվածությունն և փոխապայմանավորվածությունն:

Խնդիրները: Ծառ կարևոր է իմանալ՝ տվյալ ռադիկալի բնավորության մեջ ինչպիսի առաջադրանքների լուծումն է հեշտ, ինչպիսին՝ անհնար:

Չաղորդակցման կազմակերպման առանձնահատկությունները: Սխեմայի այս մասն օգնում է կառավարել վարքը, այս կամ այն ռադիկալի սահմանում հաղորդակցման և փոխազդեցության առավել արդյունավետ համակարգ կառուցել [60, էջ 190]:

Ընդհանրացնելով այս ամենը՝ նա առաջ է քաշում հոգեբանական պրոֆիլ հասկացությունը, որն իրենից ներկայացնում է բնավորության սխեմավորված պատկեր, որտեղ աստիճանակարգված են ռադիկալները՝ ըստ արտահայտվածության աստիճանի. հիստերոիդ, հիպերտիմ, էմոտիվ, էպիլեպտոիդ, պարանոյալ և այլն [60]:

Բնավորության շեշտվածության և անձի հուզակամային ոլորտի փոխարաբերության խնդրին են անդրադարձել Կ. Լեոնհարդը, Ա. Լիչկոն, Ե. Ա. Ալեքսեևան և Վ. Վիբոյշիկը, Յու. Գիպպենրեյտերը և Վ. Ռոմանովան, Դ. Վ. Վդովինան, Տ. Վ. Օգորոդովան:

Բնավորության շեշտվածության ձևավորման և դրսևորման վրա անձի հուզակամային ոլորտն իր նշանակալի ազդեցությունն ունի:

Յուրաքանչյուր շեշտվածության տիպ աչքի է ընկնում հուզակամային ոլորտի մի շարք առանձնահատկություններով:

Յու. Գիպպենրեյտեր և Վ. Ռոմանովան ուսումնասիրել են հիպերտիմ, հոգեաթենիկ, ցուցադրական, տագնապային և շիզոիդ տիպերի հուզական ոլորտի առանձնահատկությունները: Ըստ նրանց՝ հիպերտիմին բնորոշ է վառ և ինտենսիվ հույզեր, սակայն երբեմն գերակշռում է 1-2 օր տևողությամբ ցածր տրամադրություն, որը կարծես օգնում է ուժերը կենտրոնացնել, որից հետո նա կրկին դառնում է էներգիայով լի և առույգ: Հիպերտիմը երբեմն հույզերի պայթյուն է ունենում, որից հետո սթափվում է և անմիջապես հանգստանում: Նա շեշտվածության մյուս տիպերից առանձնանում է իր հույզերը կառավարելու ընդունակությամբ [22]: Լիչկոն նշում է, որ հիպերտիմը, հայտնվելով խիստ կարգուկանոնի և մենակության մեջ, զրկված լինելով հասակակիցների հետ լայն շփումից, իր էներգիան սպառելու հնարավորությունից, հազվադեպ և կարճատև կարող է դյուրագրգռություն, զայրույթ և ագրեսիա դրսևորել [45; 6, էջ 16]:

Ըստ Յու. Գիպպենրեյտերի և Վ. Ռոմանովայի՝ հոգեաթենիկը բնութագրվում է մշտական տագնապի զգացողությամբ, որը նրան ծայրահեղ անվճռական և կասկածամիտ է դարձնում նույնիսկ առօրյա հոգսերում: Նրա տագնապայնությունը հատկապես խիստ է արտահայտվում, երբ ինքնուրույն որոշում ընդունելու անհրաժեշտություն է առաջանում [22, էջ 38]:

Յուլ . Գիպպեներեյ տերը և Վ . Ռոմանովան, բնութագրելով ցուցադրական տիպի հուզական ոլորտի առանձնահատկությունները, նշում են, որ առաջին հայացքից նա հուզական մարդու տպավորություն է թողնում, սակայն բուն հուզական հակազդում է տալիս միայն այն իրադարձություններին, որոնք վերաբերվում են նրանձին կամ նրա թույլ տեղին (այն ինչ խոչընդոտում է նրա ուշադրության կենտրոնում գտնվելուն, նաև ուշադրության, սիրո, հեղինակության, շահավետ դիրքի կորուստը և այլն): Ցուցադրական անձնավորությունն իր հույզերը կարող են շահարկել՝ մանիպուլյացիայի ենթարկելով շրջապատին [22, էջ 45-46]: Ըստ Ե . Ալեքսեևայի և Ի . Վիբոյշիկի՝ ցուցադրական տիպին բնորոշ է հույզերի մակերեսայնությունը, որը նա դրսևորում է նուսիսկ սեփական երեխաների նկատմամբ [6, էջ 22]:

Յուլ . Գիպպեներեյ տերը և Վ . Ռոմանովան նշում են, որ տագնապային տիպի հուզական կյանքը շատ բարդ է, քանի որ նրա ապրումները ենթադրում են բոլոր հնարավոր վախերն ու վտանները: Առաջին հայացքից աչքի ընկնելով բարձր զգայունակությամբ և թույլ նյարդային համակարգով՝ տագնապային տիպը ներփակված անձնավորության տպավորություն է թողնում, սակայն իրականում առանձնանում է ջերմ հուզականությամբ: Նրա մոտ թույլ է զարգացած կամային ուշադրությունը, որը բուն հուզական հակազդման պատճառ է դառնում: Այս տիպի հուզական ոլորտի հիմնական առանձնահատկություններն են բարձր տպավորվողականությունն ու տագնապային կասկածամտությունը [22, էջ 37-38]:

Շիզոիդի հուզական ոլորտը, ըստ Յուլ . Գիպպեներեյ տերի և Վ . Ռոմանովայի, առանձնանում է իր տարօրինակությամբ . մի կողմից նա մեզ թվում է սառն ու զուսպ, մյուս կողմից՝ շատ զգայուն և խոցելի: Նա բուն հակազդում է այն ամենին, ինչը հակասում է նրա արժեհամակարգին: Նա երբեմն ուրիշների զգացմունքների հասկացման դժվարություն է ունենում, ինչպես նաև սուր ապրումներ^a կապված անձնային մենակության և ներփակվածության հետ [22, էջ 18]:

Լեոնիարդը, ուսումնասիրելով էմոտիվ տիպի հուզական ոլորտը, այն խիստ նմանեցնում էր Էկզալ տացված տիպի հուզական

ոլորտին, սակայն էկզալ տացված անձնավորությունը բնորոշում էր որպես «բուռն, իմպուլսիվ, գրգռվող», իսկ էմոտիվ անձնավորությունը՝ որպես «զգայուն, տպավորվող»: Այդ երկու տիպերի նմանությունը Լեոնհարդը կապում էր նրանց հակազդման բուռն արտաքին դրսևորման հետ, որն ամբողջությամբ արտահայտվում է միմիկայում: Նրանց հուզական ոլորտն աչքի է ընկնում իր անկայունությամբ, խորը և երկարատև ապրումներ ունենալու հակվածությամբ: Ըստ Լեոնհարդի՝ էկզալ տացված անձանց մոտ հույզերը մի վիճակից մյուսը շատ արագ են փոխանցվում. նրանց մոտ «կրթոտ ցնծությունից դեպի մահացու տառապանք մի քայլ է» [43, էջ 111; 6, էջ 25]:

Ցիկլոիդը նկարագրվում է նաև որպես «հուզականորեն լաբիլ» (Կ. Շնայդեր, 1923 թ.): Նրա հիմնական գիծը, ըստ Լիչկոյի, տրամադրության հաճախակի, խորը և կտրուկ փոփոխությունն է (ցիկլոիդը «տրամադրության մարդ է») և «անկայունությունը»: Վերջինս նրա կամային ոլորտի թերությունն է և վերաբերվում է նրա վարքագծին, արարքներին: Տրամադրության փոփոխության հետևանքով այս տիպի շեշտվածությունն ունեցող դեռահասները երբեմն մակերեսային և թեթևամիտ մարդու տպավորություն են թողնում, սակայն իրականում ընդունակ են բավականին խորը զգացմունքներ, մեծ և անկեղծ կապվածություն ունենալ, որը դրսևորում են այն մարդկանց նկատմամբ, որոնց կողմից նրանք ևս սեր, հոգատարություն և իրենց նկատմամբ հետաքրքրվածություն են զգում: Դեռահասներին ընդհանրապես հատուկ է տրամադրության փոփոխությունը և ինչ-որ չափով հուզական լաբիլությունը, որի ձևավորման մասին կարելի է խոսել, եթե տրամադրությունը բավականին հաճախ ծայրահեղ կտրուկ է փոխվում [45]:

Պեդանտի հիմնական առանձնահատկությունը, ըստ Ալեքսեյի և Վիբոյշիկի, հիմնային տագնապն է, կասկածամտությունն ու վախը, որը կապված է աշխատանքն անթերի կատարելու և երբեմն էլ դժբախտ պատահարի ենթարկվելու հավանականության հետ: Նա աչքի է ընկնում բարձր պատասխանատվություն վերցնելու ընդունակությամբ, այլոց հետ հուզական կապվածության զգացողությամբ [6, էջ 19]:

Ալեքսեևան և Վիբոյշիկը նշում էր, որ խցանվող տիպի հուղական ոլորտի առանձնահատկությունը հուղերի պաթուլոգիկ կայունությունն է, որն ընկած է այդ տիպի հիմքում, որը խաթարում է նրանոջ կենսագործունեությունը՝ ամենուր ուղեկցելով նրան [6, էջ 18]:

Ինչպես նշում է Լեոնիարդը, խցանվող տիպի մոտ հուղերի ազդեցությունը շատ դանդաղ է վերանում և նույնիսկ կատարվածին մտքով անդրադառնալիս այդ հուղերը նոր ուժով են դրսևորվում: Դա հատկապես ակնհայտ է, երբ դիպչում են նրանձնային հետաքրքրություններին և ինքնասիրությանը: Նա անձնային վիրավորանքները, որպես կանոն, երբեք չի մոռանում, ուստի նրան հաճախ բնութագրում են որպես հիշաչար անձնավորություն [43, էջ 63]:

Լեոնիարդը նշում էր, որ բռնկվող տիպի գծերը ձևավորվում են հուղերի անբավարար կառավարման արդյունքում: Բռնկվող տիպն աչքի է ընկնում հակազդման ծայրահեղ իմպուլսիվությամբ, նաև անհամբերությամբ, դյուրագրգռականությամբ, երբեմն ագրեսիվությամբ [43]:

Ալեքսեևան և Վիբոյշիկը, ուսումնասիրելով դիստիմիկի հուղական ոլորտի առանձնահատկությունները, նշում էր, որ շեշտվածության այս տիպին բնորոշ է ցածր տրամադրությունն ու դեպրեսիայի հակվածությունը: Դիստիմիկի վախկոտությունը, անվճռականությունն ու լրջությունը նկատելի է նույնիսկ փոքր հասակում [6, էջ 24]:

Դ. Վ. Վդովինան և Տ. Վ. Օգորոդովան անդրադարձել են բնավորության շեշտվածությունն ունեցող դեռահասների կամային գործունեության առանձնահատկություններին: Նրանք գտնում են, որ դեռահասի կամային ոլորտը շատ հակասական է, որը բացատրվում է նրանց ընդհանուր ակտիվության զգալիորեն մեծացմամբ և կամային ակտիվության մեխանիզմների դեռևս ոչ բավարար ձևավորվածությամբ: Նրանց համատեղ կատարած հետազոտությունների արդյունքներից պարզ է դառնում, որ բնավորության շեշտվածության ցիկլոիդ տիպին բնորոշ է նախածեռնողականության ցածր մակարդակ, որը բացատրվում է

ցիկլոհիդի անընդհատ փոփոխվող տրամադրություններ: Ըստ նրանց հետազոտության արդյունքում ստացած տվյալների՝ բռնկվող տիպի մոտ կամային հատկություններից ցածր է արտահայտված վճռականությունը, որը պայմանավորված է նրանց բնորոշ իմպուլսիվություններով: Իսկ դիստիմիկներն աչքի են ընկնում նպատակասլացություն ցածր մակարդակով, որը բացատրվում է նրանց հոռետեսական տրամադրությամբ. դիստիմիկները կենտրոնացած են կյանքի մռայլ և տխուր կողմերի վրա: Այդ տրամադրվածությունը դրսևորվում է ինչպես նրանց վարքագծում, հաղորդակցման գործընթացում, այնպես էլ կյանքի ընկալման առանձնահատկություններում, որը խոչընդոտում է նպատակասլացությունը, քանի որ վերջինիս համար կարևոր է մտածողության պոզիտիվության թուլությունը [17, էջ 31-33]:

Այսպիսով, բնավորության շեշտվածության յուրաքանչյուր տիպի ձևավորման և զարգացման հիմքում ընկած են հուզականային ոլորտի ուրույն առանձնահատկություններ, որոնք փոխներգործության մեջ են անձի մյուս կառույցների և հատկությունների հետ՝ ապահովելով անձնավորության ամբողջականությունն ու միասնականությունը: Բնավորության շեշտվածության տիպերի հուզականային առանձնահատկությունները խիստ կապված են նրանց լիցքի ոլորտների հետ և որոշիչ են այդ տիպի հետագա զարգացման կամ կարգավորման համար՝ համարվելով նրանց ձևավորման հոգեբանական պայման:

Բնավորության շեշտվածության և ինտելեկտի, ռեֆլեքսիվության փոխազդեցության խնդրին է անդրադարձել Ս. Փիլոսյանը: Նա գտնում է, որ բնավորության շեշտվածության պարանոյալ և էպիլեպտիդ տիպերի մոտ, որոնք համապատասխանում են Լեոնիարդի դասակարգման խցանվող և բռնկվող տիպերին, արձանագրվել է ռեֆլեքսիվության և հուզական ինտելեկտի միջինից ցածր մակարդակ: Ըստ նրա՝ այս տիպերի մոտ դրսևորվող ինքնավերահսկման դժվարությունները պայմանավորված են ռեֆլեքսիվության և հուզական ինտելեկտի ցածր մակարդակով [5, էջ 186-187]:

Շեշտված ության յուրաքանչյուր տիպի բնութագրական է ինքնագնահատականի որոշակի մակարդակ: Բնավորության շեշտված ության և ինքնագնահատականի փոխարարությունն են անդրադարձել Ա. Լիչկոն, Յու. Գիպպենրեյտերը և Վ. Ռոմանովան, Ա. Ա. Սմագան և Տ. Ն. Իզերգինան:

Ա. Ա. Սմագան և Տ. Ն. Իզերգինան իրենց համատեղ լայնածավալ ուսումնասիրություններում անդրադարձել են ինքնագնահատականի մակարդակի և բնավորության շեշտված ության տիպերի փոխարարությունն ինդիքին: Նրանք ուսումնասիրել են նաև ինքնագնահատականի և բնավորության, բնավորության շեշտված ության դրսևորման բազմաբնույթ ձևերի միջև առկա օրինաչափությունները: Նրանք գտնում են, որ ինքնագնահատականի մակարդակը հանդիսանում է անձնավորության կարևոր բնութագրիչ: Այս ոլորտում կատարված հետազոտությունները փաստում են, որ դեռահասի ինքնագնահատականի մակարդակն ունի իր դրսևորման առանձնահատկությունները, որը պայմանավորված է համապատասխան շեշտված ության առկայությամբ [80, էջ 84-99]:

Ըստ Ա. Ա. Սմագայի և Տ. Ն. Իզերգինայի հետազոտության տվյալների՝ իր տարիքակիցների և մյուս շեշտված ության տիպերի համեմատ ինքնագնահատականը հատկապես ցածր է արտահայտված լաբիլ շեշտված ություն ունեցող դեռահասների մոտ: Նրանք իրենց ցածր են գնահատում բոլոր պարամետրերով՝ առողջ ություն, խելք, հասակակիցների շրջանում հեղինակություն, ինքնավստահություն, արտաքին տեսք և այլն [80, էջ 97]:

Ինչպես նշում են Ա. Ա. Սմագան և Տ. Ն. Իզերգինան, ցուցադրական տիպը համեմատաբար ցածր է գնահատում հասակակիցների շրջանում իր հեղինակությունը և բարձր է գնահատում իր ուժերի նկատմամբ վստահությունը: Լաբիլ տիպը ցածր է գնահատում իր խելքը և բարձր՝ սեփական առողջ ությունը: Հիպերտիմը ցածր է գնահատում իր առողջ ությունը, բարձր՝ ինքնավստահությունը [80, էջ 96-97]:

Վերը նշվածից հետևում է, որ ցուցադրական և հիպերտիմ շեշտված ություններին բնութագրական է իրենց և իրենց □ես□-ի նկատմամբ առավել դրական վերաբերմունք, քան լաբիլ տիպին [80, էջ 99]:

Ըստ Լիչկոյի՝ հիպերտիմի ինքնագնահատականն առանձնանում է իր օբյեկտիվությամբ [45, էջ 50]: Ցիկլոփի ինքնագնահատականը աստիճանաբար է ձևավորվում՝ կախված □լավ□ և □վատ□ ցիկլերի շրջանառության փորձից: Դեռահասները սովորաբար այդպիսի փորձ չեն ունենում, ուստի նրանց ինքնագնահատականը կարող է լինել ոչ լիարժեք [45, էջ 54]: Սենզիտիվ դեռահասի ինքնագնահատականն առանձնանում է բարձր մակարդակի օբյեկտիվությամբ [45, էջ 64], իսկ հո•եասթենիկի ինքնագնահատականը, չնայած իր ինքնավերլուծության հակվածությանը, ոչ միշտ է օբյեկտիվ [45, էջ 68]: Ըստ Գիպտերեյտերի և Ռոմանովայի՝ տագնապային տիպին բնորոշ է ցածր ինքնագնահատականը [22, էջ 41]:

Բնավորության շեշտվածությունները որոշակի փոխարաբերությունների մեջ են ընդհանուր ինքնակարգավորման և նրա առանձին բաղադրամասերի հետ: Այս ոլորտում մի շարք ուսումնասիրությունների հեղինակ Կ. Ի. Մորոսանովան:

Կ. Ի. Մորոսանովան ուսումնասիրել է ուսանողների բնավորության շեշտվածության և ինքնակարգավորման ոճերի փոխարաբերության առանձնահատկությունները: Նակարծում է, որ բնավորության շեշտվածության յուրաքանչյուր տիպին բնորոշ է ինքնակարգավորման որոշակի ոճ: Ինքնակարգավորման ոճն ունի իր ուժեղ և թույլ կողմերը: Ուժեղ կողմը ենթադրում է կարգավորման առանձնահատկության բարձր զարգացվածություն, որը նպաստում է կրթական ոլորտում հաջողությունների ձեռքբերմանը: Թույլ կողմը ենթադրում է կարգավորման առանձնահատկության ոչ բավարար զարգացվածություն [52, էջ 32-33]:

Կ. Ի. Մորոսանովան ուսումնասիրել է նաև ուսանողների բնավորության շեշտվածության յուրաքանչյուր տիպի ինքնակարգավորման գործընթացի անհատական-ոճային առանձնահատկությունները: Նա նշում էր, որ հիպերտիմի մոտ բարձր է արտահայտված ծրագրավորումը և ցածր է արտահայտված պլանավորումը: Ցիկլոփին բնութագրական է պլանավորման բարձր և ծրագրավորման ցածր արտահայտվածություն: Լաբիլն առանձնանում է պլանավորման, ծրագրավորման բարձր և մոդելավորման, արդյունքների գնահատման ցածր արտահայտվածությամբ: Հոգեասթենիկի մոտ բարձր է արտահայտված

ծրագրավորումը, պլանավորումը և ցածր է արտահատված արդյունքների գնահատումը: Շիզոֆրենիա բնորոշ է պլանավորման բարձր և մոդելավորման ցածր արտահայտվածությամբ: Հիստերոիդն առանձնանում է մոդելավորման, արդյունքների գնահատման, ծրագրավորման բարձր և պլանավորման ցածր արտահայտվածությամբ [52, էջ 36]:

Բնավորության շեշտվածությամբ ունեցող պատանիների ինքնակառավարման դրսևորման առանձնահատկություններին է անդրադարձել Չ. Շահինյանը: Նա գտնում է, որ բնավորության շեշտվածությամբ ունեցող պատանիների մոտ առավել ցածր է արտահայտված ինքնակառավարման համակարգի հակասությունների վերլուծության (բռնկվող, հոգեաստենիկ, էկզալտացված, պեդանտ տիպեր), կանխատեսման (բռնկվող, հոգեաստենիկ, էկզալտացված, ցիկլոտիմիկ, էմոցիոնալ, պեդանտ, տագնապային տիպեր), որակի գնահատման չափանիշը (հոգեաստենիկ, էկզալտացված, ցիկլոտիմիկ, էմոցիոնալ տիպեր), որոշման ընդունման (բռնկվող, հոգեաստենիկ, հիստերոիդ, էկզալտացված, ցիկլոտիմիկ, էմոցիոնալ տիպեր), շտկման (բռնկվող, հիստերոիդ, էկզալտացված, էմոցիոնալ տիպեր) բաղադրամասերը: Նպատակադրման բաղադրամասը խիստ ցածր է արտահայտված միայն հիստերոիդ տիպի մոտ: Ինքնակառավարման պլանավորման բաղադրամասը ոչ մի շեշտվածության տիպի մոտ միջինից ցածր չի արտահայտված: Այն միջինից բարձր դրսևորում ունի միայն ցիկլոտիմիկ տիպի մոտ [4, էջ 48-49]:

Ըստ Ա. Յու. Կոլոմիեցի՝ բնավորության շեշտվածության տիպն ազդում է հասարակության մեջ դեռահասի սոցիալական կապերի և վարքագծի վրա [34, էջ 176]:

Ա. Սամոխվալովան բնավորության շեշտվածությամբ ունեցող զիտարկում է որպես՝ դեռահասի հաղորդակցման գործընթացին խոչընդոտող գործոն: Նա գտնում է, որ գրեթե բոլոր շեշտվածության տիպերին միջանկյալին հարաբերություններում այս կամ այն չափով հատուկ են որոշակի դժվարություններ, միմյանց հետ ոչ ճկուն վարվելակերպ, հաղորդագրությունների փոխանցման և հասկացման դժվարություններ [77, էջ 47-53]:

Ըստ Ա. Սամոխվալովայի բնավորության շեշտվածությունը, բարդացնելով դեռահասների և պատանիների միջև հաղորդակցումը, առաջացնում է բազմաթիվ հուզական հակազդումներ.

Ինտրապրուսիտիվ հակազդում: Այն իրենից ներկայացնում է հույզերի և ինքնաթափում աուտոագրեսիայի միջոցով. ինքնամեղադրանք, ինքնանվաստացում, ագրեսիայի խթանում: Հակազդման այս ձևն ավելի հաճախ հանդիպում է երկու միմյանց հակադիր՝ սենզիտիվ և էպիլեպտոիդ տիպերի մոտ:

Էքստրապրուսիտիվ հակազդում: Հույզերի պարպում ագրեսիայի միջոցով՝ ագրեսիվ պայթյուն, իրեն նեղացնողի վրա հարձակում, հաշվեհարդար տեսնելու ձգտում: Ավելի հաճախ պատահում է հիպերտիմ, և էպիլեպտոիդ տիպերի մոտ:

Իմուսիտիվ հակազդում: Հույզերի պարպումը կատարվում է հաղորդակցման դժվարություններով, խմբում ներգրավվածության ցուցադրական մերժումով, հաղորդակցման բարդ իրավիճակներում օտարացվածության դրսևորմամբ: Այս տիպի հակազդումը բնորոշ է անկայուն և շիզոիդ շեշտվածություններին դեպքում:

Ցուցադրական հակազդում: Երբ հույզերը պարպվում են կեղծիքի թատերականացման միջոցով: Հակազդման այս ոճն ընտրած դեռահասներն ու պատանիները հակված են հաղորդակցման կեղծ, ոչ բնական դրսևորումների, բուռն բեմադրությունների, խեղկատակության: Այս տիպի հակազդումը հատուկ է հիստերոիդ, երբեմն էլ էպիլեպտոիդ և և էպիլեպտոիդ շեշտվածություններին [77, էջ 50-53]:

Ա. Սամոխվալովան ուսումնասիրել և առանձնացրել է հաղորդակցման ընթացքում բնավորության շեշտվածության յուրաքանչյուր տիպին բնորոշ հիմնական և ռեֆլեքսիվ դժվարությունները: Ըստ նրա՝ հիպերտիմին բնութագրական են հիմնական դժվարություններ՝ կապված ագրեսիվության, թշնամանքի, Եսակենտրոնության, ուրիշների նկատմամբ բարձր պահանջկոտության հետ ու ռեֆլեքսիվ դժվարություններ՝ կապված ինքնադիտման, իրավիճակի և իր հետ հաղորդակցվողի նկատմամբ սեփական հարաբերությունների գնահատման, սեփական սխալներից եզրակացություններ անելու անկարողության հետ: Ցիկլոտիմիկ

առանձնանու մ է ապրումակցման, համառոտ թյան, նեգատիվիզմի, ապատիայի, գերզգայունություն, ինքնաներկայացման վախի, ինքնագնահատականի անկայունություն հետ կապված հիմնական դժվարություններով, ինչպես նաև ինքնահասկացման և ինքնադրսևորման ռեֆլեքսիվ դժվարություններով: Լաբիլ տիպին բնորոշ են հիմնական դժվարություններ՝ կապված չափազանց տպավորվողականության, զգայունության, հաղորդակցվող մյուս կողմից հուզական-անձնային կախվածության հետ և ռեֆլեքսիվ դժվարություններ՝ կապված սեփական զգացմունքների վրա ծայրահեղ կենտրոնացվածության, սեփական հաղորդակցման •ործընթացի արդյունքների գնահատման անընդունակության, հաղորդակցման ոլորտում փոփոխման հետ: Սենզիտիվ տիպն առանձնանու մ է ցածր ինքնագնահատականի, խոցելիություն, տպավորվողականության, համեստության, անլիարժեքության զգացման հետ կապված հիմնական դժվարություններով, ինչպես նաև սեփական անհաջողությունների վրա կենտրոնացվածության, շփման նոր մոդելների կիրառման վախի հետ կապված ռեֆլեքսիվ դժվարություններով: Հոգեաթենսիկին բնորոշ են հետևյալ հիմնական դժվարությունները՝ տազնապայնությունը, կասկածամտությունը, սեփական ուժերի, ցանկությունների նկատմամբ անվստահությունը, անվճռականությունը, երկչոտությունը: Այս տիպն առանձնանու մ է նաև ռեֆլեքսիվ դժվարություններով, որոնք կապված են ծայրահեղ ինքնավերլուծության և ինքնամեղադրման հակվածության, իր շփման մոդելների արմատական փոփոխման հակվածության հետ: Ծիզոնիկն առանձնանու մ է հիմնական դժվարություններով, որոնք կապված են ներփակվածության, անվստահության, ատելության, թշնամանքի, \$անտազիաների հակվածության, ապրումակցման հետ, ինչպես նաև ռեֆլեքսիվ դժվարություններով, որոնք կապված են սեփական վարվելակերպի փոփոխման ցանկության բացակայության, ինքնադիտման և ինքնադրսևորման հետ: Էպիլեպտիդին բնորոշ են հիմնական դժվարություններ՝ կապված ագրեսիվության, թշնամանքի, դյուրագրգռականության, նեղացկոտության, համառության, ուրիշներին ենթարկեցնելու և նվաստացնելու հակվածության, ապրումակցման հետ, ինչպես նաև ռեֆլեքսիվ դժվարություններ՝ կապված սեփական դժբախտություններով

ուրիշներին մեղադրելու հակվածության, հաղորդակցման սխալների ընդունման և ուղղման անպատաստվածության, ինքնադիտման հետ: Յիստերոիդներն առանձնանում են հետևյալ հիմնական դժվարություններով՝ Եսակենտրոնություն, այլոց հաջողությունների նկատմամբ հիվանդագին վերաբերմունք, նախանձ, ոչ տևական հարաբերություններ, ցուցադրականություն, ինչպես նաև որոշ ռեֆլեքսիվ սեփական սխալներն ընդունելու ցանկության բացակայություն, ինքնահասկացման դժվարություններով [77, էջ 51-52]:

Այսպիսով, բնավորության շեշտվածության յուրաքանչյուր տիպունի հաղորդակցման իր առանձնահատկությունները, որոնք ռիսկային գործոններ են հանդիսանում հաղորդակցման դժվարությունների առաջացման համար:

Հաղորդակցման ոլորտի դժվարություններին են անդրադարձել նաև Յու. Բ. Գիպպերեյտերը և Վ. Ռոմանովան [22], Ե. Ա. Ալեքսեևան և Ի. Վ. Վիբոյշիկը [6], Ա. Լիչկոն [45], Կ. Լեոնհարդը [43], Պ. Վ. Վոլկովը [18]:

Գիպպերեյտերը և Ռոմանովան նշում է, որ հիպերտիմը հակված է մարդկանց հետ լայն շփում հաստատել, հասկանալ նրանց պահանջմունքները, ներգրավել աշխատանքում, վարակել խանդավառությամբ: Այս տիպը նախաձեռնող է, հանդես է գալիս որպես կազմակերպիչ, կոնֆլիկտի լուծման ժամանակ՝ որպես միջնորդ, հաշտարար [22, էջ 10]: Բնկվող տիպն ապրում է իր անձի և գործունեության կարևորության զգացողությամբ: Տանը միշտ հեղինակություն է: Ունենալով խիստ լարված բնավորություն՝ չի կարողանում խուսափել կոնֆլիկտներից: Նա, մշտապես կարևորելով սեփական հետաքրքրությունները, անտեսում են մյուսներինը, որի արդյունքում հակասություններն անխուսափելի են: Այս ամենը նրանց հետշփումը նշանակալիորեն դժվարեցնում է [22, էջ 25-28]:

Վոլկովը, ուսումնասիրելով բնավորության շեշտվածության որոշ տիպերի հաղորդակցման ոլորտի առանձնահատկությունները, գտնում էր, որ հաղորդակցվելիս բավականին շատ դժվարություններ է ունենում հո•եասթենիկը: Ի տարբերություն մյուս շեշտվածությունների՝ նա նախապես այդ հնարավոր դժվարությունները մանրակրկտորեն վերլուծում է: Ըստ Վոլկովի՝

հոգեաթենիկը չի կարողանում մարդկանց համար հեղինակություն և լինել, քանի որ ունի թույլ նյարդային համակարգ, ցածր ինքնագնահատական և չունի կազմակերպչական հմտություններ [18, էջ 54-56]: Հաղորդակցման ժամանակ պեղանտի հիմնական դժվարությունները կապված են նրան բնորոշ հիմնային տագնապի, պեղանտիզմի և կաշուկություն հետ: Կասկածամտությունը, որը նրան հաիստ չի տալիս, խոչընդոտում է նաև հաղորդակցման գործընթացին: Այսպիսով, նրանք առանձնանում են ցածր հաղորդակցման մակարդակով, որին նպաստում է նրանց բնորոշ աուտիստիկ աշխարհը նկատմամբ [18, էջ 68]: Ցիկլոփիկամ լաբիլ տիպն առանձնանում է տրամադրության ծայրահեղ փոփոխությամբ և անկայունությամբ, որն իր հետքն է թողնում նաև նրա հաղորդակցման ոլորտի վրա: Նրա տրամադրությունից է կախված ամեն ինչ, այդ թվում և հաղորդակցման գործընթացը: Բարձր տրամադրության դեպքում ցիկլոփին իրեն դրսևորում է որպես ջերմ և կենսուրախ անձնավորություն, ձգտում է լինել խմբերում: Լինում է նաև այնպես, որ ցիկլոփիդ՝ լինելով բավականին ջերմ և մտերմիկ, հաջորդ պահին իրեն դրսևորում է սառնուկ անտարբեր, երբեմն նաև կոպիտ: Ընդհանուր առմամբ նրանք նախընտրում են այնպիսի գործունեության տեսակներ, որտեղ շփումը մեծ է [18, էջ 86; 6, էջ 24]: Ըստ Լեոնիարդի՝ հասակակիցների խմբերում նա չի ձգտում առաջնորդի դեր ստանձնել, այլ փնտրում է հուզական կապ՝ բավարարվելով սիրելիի դերում գտնվելով, ում պաշտպանում և հոգ են տանում [43]:

Տագնապային տիպն առանձնանում է բարձր տպավորվողականությամբ, տագնապային կասկածամտությամբ, արագ ձանձրանալու հակվածությամբ, որոնք հաղորդակցման գործընթացի արդյունավետությունն իջեցնում են: Հաղորդակցման դժվարությունները հատկապես կապված են այս տիպի անվստահության և ամաչկոտության հետ: Նրանք ճնշվում են՝ չկարողանալով իրենց ամբողջովին դրսևորել: Նրանց մշտական ուղեկիցն է ծիծաղի առարկա դառնալու վախը, որի հիմնական պատճառը նրանց ցածր ինքնագնահատականն է: Նրանց հեշտ է շեղել, անհարմար իրավիճակի մեջ դնել: Նրանք դժվարությամբ են պատասխանատու որոշումներ ընդունում և անընդհատ աջակցության կարիք ունեն [18, էջ 41-42]:

Քանի որ Շիզոֆրենիայի բավականին բարդ տիպ է և դժվար է ենթարկվում փոփոխության, այդ տիպի առանձնահատկությունները հասկանալու համար պետք է մանրամասն ուսումնասիրել նրա հաղորդակցման ոլորտը:

Վոլկովն առանձնացնում է Շիզոֆրենիայի հաղորդակցման գործընթացի մի շարք առանձնահատկություններ.

1. Շիզոֆրենիայի շփման ընթացքում նախաձեռնությունն չի ցուցաբերում և արագ սպառվում է:
2. Նահագնացման շատ խոցելի է և դրա պատճառով էլ ոչ մեկին չի ներառել իր խոսակցությանը: Նա երբեմն կարող է շատ կոպիտ լինել՝ իր ներառելի մուտքն արգելելու համար:
3. Շիզոֆրենիայի, ինչպես նաև հոգեաթենիկը շփման մեջ լիցքաթափվել չեն կարողանում, քանի որ մտածում են, թե ուրիշներն իրենց գնում են, փորձում են հասկանալ իրենց ապրումները:
4. Նա հիվանդագին վիրավորվում է շրջապատի կոպտության հետ:
5. Շիզոֆրենիան պակասում է հնարամտությունն ու ինտուիցիան: Նա առաջնորդվում է ըստ իր կազմած պլանի: Եթե այդ ճանապարհին խոչընդոտներ են հանդիպում, ապա նա շփոթվում է և կառուցում նորանոր պլաններ՝ չկարողանալով առաջնորդվել ինտուիցիայով:
6. Երբեմն նա կարող է կոպիտ և դաժան թվալ, սակայն իրականում չի կարողանում հասկանալ ուրիշի ապրումներն ու զգացմունքները, որը դժվարացնում է շփման գործընթացը:
7. Շիզոֆրենիայի երբեմն արտառոց վարք է դրսևորում, որը ցուցաբերականության հետ կապ չունի, այլ պարզապես դա բնութագրական է նրան [18, էջ 100]:

Ըստ Ալեքսեևայի և Վիբոյշիկի՝ հիպերտիմի հետ շփում հաստատելը հեշտ է, քանի որ շրջապատի համար նա պարզ է, հասկանալի, բարեհամբույր, բարեհոգի, հաղորդակցվող, ազատորեն

արտահայտում է իր զգացմունքները, հիշաչար չէ: Յիսուսի մը հակված է լայն շփում հաստատել, սակայն, արագ ձանձրանալով՝ ներգրավվում են նորանոր խմբերում [6, էջ 16]: Դիստիմիկի ցածր տրամադրությունը, բարձր բարոյականությունը, չխոսկանությունը, աշխատանքի նկատմամբ լուրջ վերաբերմունքը, վատատեսությունը և մի շարք այլ առանձնահատկություններ դժվարացնում են հաղորդակցման գործընթացը [6, էջ 24]: Էմոտիվ անձնավորությունը լավ ծանոթ մարդկանց շրջանում շփվող է, վստահ, հանգիստ: Նա իր գործընկերների հետ ջերմ ու բարի հարաբերությունների մեջ է, իսկ ղեկավարության հետ չափավոր հարաբերություններ է պահպանում: Նա հազվադեպ է աշխատավարձի վերաբերյալ, քանի որ, հարմարվելով կոլեկտիվին, նախընտրում է այն չփոխել [6, էջ 18-19]:

Ըստ Լիչկոյի՝ հոգեաթենիկը հասակակիցների խմբերում լինելու ձգտում չունի, եթե երիտասարդ ինտելեկտուալ խմբում չի հայտնվում: Յիսուսի հաղորդակցման, ինչպես նաև այլ գործընթացների հիմքում ընկած են եսասիրական մղումները, □բարձր գնահատականի ծարավը□: Նրանց մյուս որակները սերում են այս գծերից: Հասակակիցների խմբերում նրանք միշտ ձգտում են լիդերության, եթե ոչ, ապա գոնե ձգտում են առանձնահատուկ դիրք ունենալ խմբում: Նրանք երբեմն ուրիշներին իրենց ետևից տանելու համար կարող են մեծ համարձակություններ ստանալ: Սակայն նրանք միշտ առաջնորդ են լինում մեկ ժամ՝ անսպասելի դժվարությունների ժամանակ դիմում են փախուստի, ընկերներին հեշտությամբ մատնում են, ընկերները հեշտությամբ նկատում են նրանց հոգու դատարկությունը: Ուստի նրանք հաճախ են փոխում խումբը, որպեսզի ամեն ինչ նորից սկսեն: Եթե հիստերոիդ դեռահասն ասում է, որ հիասթափվել է իր ընկերներից, ապա միանշանակ պետք է հասկանալ, որ նրան բացահայտել են [45, էջ 84; 22, էջ 45]:

Ըստ Լեոնիարդի՝ խցանվող տիպի հիմքում ընկած հոլյզերի պաթոլոգիկ կայունությունը և նրանց հոգեկանում մխրճված կասկածամտությունը դժվարացնում են նրա հաղորդակցման գործընթացը [44, էջ 63]: Եկզալ տացված անձի հաղորդակցման

գործընթացի վրա անմիջական ազդեցություն են է ունենում նրա տպավորվողականությունը [43, էջ 106]:

Բնավորության շեշտվածությունների և անձնային մի շարք հատկությունների փոխհարաբերության ու փոխազդեցության խնդիրներին բազմաթիվ հեղինակներ են անդրադարձել :

Վ. Վարդանյանն իր աշխատանքում անդրադարձել է ապրումակցման և բնավորության շեշտվածության փոխհարաբերության խնդրին: Ըստ նրա՝ բնավորության շեշտվածություն ունեցող անձանց բնորոշ է ապրումակցման արտահայտվածության միջինից բարձր մակարդակ, որն առանձնանում է իր կայուն և դրական զարգացմամբ: Ապրումակցման բոլոր բաղադրամասերի ներդաշնակ զարգացումը նպաստում է հոգականորեն համարժեք միջանձնային փոխազդեցությանը, որը թույլ է տալիս պահպանել անձնավորության հոգական նույնականացումն ու սեփական ապրումների և հարաբերությունների հավասարակշռման ինքնավերահսկումը [15]:

Ապրումակցումը, լինելով սոցիալ-հոգեբանական երևույթ, նպաստում է միջանձնային հարաբերությունների հավասարակշռմանը: Ապրումակցման մակարդակը տարիքի հետ նվազում է և նրա դրսևորման առաջնայնությունը, բնավորության շեշտվածության տիպից կախված՝ փոփոխվում է [21]:

Վ. Վարդանյանի կատարած հետազոտություններում բացահայտվել է, որ որոշ շեշտվածությունների ապրումակցման մի շարք բաղադրամասեր բարձր արտահայտվածություն ունեն: Օրինակ, շիզոֆրենիա մոտ արտահայտված է ապրումակցման իրատեսական բաղադրիչը և բացակայում է հոգական բաղադրիչը, որը խոչընդոտում է ամբողջական վարքագծային ադապտացիային և միջանձնային հարաբերություններում՝ անձնավորության փոխատուցման գործընթացին: Ցիկլոֆրենիա ապրումակցումը բարձր արտահայտվածություն ունի. գերակշռում է հոգական բաղադրիչը, որն ապահովում է միջանձնային փոխազդեցության արդյունավետությունն ու հարմարավետությունը: Եպիլեպտիկին բնութագրական է բարձր հոգական մակարդակ և ապրումակցման ըմբռնականություն բարձր զարգացվածություն: Հիստերոֆրենիա ևս

բնորոշ է ապրումակցման բարձր մակարդակ^a հուզական և նույնականացման բաղադրիչների գերակշռմամբ, որը նպաստում է հասարակության մեջ նրա համարժեք, սակայն մակերեսային հարմարմանը [15]:

Լիչկոն, անդրադառնալով բնավորության շեշտվածության տիպերի ապրումակցման առանձնահատկություններին, նշում էր, որ շիզոֆրեն առանձնանում է ապրումակցման ցածր մակարդակով. նա կարծես ընդունակ չէ կիսել ուրիշների ուրախությունն ու տխրությունը, հասկանալ նրանց վիշտը, զգալ հուզմունքն ու անհանգստությունը: Այս ամենի հետևանքով շիզոֆրեններին համարում են սառը մարդիկ: Նրանց արարքները կարող են դաժան թվալ, բայց դրանք կապված են ուրիշների տառապանքները զգալու անկարողության հետ, այլ ոչ թե սադիստական հաճույք ստանալու ցանկության, ինչպես Էպիլեպտիկների մոտ է: Ըստ Լիչկոյի՝ ապրումակցման բարձր մակարդակով հատկապես առանձնանում են հիպերտիմ և ցուցադրական տիպերը: Նրանց համար հասակակիցներից մեկուսացված լինելն ու շփման նեղ շրջանակը կոնֆլիկտի առաջացման պատճառ կարող են դառնալ [45]:

Ե. Ա. Կովալենկոն, ուսումնասիրելով շփվողականության և բնավորության շեշտվածության փոխհարաբերությունը, գտնում է, որ շփվողականության կառուցվածքը (այն ներառում է 8 բաղադրամաս, որոնք վերաբերվում են մոտիվացիոն-իմաստային և ռեգուլյատոր - դինամիկ ասպեկտներին) բնավորության տարբեր շեշտվածությունն ունեցող անձանց մոտ տարբեր առանձնահատկություններ ունի: Ըստ նրա՝ բնավորության շեշտվածության առկայության դեպքում շփվողականության քանակական դրսևորման առանձնահատկությունը կախված է բնավորության հիմք հանդիսացող նեյրոդինամիկ առանձնահատկություններից, քանի որ այն առավել վառ դրսևորվում է շփվողականության ռեգուլյատոր - դինամիկ ենթակառուցվածքում: Իր հետազոտության արդյունքում նա բացահայտել է նաև, որ շեշտվածության առկայության դեպքում շփվողականության հուզականային կարգավորումն իջնում է [33, էջ 224-228]:

Ըստ Ալեքսեևայի և Վիբոյշիկի՝ հիպերտիմնառանձնանում է իրակտիվությամբ, շփոզականությամբ, շատախոսությամբ, ծայրահեղ ինքնուրույնությամբ: Կյանքի առաջին տարիներից սկսած նա ամենուրեք ակտիվ է, սիրում է հասակակիցների ընկերակցությունն ու հակված է նրանց ղեկավարել: Նա, մի փոքր հարմարվելով միջավայրին, անմիջապես ձգտում է լիդերություն: Նա հատկապես հաջողության է հասնում՝ հայտնվելով հասակակիցների չձևավորված խմբում: Ալեքսեևան և Վիբոյշիկը նշում են, որ ինչպես հոգեաթենիկին, այնպես էլ պեդանտին միավորում է կասկածամտությունը, սակայն պեդանտի մոտ այն ուղղված է իր աշխատանքի հնարավոր թերությունների բացառմանը, իսկ հոգեաթենիկի մոտ այն ուղեկցվում է տագնապայնությամբ և ամբողջովին ուղղված է հնարավոր իր և իր հարազատների ապագային: Հոգեաթենիկին բնութագրական է տագնապային կասկածամտությունը, իսկ պեդանտի կասկածամտությունը նրամեջայնքան խորն է արմատացած, որ խանգարում է նրա գործունեությանը: Պեդանտի կասկածամտությունը կասեցնելը երբեմն անհնար է լինում, քանի որ կրկին ու կրկին ծագում են նոր կասկածներ, որոնց նախվիճակի չէ կանգնեցնել [6]:

Ալեքսեևան և Վիբոյշիկը նշում են, որ կասկածամտությունը բնութագրական է նաև խցանվող տիպին [6, էջ 18]:

Պ. Վոլկովը [18, էջ 22-23], Յու. Գիպպենրեյտերը և Վ. Ռոմանովան [22, էջ 45] գտնում են, որ հիստերոիդի հիմնային հատկություններից է անսահման եսակենտրոնությունը, որը հիմնականում անգիտակցական բնույթ ունի: Դա պայմանավորված է իր անձնավորության նկատմամբ մշտական ուշադրության, հիացմունքի, զարմանքի, հարգանքի, ցավակցության ծարավով, ցուցադրականության, թատերականության, ինքնուրույնության մեծագույն պահանջով:

Ըստ Պ. Վոլկովի՝ էմոտիվ տիպին վերոհիշյալ անձնային գծերից բնութարական է տագնապային կասկածամտությունը, ինչպես նաև գթասրտությունը, այլասիրությունը, փափկասրտությունը: Իսկ շիզոիդն իր արտասովոր էությամբ, ունենալով անձնային մենակության և ներփակվածության սուր ապրումներ, այնուամենայնիվ ձգտում է ներփակվածության,

շրջապատից մեկուսացվածության. ունի ցածր շփման պահանջմունք, ինտուիցիայի և ապրումակցման ցածր մակարդակ, արտահայտված անկախություն և ինքնուրույնություն [18, էջ 94]:

Լեոնհարդը նշում էր, որ դիստիմիկի մոտ առաջին պլան է մղվում նուրբ, բարձրակարգ զգացմունքները, որոնք հակադիր են եսակենտրոնությանը և ձևավորում են լուրջ գեղագիտական դիրքորոշումներ, որը դիստիմիկի դրական կողմն է [43, էջ 102]:

Ըստ Լեոնհարդի՝ Էկզալտացված անձնավորությանը ևս բնութագրական են այլասիրական մղումները, որը կապված է նրա նուրբ զգացմունքների հետ [43, էջ 106]:

Շեշտվածության որոշ տիպերի բնութագրական է ագրեսիվությունը:

Ագրեսիվությունը կայուն անձնային գիծ է, որի առաջացման գործում կարևոր դեր ունեն իրավիճակային փոփոխությունները, շրջապատի մարդկանց մտադրությունների բխումները և այլն [79, էջ 20]:

Յա. Ն. Նիկոլայենկոն կապ է բացահայտել բնավորության շեշտված գծերի և ագրեսիվ վարքագծի հակվածության միջև: Էկզալտացված տիպի համար դա բացատրվում է նրա տրամադրության լաբիլությամբ, բռնկվող տիպի համար՝ նրա աֆեկտիվ պայթուցիկությամբ, հիպերտիմի համար՝ նրա լիդերության հակվածությամբ [53]:

Օ. Կոբզևան իր աշխատանքում անդրադարձել է դեռահասության և պատանեկության տարիքում ագրեսիվության և անձնային առանձնահատկությունների, այդ թվում բնավորության շեշտվածության փոխազդեցության խնդրին: Նա գտնում էր, որ դեռահասության և պատանեկության տարիքում ագրեսիվությունն ուղեկցվում է սոցիալական հարմարման դժվարություններով, որը դրսևորվում է բողոքի ձևով, որի հիմնական պատճառը ծնողների կողմից հասկացված չլինելն է [32, էջ 11]:

Այս ոլորտում Օ. Կոբզևայի կատարած հետազոտության արդյունքները ցույց են տալիս, որ կոնֆլիկտային և ագրեսիվ վարքագիծով աչքի են ընկնում բնավորության շեշտվածության

հիպերտիմ և բռնկվող տիպերը: Ըստ նրա՝ բնավորության շեշտվածության այս տիպերին առավել շատ, քան մյուսներին բնորոշ է ֆիզիկական և խոսքային ագրեսիա, դյուրագրգռություն, կասկածամտություն, նեղացկոտություն, ինչպես նաև ֆրոստրացիոն իրավիճակներում ագրեսիվ հակազդում [32, էջ 17]: Ալեքսեևան և Վիբոյշիկը նշում էին, որ հիպերտիմը հատկապես խիստ կարգուկանոնի պայմաններում կարճատև կարող է դյուրագրգռություն, զայրույթ և ագրեսիադրսևորել [6, էջ 46]:

Յու. Գիպտերեյտերը և Վ. Յա. Ռոմանովան իրենց □Մենք տարբեր բնավորություններ ունենք ... ինչպես վարվել □ գրքում, նկարագրելով բնավորության տիպերը (որոնք իրականում համապատասխանում են բնավորության շեշտավորված տիպերին), անդրադառնում է այնպիսի կարևորագույն հարցերի, ինչպիսիք են՝ բնավորության տիպերի համատեղելիությունը, հարաբերությունների կառուցումն ու կոնֆլիկտների լուծումը, բնավորության յուրաքանչյուր տիպի ճիշտ դաստիարակության առանձնահատկությունները, դժվար բնավորությունների հնարավոր շտկումը [22]: Նագտնում էր, որ բնավորությունից է կախված մարդու ողջ կյանք. ինչպես է այն կառուցվում, ինչպես է մարդն ապրում ընտանիքում, հաղորդակցվում, դաստիարակում երեխաներին և այլն [22, էջ 2]

Բնավորության շեշտվածությունը անձնավորության կոնֆլիկտայնությունը խթանող հատկություն է: Հայտնվելով կոնֆլիկտային իրավիճակում՝ մարդը խնդրի արդյունավետ լուծման համար որոշակի վարքագծային ոճ է ընտրում: Կոնֆլիկտային իրավիճակում վարքի որոշակի ոճի ընտրությունը պայմանավորված է ոչ միայն ստեղծված իրավիճակով և խնդրի բնույթով, այլև կոնֆլիկտող կողմերի անհատական հոգեբանական առանձնահատկություններով, այդ թվում նրանց և բնավորության առանձնահատկություններով [3, էջ 47-48]:

Կոնֆլիկտային իրավիճակում առանձնացնվում են մի քանի գործոններ՝ կոնֆլիկտի մասնակիցների մոտիվացիոն ուղղվածությունը, շրջապատի նկատմամբ վերաբերմունքը և անձնային առանձնահատկությունները, հատկապես՝ բնավորության շեշտվածությունը: Բնավորության շեշտվածություն ունեցող

անձանց վարքագիծը սոցիալական իրավիճակների գործոնների ազդեցության տակ համեմատաբար քիչ է կարգավորվում [64, էջ 29]:

Ինչպես ցույց են տալիս հետազոտությունները, վարքի ճկունության տեսանկյունից ելնելով (ճկուն է համարվում այն վարքագիծը, որի ժամանակ անձնավորությանը հակված է կոնֆլիկտի լուծման շատ ուղիներ ընտրել)՝ կոնֆլիկտային իրավիճակներում առաջին տեղում է բնավորության շեշտվածության շիզոիդ տիպը. նրանք Կ. Թոմասի առաջադրած վարքագծային հինգ տիպերն էլ միտված են ընտրելու: Երկրորդ տեղում են բնավորության շեշտվածության ցուցադրական, դիստիմիկ, ցիկլոիդ և պեդանտ տիպերը. նրանք միտված են ընտրելու վարքագծային չորս տիպ: Սովորաբար, կոնֆլիկտային իրավիճակում ոչ ճկուն վարքագիծ են դրսևորում բռնկվող, ցուցադրական, խցանվող տիպերը. նրանք կոնֆլիկտային իրավիճակներում միտված են ամենաշատը երկու վարքագծային տիպընտրել [3, էջ 50-51]:

Բնավորության շեշտվածության և կոնֆլիկտային իրավիճակներից դուրս գալու ոճերի ընտրության փոխարարությունը խնդրին են անդրադարձել Մ. Ն. Շիլովան [95], Լ. Ի. Ալիևան [7]:

Մ. Ն. Շիլովան գտնում է, որ բնավորության շեշտվածություն ունեցող դեռահասներն առանձնանում են կոնֆլիկտային իրավիճակներից դուրս գալու որոշակի ռազմավարությամբ: Սակայն նրանց միջև այդ համապատասխանությանը մշտական բնույթ չունի, քանի որ դեռահասը հոգեբանորեն դեռևս լիովին ձևավորված չէ և կարող է ունենալ արժեքների, կարծիքների անկայունություն [92]:

Ըստ Մ. Ն. Շիլովայի՝ բռնկվող տիպին բնութագրական է մրցակցության, իսկ հիպերտիմին՝ փոխզիջման թույլ արտահայտվածություն: Վերջինս կոնֆլիկտի լուծման տարբերակներից առավել շատ նախընտրում է համագործակցությունը: Խցանվող տիպին բնորոշ է փոխզիջումը՝ որպես կոնֆլիկտային իրավիճակից դուրս գալու միջոց [92, էջ 77]:

Լ. Ի. Ալիևան ուսումնասիրել է կոնֆլիկտային իրավիճակների լուծման վրա բնավորության շեշտվածության ազդեցությունը՝ ուսանողների մոտ: Ինչպես ցույց են տալիս նրա կատարած

հետագոտություն արդյունքները, բռնկվող տիպը նախընտրում է կոնֆլիկտի լուծման համագործակցային ոճը, որը հեղինակը հետևյալ կերպ է բացատրում. չնայած իրենց բռնկվողականությանը՝ նրանք գտնում են, որ այլ մարդկանց օգնությամբ կարող են հաղթահարել այն բացասական զգացմունքները, որոնք իր տիպի անձանց կողմից դժվար են կառավարվում: Տիկլոիդ տիպը ցածր տրամադրության դեպքում նախընտրում է փախուստը. չկարողանալով կոնֆլիկտի լուծման ուղիներ գտնել՝ նանախընտրում է թողնել, հեռանալ կոնֆլիկտային իրավիճակից և կոնֆլիկտի մեջ գտնվող անձանցից: Ցուցադրական տիպը երբեք համագործակցությունը չի ընտրում: Դասայ մասավորված է նրան բնորոշ ոչ օբյեկտիվ ինքնագնահատականով. նա ցանկացած կոնֆլիկտային իրավիճակում պնդում է իր իրավունքները: Ձգտելով ուշադրության՝ նա իր շահերը բոլորից բարձր է դասում և երբեք չի համաձայնվում համագործակցության, որպեսզի միշտ ուշադրության կենտրոնում լինի [7, էջ 7-9]:

Այսպիսով, բնավորության շեշտվածության տիպերի և անձնային հիմնական կառույցների (ինտելեկտ, ինքնագնահատական, ինքնակառավարում), ինչպես նաև մի շարք անձնային հատկությունների (շփվողականություն, մենականության հակվածություն, հաղորդակցման ընթացքում ինքնավերահսկողության գնահատում, ինքնուրույնություն, հուզականություն, ապրումակցում, կամքի ուժ, ռեֆլեքսիվություն, լիդերություն, կասկածամտություն, ագրեսիվություն, եսասիրություն, մարդասիրություն, ընկերասիրություն, ենթարկվողականություն, կախյալություն, կոնֆլիկտայնություն, ներոտիզմ, էքստրավերսիա, նորույթի նկատմամբ հակվածություն, հանդուրժողականություն, բարեխղճություն, ադապտիվություն) միջև որոշակի փոխայ մասավորվածություն գոյություն ունի, որի առկայությունն ինքնին նպաստում է շեշտավորված վարքագծի կանխատեսմանը, նույնականացման ու հետագա ախտաբանական զարգացման կանխմանը: Ունենալով իր ուրույն նկարագիրը՝ յուրաքանչյուր շեշտվածություն իր ձևավորման հոգեբանական մեխանիզմների հիմքում ներառում է անձնային հատկությունների

իր օրնտրանիս և ունի վերոհիշյալ անձնային կառույցների դրսևորման իրյուրահատկությունն ու շեշտադրումը:

Այսպիսով, բնավորության շեշտվածությունը՝ որպես անհատական-տիպոլոգիական առանձնահատկություն, դիտարկվում է որպես նորմայի ծայրահեղ արտահայտվածություն և չի կարող ախտաբանական դրսևորում համարվել: Այն ունի իր դրսևորման առանձնահատկություններն ու ձևավորման օրնաչափությունները և կարող է դիտարկվել որպես անձնավորության խոցելի հատկություն: Ծեշտվածությունը սահմանվում է որպես բնավորության անհամաչափ զարգացում, առանձին գծերի խփստ արտահայտվածություն, որով պայմանավորվում է որոշակի ազդեցությունների նկատմամբ անձնավորության բարձր խոցելիությունն ու հարմարման գործընթացում դժվարությունները:

Բնավորության, հատկապես նրա շեշտված գծերի ձևավորման և դրսևորման գործում կարևոր նշանակություն ունեն սոցիալական գործոնները՝ մակրոմիջավայրն ու միկրոմիջավայրը:

Մակրոմիջավայրը ոչ միայն նպաստում է բնավորության շեշտվածության ձևավորմանը, այլև կարող է սրել արդեն իսկ գոյություն ունեցող շեշտվածությունը [6, էջ 39]:

Բնավորության ձևավորման վրա միևնույն ժամանակ մեծ ազդեցություն է ունենում միկրոմիջավայրը՝ ծնողները, ազգականները, հասակակիցները, աշխատանքային միջավայրը [97, էջ 471-473]: Մարդու վրա միկրոմիջավայրը ազդում է ստերիոտիպերի, ավանդույթների, օրենքների, նորմերի, ամենօրյա կյանքի պայմանների և շրջակա միջավայրի առանձնահատկությունների միջոցով:

Ընտանիքում երեխաների բնավորության շեշտվածության ձևավորմանը նպաստող տիպիկ հոգեբանական մթնոլորտը բնութագրվում է հետևյալ դրսորումներով.

1. այլ անհատականության, վարքագծի, սխալների, ֆիզիկական և հոգեբանական դիսկոմֆորտի նկատմամբ հանդուրժողականության նվազում

2. այլ մարդկանց մասին կտրուկ կարծիքների, քննադատությունների ու գնահատականներ տալու հակվածություն
3. ագրեսիվ, Եսասիրական վարքագիծ ցուցադրելու հակվածություն, որը յուրացվել է ընտանիքում
4. նկատողություններին, պահանջներին, երեխայի անհատականության դրսևորման սահմանափակվածությանն ուղղված հակադրման ու ժգնացում
5. հասակակիցների հետ հարաբերություններում դաժանության տարրեր
6. միասնական, կուլեկտիվ գործունեությանը մասնակցելու, համընդհանուր պատասխանատվությունը կիսելու ցանկության ընդգծված բացակայություն
7. բարձր արտահայտված անձնավորում, կասկածամտություն և «Ես-ի» հիվանդագին պաշտպանություն
8. մեծերի ոչ ծանոթ փորձի մերժում [6, էջ 41]

Բնավորության շեշտվածությունների ձևավորմանը նպաստում են ծնող-երեխա բացասական փոխհարաբերությունները.

Ուռճացված հարաբերություններ: Ծնողների չափազանց ընդգծված և կտրուկ պահանջները երեխայի մոտ ձևավորում են անցանկալի և արատավոր անձնային հատկություններ, բացասական վարքագիծ [6, էջ 42-43]: Ծնող-երեխա փոխհարաբերության այս ձևը հատկապես ռիսկային են հոգեատենիկ, սիենզիտի և աստենոնևրոտիկ շեշտվածությունների ձևավորման համար: Այն ուժեղացնում է ինքնուրույնության բացակայությունը, իր ուժերի նկատմամբ անվստահելիությունը, անվճռականությունը, իր գործը և իրեն պաշտպանելու անկարողությունը [45, էջ 102]:

Ագրեսիվ հարաբերություններ: Ծնողների անբարյացկամությունը, կոպտությունը, կտրուկ լինելը նպաստում են, որ երեխան ի պատասխան դրսևորի ագրեսիա, որն իր հերթին նպաստում է ծնողների կողմից ագրեսիայի դրսևորմանը և նրանց հարաբերությունների ժամանակ ագրեսիվությունն ավելի է

ուժգնանում [6, էջ 42-43]: Ընտանիքում իշխող ագրեսիվ հարաբերություններ նպաստում են լյաբիլ, շիզոֆիդ, հիստերոֆիդ և էպիլեպտիդ շեշտվածությունների առաջացմանն ու հետագա զարգացմանը [45, էջ 105]:

Չամաձայ նեցված հարաբերություններ: Ծնողները հարաբերությունների ենթարկողական ոճ են ցուցադրում՝ հասնելով նրան, որ երեխաներն անխոս ենթարկվեն՝ կատարելով նրանց ցանկացած պահանջ: Չաճախերեխաներն ամեն կերպ փորձում են գոհացնել իրենց ծնողներին [6, էջ 42-43]: Ընտանիքում իշխող հարաբերությունների այս ձևը կարող է նպաստել բնավորության հոգեաթենիկ, տագնապային, էմոտիվ և դիստիմիկ շեշտվածությունների ձևավորմանը:

Անձնավորության բարդույթներով պայմանավորված հարաբերություններ: Ծնողների բարդույթները երեխաների մոտ էլ են բարդույթներ առաջացնում, որն էլ իր հերթին պատճառ է դառնում ծնողների բարդույթների խորացմանը կամ նոր բարդույթների առաջացմանը [6, էջ 42-43]: Ծնող-երեխա փոխհարաբերությունների այս տեսակը կարող է նպաստել ցանկացած տեսակի բնավորության շեշտվածության ձևավորումն այն դեպքում, եթե վերջինիս նախադրյալներն առկա են երեխայի մեջ, քանի որ փոխհարաբերության այդ տեսակը կարող է խթանել արդեն իսկ նշմարելի շեշտվածության զարգացումը:

Անհետևողական հարաբերություններ: Ծնողների դիրքորոշումն առանձնանում է իր անփութությունամբ, թողտվությունամբ և անարդյունավետությամբ. երեխայի նկատմամբ պահանջները մի դեպքում շատ խիստ են, մեկ այլ դեպքում՝ մեղմ, մի դեպքում զանցանքի համար կարող են պատժել, մեկ այլ դեպքում՝ նույն զանցանքը չնկատել: Այս հարաբերությունների դեպքում երեխաների մոտ հստակ պատկերացում չի լինում իրենց պարտականությունների և վարքային նորմերի վերաբերյալ, նրանք չգիտեն՝ ինչ ակնկալիքներ ունենալ ծնողներից [6, էջ 42-43]: Անհետևողական հարաբերությունների արդյունքում հատկապես զարգանում են հիպերտիմ, բռնկվող, լյաբիլ շեշտվածությունները, քանի որ նրանք բոլորից արագ են հայտնվում են հակահասարակական

խմբերում և նախընտրում են անհոգ, ուրախ, զվարճությամբ ու ներող հագեցած, ժամանցային կյանքը [45, էջ 100]:

Առանձնացվում են մի շարք այլ գործոններ ևս, որոնք նպաստում են բնավորության շեշտվածության ձևավորմանը.

1. Աններդաշնակությամբ ամուսնական հարաբերության ներքին: Այն դրսևորվում է մրցակցության, կեղծ համագործակցության, մեկուսացման ձևով:

Մրցակցության ժամանակ հարաբերության ներքին կառուցվածքն ունենում է հակասական, թշնամական բնույթ: Երկուսն էլ բնութագրվում են ոչ հասուն, չձևավորված ընտանեկան դերերով, անպատասխանատվությամբ և կոնֆլիկտայնությամբ:

Կեղծ համագործակցության է համարվում այն, երբ արտաքուստ համաձայնեցված հարաբերության ներքին, սակայն հաճախ ոչ ընտանեկան խնդիրների հետկապված կոնֆլիկտներ են լինում:

Մեկուսացման դեպքում ամուսինները հուզականորեն մեկուսանում են իրարից. որպես ամուսիններ միմյանց չեն հետաքրքրում [6, էջ 42-43]:

Այս տիպերի հարաբերության ներքին բնութագրվող ընտանիքները, որտեղ անառողջ մթնոլորտ է տիրում, բնավորության շեշտվածության ներքին ձևավորման ռիսկային գործոն են դառնում:

2. Ընտանեկան դաստիարակության պակաս: Առանձնացվում են անձի անբարենպաստ զարգացմանը հանգեցնող դաստիարակության հետևյալ գծերը՝ թույլ համախմբվածություն և դաստիարակության հարցում տան անդամների տարածայնության ներքին, հակասության ներքին, անհետևողականություն, անհամապատասխան հակազդումներ՝ գերխնամք կամ երեխաների կենսագործունեության սահմանափակում, երեխաների ընդունակության ներքին չափազանցեցում [6, էջ 42-43]:

Երեխաները, որոնք ենթարկվում են նմանատիպ դաստիարակության, մյուսներից արագ հայտնվում են հակահասարակական խմբերում: Յուրաքանչյուրն ազատվելով՝ նրանք նույնիսկ առաջին դասարանից կարող են փախչել դասերից, շրջել

փողոցներում, հայ տնվելով անբարենպաստ խմբերում, դիմել օրինախախտությանների, ալկոհոլիզմի, տանից փախուստի և այլն [45, էջ 100]: Իսկ գերխնամքի պայմաններում դաստիարակվող երեխաների մոտ ավելի է ուժեղանում ինքնուրույնության բացակայությունը, իր ուժերի նկատմամբ անվստահությունը, անվճռականությունը [45, էջ 102]:

Այս գործոնը հատկապես կարող է նպաստել էմոտիվ, տագնապային, դիստիմիկ, հոգեաթենիկ տիպերի ձևավորմանը, ինչպես նաև արդեն իսկ առկա ցանկացած տիպի շեշտվածության հետագա զարգացմանը:

3. Երեխաների նկատմամբ ծնողների ոչ ճիշտ վերաբերմունք:
Լինում է երեք տիպի՝ մերժողական, գերսոցիալականացված և Եսակենտրոն:

Մերժողական վերաբերմունքը դրսևորվում է կամ գերպահանջկոտություն և գերհսկողություն կամ թողտվություն:

Գերսոցիալականացված հարաբերություններ առաջանում են առողջ երեխայի, հասակակիցների շրջանում նրա սոցիալական կարգավիճակի և ուսման մեջ նրա հաջողությունների նկատմամբ ծնողների տագնապային կասկածամտության հիման վրա [6, էջ 42-43]: Երեխայի նկատմամբ այս անվստահելիության մթնոլորտը սեպ է խրում ծնեղ-երեխա հարաբերություններում և երեխաները սկսում են հենարան փնտրել տանից դուրս:

Այն ընտանիքներում, որտեղ պատասխանատվությունը ցածր է, դրսևորվում են *Եսակենտրոն հարաբերություններ* [6, էջ 42-43]: Այս դաստիարակությունը նպաստում է երեխաների մոտ որոշակի դիրքորոշումների սևեռման. □բոլորն ամեն ինչում պետք է ինձ ընդառաջեն □: Նրանք ցանկացած դժվարությունների արձագանքում է հիստերիկ ձևով, հիպոխոնդրիկ արտաքին դրսևորումներով [45, էջ 107]:

Մի շարք հեղինակներ առանձնացնում են ծնողավարման տեսակներ, որոնք անուղղակիորեն կապված են բնավորության շեշտվածությունների առաջացման հետ [27, էջ 118-122; 68, էջ 325]:

Օ. Վ. Կերբիկովն (1962թ.) առանձնացնում էր գերիխամք, թողնելով թյուն, «մոխրոտիկ» կամ հոլգական մերժում, «ընտանիքի երկրպագու» կամ կեղծ գերիխամք ծնողավարման տեսակները, Գ. Ե. Սուխարևը (1959թ.)՝ դաստիարակությունն բարձր պատասխանատվության պայմաններում, դաստիարակությունն շրջապատի դաժան փոխարարությունն մթնոլորտում, դաստիարակությունն բարձր բարոյական պատասխանատվության պայմաններում, Ե. Ս. Իվանովը (1980թ.)՝ դաստիարակությունն հիվանդության պարագայում պաշտամունքի ձևով, ինչպես նաև՝ հակասական դաստիարակություն և դաստիարակություն ընտանիքից դուրս [45, էջ 99-108]:

Վերոհիշյալ ծնողավարման ձևերը կարող են խթանել բնավորության շեշտվածության ձևավորման գործընթացը կամ էլ խորացնել այն: Եթե ծնողավարման ոճը համապատասխանում է երեխայի առանձնահատկություններին, ապա նպաստում է նրա ճիշտ դաստիարակմանն ու նորմալ զարգացմանը: Հակառակ դեպքում այն կարող է շրջապատի հետ կոնֆլիկտների պատճառ դառնալ: Ծնողավարման ոչ ճիշտ տարատեսակներն արդեն իսկ ձևավորած բնավորության շեշտվածությունները կարող են վերածել պսիխոպաթիայի:

Այսպիսով, միջավայրի ազդեցությունը, հատկապես՝ ծնողավարումը, բնավորության շեշտվածությունները սրացնում կամ հարթեցնում է, կամ էլ՝ ձևափոխում: Սոցիալական բազմաբնույթ ազդեցությունների հետևանքով շեշտվածությունը կարող է բացասական զարգացում ստանալ, որը հիմք է հանդիսանում պսիխոպաթիայի, անձի միջարքայլ հոգեծին խանգարումների, իրավիճակային վարքագծային խանգարումների, ներոզների, փսիխոզների զարգացման համար:

Բնավորության շեշտվածությունը կարող է դրսևորվել ցանկացած տարիքում: Ծեշտվածությունների մեծ մասը (բացառությամբ սենզիտիվ և խցանվող տիպերը) հատկապես վաղ դրսևորվում են դեռահասության տարիքում և չեն խանգարում բավարար սոցիալական հարմարմանը: Բացառություն են կազմում պարանոյալ տիպը, որն իր զարգացման գագաթնակետին է հանսում 30-40 տարեկանում, և հոգեասթենիկը, որն իր ծաղկումն է ապրում

տարրական դասարաններում: Դեռահասու թյան տարիքի վերջում շեշտված ու թյունը կարող է թաքնված դառնալ [45]: Սակայն անբարենպաստ պայմանների ազդեցության տակ այն կարող է ամրապնդվել և դառնալ հասուն մարդու բնու թագրական գիծ [6]:

Դեռահասու թյունը կարող է և՛ նպաստել նախկինում թաքնված ախտաբանական փոփոխությունների զարգացմանը, և՛ ինքը դառնալ ախտածին փոփոխությունների պատճառ [45]:

Լիչ կոն գտնում էր, որ բնավորության շեշտված ու թյունները և անցումային տարիքի օրինաչ ափու թյունները փոխկապակցված են.

1. Բնավորության շեշտված ու թյան ձևավորման գաղտնի շրջանը երկար տարիներ է տևում և դրսևորվում է, հիմնականում, դեռահասու թյան տարիքում:
2. Այդ տարիքին բնորոշ է յուրահատուկ հիվանդագին ապրումներ, որոնք հետք են թողնում բնավորության հետագա ձևավորման վրա՝ նպաստելով բնավորության որոշ գծերի արտահայտված ու թյան սրմանը [45]:
3. Անցումային տարիքը նպաստում և արագացնում է դեռևս մանկության տարիներին նկատվող շեշտված գծերը: Անցումային տարիքի գործընթացները դեռահասին որոշակի անբարենպաստ ազդեցությունների նկատմամբ ավելի ընկալ ու նակ են դարձնում [36, էջ 210]:

Դեռահասու թյան տարիքը բնու թագրական է ամբիվալ ենտ հույ զերով. անհամաձայնեցված, հակասական հուզական հարաբերություններով: Անկայուն հուզական ոլորտը հուզական դիսկոմֆորտի, լարված ու թյան պայմաններում առաջացող խնդիրների լուծման անկարողության պատճառ է դառնում: Անբարենպաստ արտաքին պայմանների ազդեցության տակ անձնավորության հոգեբանական անկայուն ու թյունն ավել է մեծանում՝ հիմք հանդիսանալով շեշտված ու թյան ձևավորման համար:

Դեռահասու թյան տարիքում ավելորդ հուզական ու թյունն իր ֆիզիոլոգիական հիմքն ունի. անկայուն հորմոնային ֆոնով պայմանավորված տրամադրության հաճախակի փոփոխություն,

հույզերը վերահսկելու անկարողություն: Այս վիճակն ավելի է խորանում, քանի որ դեռահասն, իր ավտոնոմ վիճակն ու ազատագրումը ցուցադրելով, սոցիալական միջավայրում դեռևս իրավիճակի լուծման փորձին չի տիրապետում, վարքագծի սոցիալական ընդունելի մոդելներ չունի [49, էջ 89]:

Բնավորության շեշտվածությունն ունեցող դեռահասները «բարձագված ռիսկային» խումբ են կազմում: Նրանք ենթակա են միջավայրի կործանարար ազդեցությանը կամ հոգեբանական ցնցումներին: Եթե հոգեբանական ցնցումը կամ ստեղծված իրավիճակը հարված է հասցնում շեշտվածության տվյալ տիպի «թույլ տեղին», ապա բնավորության համապատասխան գծերը կարող են ծածկվել վառ գույներով՝ դրսևորվելով վարքագծում, հասնելով պսիխոպաթիայի մակարդակի: Խոսքը դեռևս գնում է դեռահասի պսիխոպաթիկ հակազդման մասին, որի դեպքում իրավիճակային փոփոխությունները, որոնք առաջացել են հոգեբանական ցնցման արդյունքում, իրավիճակի հարթվելուն պես անցնում են, և ամենինչ կրկին իր հունով է ընթանում: Սակայն եթե խնդրահարույց իրավիճակը, երկարաժամկետ հոգեբանական ցնցումը պսիխոպաթիկ հակազդման կրկնությունն առաջացնեն, այն կարող է վերաճել պսիխոպաթիայի: Այս ամենը կարող է ուղեկցվել սուր հուզական հակազդմամբ, որը կարճաժամկետ է և կարող են երկարաժամկետ մինչև մեկ օր: Աֆեկտը կարող է ուղեկցվել շրջապատի նկատմամբ ագրեսիայով, աուտոագրեսիայով, աֆեկտածին իրավիճակից փախուստով կամ բուն տեսարաններ «խաղաղով» [45, էջ 15]: Ըստ Լիչկոյի դեռահասության շրջանում պսիխոպաթիան՝ որպես ախտաբանական դրսևորում, բնավորության շեշտվածությունից, որը նորմայի ծայրահեղ դրսևորում է, չի տարբերվում [45]:

Դեռահասության տարիքում դրսևորվում են բնավորության տիպերի ձևափոխման մի քանի օրինաչափություններ: Սեռահասունության շրջանում բնավորության հիպերտիմ գծերը կարող են փոխվել ցիկլոփրոֆի, տարբերակված ներոտիկ գծերը՝ հոգեաստենիկ կամ սենզիտիվ տիպերի, հուզական լաբիլությունը հակված է դրսևորվել որպես հիստերոիդ [45]:

Բնավորության շեշտվածության ձևավորման համար բարձր ռիսկային խումբ է ներկայացնում նաև պատանեկությունը,

հատկապես վաղ պատանեկու թյուները: Դա պայմանավորված է մի քանի հանգամանքներով.

1. Անցումային տարիքի դժվարությունները՝ սկսած հորմոնային գործընթացներից, վերջացրած օեստրոնի և օրոստերոնի վերակազմավորումով:
2. Սոցիալական դիրքի անորոշությունն ու սահմանային լիները:
3. Սոցիալական վերահսկողության մեխանիզմների վերակառուցումների հետ պայմանավորված հակասությունները: Վերահսկման մանկական ձևերը, որոնք հիմնված էին մեծահասակներին ենթարկվելու և արտաքին նորմերի պահպանման վրա, այլևս չեն գործում, իսկ հասուն միջոցները, որոնք ենթադրում են գիտակցական կարգավորում, ինքնավերահսկողություն, դեռևս չեն մշակվել կամ ամրապնդվել [36, էջ 210]:

Օճեշտվածություն և հասկացությունը մոտ է կանգնած անձի խանգարումներին: Յիմնական տարբերությունը, ինչպես նշում էր Օ. Բ. Կերբիկովը (1962 թ.), անձի խանգարման երեք հիմնական բնութագրումներն են, որոնք շեշտված անձանց մոտ երբեք միաժամանակ հանդես չեն գալիս.

1. Շեշտվածություն ունեցող անձը կարող է յուրահատուկ ձևով արձագանքել յուրահատուկ հոգեծին ազդեցություններին, սակայն միայն դրանց, իսկ անձնային խանգարումներ ունեցող մարդը ցանկացած հոգեծին ազդեցություններին արձագանքում է իր խանգարման առանձնահատկության համապատասխան:
2. Շեշտվածությունը կարող է առավել վառ դրսևորվել մարդու կյանքի միայն որոշակի փուլում (օրինակ, դեռահասության տարիքում) և, սովորաբար, ժամանակի ընթացքում հարթվում է, սակայն անձի խանգարմանը հատուկ են կյանքի վաղ շրջանի դրսևորում և կյանքի ընթացքում նրա դրսևորման կայունություն կամ ուժեղացում:

3. Շեշտվածությունը սոցիալական դեզադապտացիայի ընդհանրապես կարող է չհանգեցնել կամ հանգեցնել՝ կարճատև: Անձի խանգարումները մշտապես խանգարում են անձի հարմարմանը [45, էջ 4]

Բնավորության ախտաբանական գծերի ամբողջականությունը հատկապես վառ է արտահայտվում դեռահասության տարիքում: Պսիխոպաթիայի դրսևորումները նկատելի են տանը և դպրոցում, հասակակիցների և մեծահասակների հետ շփվելիս, սովորելիս և հանգստանալիս, աշխատանքում և ժամանցի ընթացքում, սովորական և առանձնահատուկ պայմաններում, ինչպես նաև, ամենաճարտեսող իրավիճակներում [45]:

Ըստ Լիչկոյի՝ պսիխոպաթիայի դեպքում դեկոմպենսացիան կարող է հետևանք լինել հոգեբանական տարբեր ցնցումների, ամենատարբեր կենսական իրավիճակների և նույնիսկ կարող է առաջանալ առանց տեսանելի պատճառի: Շեշտվածության ժամանակ ադապտացիան խանգարվում է, եթե տվյալ շեշտվածության խոցելի ուղորտները հարվածի են ենթարկվում [45]:

Կառուցվածքային պսիխոպաթիաները և բնավորության շեշտվածություններն գենետիկ պայմանավորվածություն ունեն: Միջավայրի ազդեցությունը այն սրացնում է, հարթեցնում կամ ենթարկում է ձևափոխման [45]:

Լինելով նորմայի ծայրաստիճան և քիչ կայուն ձև՝ բնավորության շեշտվածությունը ձեռքբերովի պսիխոպաթիայի զարգացման համար համապատասխան հիմք է հանդիսանում: Սակայն այդ հիմքի վրա պսիխոպաթիայի զարգացման համար անհրաժեշտ են միջավայրի անբարենպաստ ազդեցության երեք հիմնական պայմաններ.

1. Դա տվյալ տիպի համար պետք է հատկապես նշանակալից լինի և ուղղված՝ նրա խոցելի կողմերին:
2. Պետք է լինի շարունակական և բազմիցս կրկնվող:
3. Պետք է համընկնի բնավորության ձևավորման ճգնաժամային շրջանի հետ: Պսիխոպաթիաների մեծ մասի համար դա դեռահասության տարիքն է: Դեռահասության

տարիքում ամենահաճախակի ազդեցությունը, որը բավարարում է վերը նշված պահանջները, սխալ դաստիարակությունն է [45, էջ 99]:

□Պսիխոպաթիա□ տերմինը ներմուծել է Ի. Քոչը 1891 թ.-ին [74, էջ 388]:

Պսիխոպաթիան անձի խանգարում է, որը բնութագրվում է միջանձնային, աֆեկտիվ և վարքագծային յուրահատուկ դրսևորումների ամբողջությամբ (Ռ. Յեյր, 1998): Այն դրսևորվում է որպես շարունակական հակասոցիալական ու անբարոյական վարքագիծ, որպես անզուսպ մղում դեպի հաճելին: Այն պայմանավորված է ագրեսիվ, սեռական, քրեական անզուսպ իմպուլսներով և անցյալի սխալներից դաս քաղելու անկարողությամբ [99, էջ 466; 109, էջ 133; 104, էջ 5]:

Պսիխոպաթիան ախտաբանական մի վիճակ է, որը բնութագրվում է աններդաշնակ հոգեբանական կերտվածքով և իրենից ներկայացնում է մշտական, մեծամասամբ ժառանգական անհատական հատկություն, որը պահպանվում է ողջ կյանքի ընթացքում [73, էջ 558]:

Ինչպես նկարագրում էր Ռոբերտ Յեյրը, □պսիխոպաթները սոցիալական գիշատիչներ են, հմայիչ ու մանիպուլյատիվ, անխղճաբար իրենց ճանապարհը հարթող: Նրանք իրենց հետևում թողնում են խորտակված իղձեր, կոտրված սրտեր, դատարկ դրամապանակ: Ուրիշների կարիքների գիտակցական և հուզական հասկացողությունը բացակայում է: Նրանք եսասիրաբար ցանկանում և կատարում են այն, ինչ իրենց հաճելի է՝ խախտելով սոցիալական նորմերն ու արժեքները՝ առանց խղճմտանքի ու մեղքի□: Պսիխոպաթներին բնորոշ է արտաքին փայլն ու հմայքը: Նրանք էզոցենտրիկ են, կեղծավոր, անպատասխանատու, անվստահելի և իմպուլսիվ: Չրկված լինելով մեղքի, սիրո, կարեկցանքի զգացումից՝ նրանք անկանոն ու խաթարված միջանձնային հարաբերություններ են ունենում և հազվադեպ են դասեր քաղում իրենց սխալներից: Պսիխոպաթները սովորաբար փորձում են արդարացնել իրենց չմտածված, վիրավորական գործողությունները՝ քննադատելով ուրիշներին [100, էջ 404; 102, էջ 253]: Պսիխոպաթիան նկատելի է նույնիսկ վաղ տարիքում: Առանձնացվում են երեխաների

մոտ նկատվող պսիխոպաթիայի հետևյալ նախադրյալները՝ գերշարժունություն՝ առանց օրգանական նախադրյալների, դաժանություն կենդանիների նկատմամբ, հրկիզումներ և վանդալիզմ, խաբեբայություն, գողություն և հաճախակի փախուստներ դասերից, տանից, ագրեսիա հասակակիցների նկատմամբ, ոչ միայն ֆիզիկական, այլև հոգեբանական, հոլզական կապվածության բացակայություն, գոռոզություն, ինքնասիրահարվածություն, ամոթխածության բացակայություն [99, էջ 466]:

Այսպիսով, բնավորության շեշտվածությունը որոշակի պայմաններում և որոշակի սոցիալ-հոգեբանական գործոնների ազդեցությամբ կարող է ախտաբանական զարգացում ստանալ՝ փոխելով անձի ողջ նկարագիրը: Ուստի անհրաժեշտ է հնարավորինս շուտ ախտորոշել բնավորության շեշտվածությունը և համապատասխան վարժանքների միջոցով վերացնել այն: Դա թույլ կտա խուսափել որոշակի հոգեծին և սոցիալական պայմանավորվածություն ունեցող խանգարումներից՝ ապահովելով անձի ներդաշնակ զարգացումը:

**ԳԼՈՒԽ2: ԲՆԱՎՈՐՈՒ ԹՅԱՆ ՇԵՇՏՎԱԾՈՒ ԹՅԱՆ ՏԻՊԵՐԻ ԱՆՅԱՏԱԿԱՆ,
ԱՆՁԼԱՅԻՆ ԶԱՏԿՈՒ ԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ԵՎ ԱՆՁԼԱՅԻՆ ԿԱՌՈՒՅՑՆԵՐԻ
ՉԵՏԱՉՈՏՈՒ ԹՅԱՆ ԱՐԴՅՈՒՆՔՆԵՐԻ ՎԵՐԼՈՒԾՈՒ ԹՅՈՒՆ**

2.1 Զետագոտության մեթոդաբանական հիմքերը, մեթոդներն ու դրանց ընտրությունը

Չամակարգային մոտեցման շրջանակներում հետագոտվել են բնավորության շեշտվածության յուրաքանչյուր տիպի հիմքում ընկած ճանաչողական, հուզակամային և հաղորդակցման ոլորտների առանձնահատկությունները: Կեր են հանվել բնավորության շեշտվածության ձևավորմանը նպաստող անհատական և անձնային հատկությունները, ինչպես նաև բացահայտվել են բնավորության շեշտվածության տիպերին բնորոշ ինքնակառավարման առանձնահատկությունները:

Բնավորության շեշտվածության ուսումնասիրման համակարգային և կառուցվածքագործառնության մոտեցումից ելնելով՝ շեշտվածությունը դիտարկվում է որպես անձնավորության հարաբերությունների, մարդու առավել բնորոշ հոգեկան հատկությունների կայուն համակարգի առանձին գծերի խիստ արտահայտվածություն [31]: Բ. Գ. Անանյանը բնավորության յուրաքանչյուր գիծ դիտարկում է որպես շրջակա իրականության, իր զարգացման կենսական պայմանների նկատմամբ անձնավորության որոշակի հարաբերության դրսևորում [8]:

Ելնելով համակարգային մոտեցման շրջանակներից՝ կարող ենք ասել, որ բնավորությունն առանձնանում է իր ամբողջականությամբ, քանի որ նրա բոլոր գծերը միմյանց հետկապի մեջ են գտնվում [23]:

Բնավորության շեշտվածության տիպաբանությունը մշակել և ներկայացրել են Կ. Լեոնիարդն [43] ու Ա. Լիչկոն [45]: Նրանք շեշտվածությունը դիտարկում են որպես բնավորության առանձին գծերի և նրանց համադրության ուճացված, նորմայի ծայրահեղ դրսևորում, որը սահմանակից է պսիխոպաթիային:

Անձնային գծերի վերաբերյալ բազմաթիվ մոտեցումներ կան, որոնց հիմնադիրներն են Գ. Օլպորտը՝ «Գծերի տեսություն» [56], Կետտելը՝ «16 անձնային գործոնների տեսություն» [98], Յ. Այզենկը՝ «Երեք գործոնային մոդել» [35, 90, 65] և Պ. Կոստան և Ռ. Մակքրեյը՝ «Յինգ գործոնային մոդել» [108]:

Անձի առաջատար տեսաբանները՝ Յ. Օլպորտը, Դ. Գիլֆորդը, Ռ. Կետտելը, Յ. Այզենկը, Պ. ՄակՔրեյը, Պ. Կոստան և այլոք անձնավորությանը դիտարկում են որպես բրգաձև հիերարխիկ կառույց, որի հիմքում ընկած են բազմաբանակ, միմյանց հետ փոխկապակցված վարքագծային դրսևորումներ. գծեր, որոնք խմբավորվում են պսիխոլինգվիստիկական, ապա համընդհանուր բնութագրումների գործոնային վերլուծության վիճակագրական մեթոդի հիման վրա: Այդ գործոնները անձի կառույցում ընդհանուր առանձնահատկություններ են, որոնց քանակը տատանվում է երեքից մինչև ինը, սակայն հիմնականում առանձնացնում են հինգ գործոններ (Յիսկ գործոնային մոդել [89]):

Գ. Օլպորտը 20-րդ դարի 30-40-ականներին մշակել է անձնային գծերի առաջին տեսությունը: Նրա պատկերացմամբ՝ արտաքին գրգռիչների լայն սպեկտրում անձնային գծերը ոչ միայն պայմանավորում են որոշակի վարքագծային հակազդում, այլև դրդիչ ուժ են հանդիսանում՝ անձնավորությանը մղելով փնտրելու և ստեղծելու արտաքին աշխարհի դրսևորումները:

Գ. Օլպորտը տարբերակում էր ընդհանուր կամ չափելի և անհատական կամ մորֆոլոգիական անձնային գծեր: Այնուհետև Օլպորտը «անձնային գծեր» տերմինը սկսում է կիրառել միայն ընդհանուր գծերի հետ կապված, իսկ անհատականի համար ներմուծում է «անհատական դիսպոզիցիաներ» տերմինը: Նա առանձնացնում էր երեք տիպի դիսպոզիցիաներ՝ հիմնական, կենտրոնական և երկրորդային [35, 56]:

Անձնային գծերի հետագա զարգացումը կապված է Յ. Այզենկի և Ռ. Կետտելի անվանումների հետ:

Այզենկը գտնում էր, որ անձնային գծերը միավորված են հիերարխիկ կառուցվածքում և ընդհանրացված են համընդհանուր սուպեր գծերում, որոնք քիչ թե շատ հատուկ են յուրաքանչյուրին: Նա, ելնելով իր վերլուծության արդյունքներից, առանձնացնում էր երեք հիմնական անձնային տիպեր: Առաջին տիպը միտված է բացասական հոլյզերի դրսևորման: Այզենկն այն անվանեց ներոտիզմ: Երկրորդ տիպը միտված է դրական իրադարձություններից, հատկապես սոցիալական

իրադարձություններից հաճույք ստանալ: Նա այն անվանեց
Էքստրավերսիա: 1970 թ.-ականներին Այզենկն իր տեսությունը
հավելեց երրորդ հատկության փսիխոտիզմով [35, 90]:

Ռ. Կետտելն անձնային գծերի գործոնային վերլուծության և
վիճակագրական մշակման արդյունքում առանձնացրեց 16 անձնային
գործոններ և ստեղծեց «16 անձնային գործոնների հարցարանը» [2,
Էջ 209]: Ըստ Կետտելի՝ անձնային գծերը յուրօրինակ հոգեկան
կառույցներ են, որոնք արտացոլվում են միայն վարքագծում [36, 98]:

Այս ուղղության հետագա ուսումնասիրությունները
շարունակեցին Պ. Կոստան և Ռ. Մակքեյը: Նրանք ընդհանրական
տեսքի բերեցին «Մեծ հնգյակը», որը հետագայում զարգացում
ստացած Ս. Ռոկասի, Լ. Սագիվի, Թ. Ջ. Թրոուլի և մի շարք այլ
հեղինակների կողմից: «Մեծ հնգյակի» կամ «Յինգ գործոնային
մոդելի» [106; 107, Էջ 269-271] շնորհիվ պատկերացում ենք կազմում
անձնավորության հինգ հատկությունների մասին.

1. *Նորույթի նկատմամբ հակվածություն*: Այս մարդիկ արժևորում
են արվեստը, հույզերը, արկածները, մտքերը,
երևակայությունը, հետաքրքրասիրությունը:
2. *Գիտակցականություն*: Այս մարդիկ դրսևորում են
նպատակասլացություն, նորմատիվություն,
կատարողականություն, հաջողության հասնելու
հակվածություն, պլանավորած վարքագիծ:
3. *Էքստրավերսիա*. Այս մարդիկ լի են էներգիայով, դրական
հույզերով, խանդավառությամբ, դրսևորում են նոր
տպավորություններ և այլոց ընկերակցությունը փնտրելու
հակվածություն:
4. *Յանդուրժողականություն*: Այս մարդիկ աչքի են ընկնում
այլասիրությամբ, գթասիրտ են, նրբանկատ, մեծահոգի,
քաղաքավարի և բարի:
5. *Ներոտիզմ*: Այս մարդիկ հակված են տհաճ հույզերի, ինչպիսիք
են զայրույթը, տագնապը, դեպրեսիան, նեղացկոտությունը և
այլն [97, Էջ 456-460]:

Ֆուլկոնալ համակարգերի վերաբերյալ իր հայեցակետն է մշակել Պ. Կ. Անոխինը: Նավարքի մոդելն ուսումնասիրելիս եկել է այն եզրահանգման, որ վերջինիս առանձին բաղադրիչները մտնում են կարգավորման բարդ գործընթացի մեջ, փոխազդում են միմյանց վրա, միանում են, ինտեգրացվում ավելի բարդ կառույցում: Միավորման և ինտեգրացման այս սկզբունքն Անոխինն անվանեց «համակարգային սկզբունք»: Ֆուլկոնալ համակարգը դինամիկ, ինքնակարգավորվող կառույց է: Այն ձևավորվում է նյարդային և հումորալ մեխանիզմների հիման վրա, օրգանիզմի համար օգտակար, ադապտիվ որոշակի արդյունքի հասնելու նպատակով: Այս սկզբունքն Անոխինը տարածեց ամբողջ նպատակահարմար վարքի վրա: Տարբերվում են երկու տիպի ֆուլկոնալ համակարգեր.

1. Օրգանիզմի ֆուլկոնալ ինքնակարգավորման համակարգ (արյան շրջանառությունը, կայուն ջերմաստիճանը, ներքին օրգանների աշխատանքը կարգավորելու, որոշակի մակարդակի վրա պահելու գործառույթներ ունեցող համակարգեր)
2. Արտաքին ինքնակարգավորման՝ արտաքին աշխարհի հետ կապի, վարքային դրսևորումների կարգավորման, ադապտացիայի գործառույթներ ունեցող համակարգեր [11]:

Ընդհանուր համակարգային մոտեցման առաջին տարբերակն առաջադրել է Լ. Ֆոն Բերտալանֆին: Նա գտնում էր, որ կենդանի օրգանիզմը առանձին տարրերի խառնակույտ է, այլ հանդիսանում են որոշակի համակարգ, որն ունի կառուցվածք և ամբողջականություն: Այդ համակարգը մշտական փոփոխության մեջ է գտնվում [76]:

Յենվելով Լ. Բերտալանֆիի առաջադրած տեսության վրա՝ Բ. Գ. Անանևը, Կ. Ժ. Կուզմինը, Բ. Ն. Լոմովը մշակեցին համակարգային մոտեցման մեթոդոլոգիական հիմքերը [63, 84]:

Բ. Գ. Անանևը նշում է, որ մարդը՝ որպես իմացության օբյեկտ, ուսումնասիրվում է շատ հիմնարար և կիրառական գիտությունների կողմից և ներկայացված է կենսաբանական, ֆիզիոլոգիական, հոգեբանական, սոցիոլոգիական մակարդակներում: Կենսաբանականում նա ներկայացվում է բջջի, ֆիզիոլոգիականում՝ օրգանիզմի, հոգեբանականում՝ գիտակցության, սոցիալականում՝

անձի նկարագրերով: Իսկ իրականում մարդը դրանց ինտեգրալն է, հետևաբար՝ նրա ուսումնասիրությունները պետք է կատարվեն միայն համակարգային մոտեցմամբ: Համակարգային մոտեցման հիմնական խնդիրը համակարգերի վերլուծությունն ու համադրությունն է, ինչի միջոցով կառուցվում է իրական համակարգի մոդելը [9]:

Համակարգային մոտեցումը հետազոտության մեթոդոլոգիական ուղղությունն է, որում օբյեկտը դիտարկվում է որպես ամբողջական կառույց, համակարգ, այսինքն, բազմաթիվ տարրերի, նրանց միջև կապերի և հարաբերությունների մի ամբողջություն: Ցանկացած հոգեբանական ֆունկցիոնալ համակարգ պետք է դիտել որպես փոխկապակցված տարրերի համադրություն, որն ունի ներուժ, նպատակ և միջավայրի հետ հետադարձ կապի մեջ է:

Համակարգային ուսումնասիրություններին ներկայացվող պահանջներն են.

- բացահայտել բաղադրիչների ֆունկցիոնալ կախվածությունը, ելնելով նրանից, որ համակարգի հատկությունները նրա բաղադրիչների պարզ հանրագումարը չեն,
- վերլուծել վարքի կախվածությունը առանձին տարրերի և ամբողջ համակարգի հատկություններից,
- ուսումնասիրել համակարգի և միջավայրի փոխադարձ կախյալությունն ու փոխազդեցությունը,
- ուսումնասիրել համակարգում բաղադրամասերի աստիճանակարգումը,
- նկարագրել համակարգի տարաբնույթ կողմերը,
- կատարել համակարգի դինամիկայի ուսումնասիրություն՝ փոփոխվող, զարգացող ամբողջի առանձնահատկությունների բացահայտման նպատակով:

Մեր հետազոտության ընթացքում օգտագործված մեթոդների և մեթոդիկաների ընտրությունը բխում է ընտրված մեթոդոլոգիական հիմքից և ուսումնասիրության առարկայից: Մեթոդներն ու մեթոդիկաներն ընտրելիս հաշվի են առնվել մեթոդների

համարժեքություները մեր ուսումնասիրության խնդիրներին, վստահելիություները՝ համապատասխանություները հետազոտության տրամաբանական կառուցվածքին, միասնականություները՝ մեթոդոլոգիական նույն համակարգում ընտրված մյուս մեթոդների հետ:

Ընտրվել են այնպիսի մեթոդիկաներ, որոնք հոգեբանական գիտության մեջ բավականաչափ հայտնի և կիրառված են: Նախ կատարվել են նախնական փորձեր, համոզվելու համար, որ մեթոդիկաները և ընտրակազմը համապատասխանորեն ճիշտ են ընտրված, այնուհետև կատարվել է բուն հետազոտություները: Գիտահետազոտական աշխատանքները կազմակերպվել են երկու փուլով՝ նախքան վարժանքը և վարժանքից հետո:

Հետազոտվողների բնավորության շեշտվածության բացահայտման նպատակով կիրառվել է նաև Գ. Շմիշեկի *«Բնավորության շեշտվածության որոշումը»* թեստ-հարցարանը [71, էջ 236-240]: 1970 թ. Գ. Շմիշեկի կողմից ստեղծված անձնային հարցարանի համարտեսական հիմք է հանդիսացել Կ. Լեոնիարդի *«Նորմալ և աննորմալ անձնավորության ներքին աշխատությունը»*:

Հետազոտվողների անձի բնավորության շեշտվածության տիպերի ուսումնասիրման նպատակով կիրառվել է *«Անձնավորության հատկությունների շեշտվածության և նյարդա-հոգեկան անկայ ու նույնի»* մեթոդիկան [1, էջ 133-139]:

Հետազոտվողների անձի կոնֆլիկտային վարքագծի նախատրամադրվածության ախտորոշման նպատակով օգտագործվել է Կ. Թոմասի *«Անձի կոնֆլիկտային վարքագծի նախատրամադրվածության ախտորոշում»* մեթոդիկան [61, էջ 88-95]: Այն ադապտացրել է Ն. Վ. Գրիշինը: Այս մեթոդիկայով ախտորոշվում են կոնֆլիկտի կարգավորման միջոցները՝ մրցակցություն, հարմարում, փոխզիջում, խուսափում և համագործակցություն:

«Անձնային դիֆերենցիալ» մեթոդիկան [78, էջ 121-124] կիրառվել է անձի հատկությունները, նրա ինքնագնահատականը, միջանձնային հարաբերությունները ախտորոշելու նպատակով:

Այս մեթոդիկան ներառում է երեք գործակից.

1. *Գնահատում* – որոշվում է անձնավորության ինքնահարգանքի և ինքնագնահատականի մակարդակը:
2. *Ուժ*: - որոշվում է անձնավորության կամային կողմերի զարգացվածությունը, ինչպես նաև դրանք՝ փորձարկվողի կողմից գիտակցված և ինքնալից:
3. *Ակտիվություն*: - որոշվում է անձնավորության էքստրավերտությունը կամ ինտրովերտությունը:

Հետազոտվողների ինտելեկտուալ մակարդակը հետազոտելու նպատակով կիրառվել է Ջ. Ռավենի *Աստիճանաբար բարդացող աղյուսակներ* (*Progressive Matrices*) մեթոդիկան [105, էջ 60], որը բաղկացած է աստիճանաբար բարդացող հետևյալ փաթեթներից.

A փաթեթը ներառում է պատկերի բացակայող մասը և բացնելու, տարրերը տարանջատելու, տարրերի միջև կապերը բացահայտելու և կառույցի պակասող մասը և բացնելու հանձնարարություններ:

B փաթեթում հետազոտվողը պետք է նկարների զույգերում նմանություններ գտնի՝ դրանց մասերը տարանջատել – նոր միավորներ ստանալու ճանապարհով:

C փաթեթի պահանջը նկարներում կատարված հորիզոնական և ուղղահայաց փոփոխությունների սկզբունքի հայտնաբերումն է:

D փաթեթում պահանջվում է գտնել կառույցների հորիզոնական և ուղղահայաց փոփոխությունների օրինաչափությունները:

E փաթեթի լուծման համար անհրաժեշտ է հիմնական պատկերի բաղադրամասերի վերլուծության հիման վրամաս-մաս վերականգնել պակասող մասերը:

Անձի հինգ գործոնային մոդելի գնահատման սանդղակով [103, էջ 140] գնահատվել է հետազոտվողների անձը բնութագրող հինգ հիմնական գործոնները: Այդ գործոններից յուրաքանչյուրն ունի իր հակադիր բևեռը (ներդաստիճան – հուզական կայունություն, էքստրավերտ – ինտրովերտ, նորույթի նկատմամբ հակվածություն (բացություն) – սահմանափակություն, բարեխղճություն – անփութություն, հանդուրժողականություն – անհանդուրժողականություն):

Ինքնակառավարման բաղադրամասերը և նրա կառուցվածքն ուսումնասիրելու նպատակով կիրառվել է Ն. Մ. Պեյսախովի *«Ինքնակառավարման ընդունակություն» մեթոդիկան* [83, էջ 339-347]: Այս մեթոդիկան հնրավորություն է տալիս բացահայտել ինքնակառավարման ամբողջական համակարգը, որն իր մեջ ներառում է ութ հաջորդական փուլ՝ հակասությունների վերլուծության, կանխատեսման, նպատակադրման, չափորոշիչների ձևավորման, որակի գնահատման, գործողությունների որոշման ընդունման, վերահսկման և շտկման [57]:

4. Ռոջերսի և Ռ. Դայմոնդի *«Սոցիալ-հոգեբանական ադապտացիայի ախտորոշում» մեթոդիկայով* [62, էջ 457-465] ուսումնասիրվել է հետազոտվողների ադապտիվության և դեզադապտիվության, ինչպես նաև մի շարք այլ ինտեգրալ ցուցանիշների /ինքնաընդունում, ինքնամերժում, հանդուրժողականություն, կոնֆլիկտայնություն, ինտենսիվություն, էքստենսիվություն, հուզական կառավարելիություն, հուզական անկառավարելիություն, լիդերություն, կախվածություն, խնդիրների լուծումից խուսափում/դուրսբերման նպատակով:

Հետազոտողների միջանձնային հարաբերությունների հետազոտման նպատակով կիրառվել է Տ. Լիրիի, Գ. Լեֆորժեի, Ռ. Սազեկոյի կողմից ստեղծված *«Միջանձնային հարաբերությունների ախտորոշման» մեթոդիկան*: Այս մեթոդով հետազոտելիս հիմնականում առանձնացվում են երկու գործոն՝ գերիշխում - ենթակայություն և ընկերասիրություն - ագրեսիվություն: Հարցարանը պարունակում է 128 գնահատող ենթադրություններ: Տ. Լիրին առաջարկում է այս մեթոդիկան կիրառել մարդկանց տեսանելի վարքագծի ուսումնասիրման նպատակով: Նա առանձնացնում է շրջապատի նկատմամբ հարաբերությունների ութ տիպ՝ իշխանական (ավտորիտար), ցասախրական, ագրեսիվ, կասկածամիտ, ենթակայական, կախյալ, ընկերասիրական, մարդասիրական [78, էջ 130-136]:

Ապրումակցման միտումների մակարդակի գնահատման նպատակով մեր կողմից կիրառվել է Ի. Մ. Յուսուպովայի *«Ապրումակցման մակարդակի ախտորոշման» մեթոդիկան* [29, էջ 453-455]:

Մենակու թյան հակվածու թյան գնահատման նպատակով օգտագործվել է *Սենակու թյան հակվածու թյան* մեթոդիկան: Այս մեթոդիկան Ա. Ե. Լիչկոյի *Դեռահասների մոտ բնավորու թյան շեշտվածու թյան որոշումը (ՈՃՕ)* թեստից մի հատված է [29, Էջ 421-422]:

Հաղորդակցման ընթացքում ինքնավերահսկման գնահատման նպատակով օգտագործվել է Մ. Սնայդերի կողմից մշակված *Հաղորդակցման ընթացքում ինքնավերահսկման գնահատման* թեստը [29, Էջ 504-505]:

Ինքնագնահատականը ուսումնասիրվել է *Ինքնագնահատման* թեստով [83, Էջ 279-280]:

Հետազոտվողների կամային որակների գնահատման նպատակով օգտագործվել է Ն. Ն. Օբոգովայի *Կամքի ու ժի ինքնագնահատում* թեստը [28, Էջ 316-317]:

Հետազոտողների հուզականու թյանը արտորոշելու նպատակով կիրառվել է Վ. Մ. Ռուսալովի *Հուզականու թյան արտորոշման* մեթոդիկան [30, Էջ 541-543]:

Թեստ-հարցարանում առանձնացված են հետևյալ սանդղակները .

1. *Փսիխոմոտոր հուզականու թյան*
2. *Ինտելեկտուալ հուզականու թյան*
3. *Կոմունիկատիվ հուզականու թյան*

Հետազոտվողների հաղորդակցման մակարդակը որոշելու նպատակով կիրառվել է Վ. Ն. Ռայխովսկու *Ճիվողականու թյան մակարդակի գնահատում* մեթոդիկան [29, Էջ 427-429]:

Ինքնուրույնու թյան գնահատման նպատակով օգտագործվել է *Ինքնուրույնու թյան աստիճանը որոշող թեստը*: Այս թեստը նաև օգնում է որոշել անձնավորու թյան՝ պատասխանատու որոշումներ կայացնելու ընդունակու թյանը [66, Էջ 403-404]:

Ռեֆլեքսիվու թյան գնահատման նպատակով կիրառվել է *Օնտոգենետիկ ռեֆլեքսիայի ինքնագնահատում* թեստը [86, Էջ 244-245]:

Յետագոտվողների նյարդային համակարգի առանձնահատկությունների ուսումնասիրման նպատակով կիրառվել են *«Նյարդային համակարգի ուժը»*, *«Նյարդային համակարգի հավասարակշռությունը»* և *«Նյարդային համակարգի շարժունությունը» մեթոդիկաները* [24, էջ 6-11]:

Յետագոտություն արդյունքները ենթարկվել են համահարաբերակցային վերլուծության համակարգչային SSPS ծրագրով:

Համահարաբերակցության գործակիցը, որոշվել է Չ. Է. Սպիրմենի առաջարած բանաձևով [44]:

Տվյալների ազատության աստիճանը և թույլատրելի սխալի հավանականությունը որոշվել է սխալի հավանականության P Կ. Պիրսոնի չափորոշիչի աղյուսակի միջոցով [59, 101]:

Յետագոտվողների մոտ բնավորության շեշտված գծերի շտկման նպատակով մեր կողմից կիրառվել է բնավորության շեշտվածություն ունեցող 18-20 տարեկան անձանց հոգեբանական վարժանք: Այն հնարավոր է իրականացնել անձնային կառույցների և հատկությունների փոփոխման միջոցով: Այն անց է կացվում 8-10 հոգանոց խմբերով, ներառում է 22-28 հանդիպում: Այս հոգեբանական վարժանքը նախատեսված է իրականացնել դեռահասների և պատանիների հետ՝ շաբաթը 1 անգամ 90 կամ շաբաթը 2 անգամ 40-60 րոպե տևողությամբ: Բնավորության շեշտվածություն ունեցող 18-20 տարեկան անձանց հոգեբանական վարժանքը ներառում է երեք փուլ .

Կողմնորոշման փուլ (2-3 հանդիպում): Ծանոթացում, խմբի միավորում, և ինքնաճանաչում:

Շարժացնող փուլ (20-23 հանդիպում): Ինքնաճանաչման գործընթացի զարգացում, իրատեսական ինքնագնահատականի և հասարակայնամետոդիքորոշման մոտիվացիայի ձևավորում, անձնային դրական որակների ակտիվացում:

Ամրապնդման փուլ (2-3 հանդիպում): Փոփոխությունների ամրապնդում, ապագայում խնդրահարույց իրավիճակների կանխատեսում և հաղթահարում:

Յուրաքանչյուր հանդիպում անցկացվում է ստանդարտ ձևով և ներառում է հետևյալ տարրերը՝ ողջույնի արարողություն, նախավարժանք, տվյալ հանդիպման հիմնական բովանդակությունն արտացոլող աշխատանքներ, հանդիպման բովանդակությանը հարող լիցքաթափող (ռելաքսացիոն) վարժանքներ, հրաժեշտի արարողություն:

Աշխատանքի ընթացքում օգտագործվել են խաղային մեթոդներ, խմբային քննարկում, խոսքային և նկարչական տիպի արոյեկտիվ մեթոդներ [10; 16; 55, էջ 273-277; 96, էջ 117-143]:

2.2 Բնավորության շեշտվածությունը և տիպերի և անձնային հատկությունների հետազոտության արդյունքների համահարաբերակցային ցուցանիշների հոգեբանական վերլուծություն

Փորձարարական և ստուգիչ խմբերում գիտահետազոտական աշխատանքները կատարվել են երկու փուլով՝ խմբային շտկողական աշխատանքներից առաջ և հետո:

Հետազոտական աշխատանքների կազմակերպման փուլում առանձնացվել են այն անձնային հատկությունները, որոնք հետագայում մեր կողմից շտկման նպատակով ներգրավվել են վարժանքի ծրագրում: Այնուհետև, նախքան վարժանքի կազմակերպումը, այն փորձնականորեն կիրառվել է 15 ուսանողից բաղկացած խմբում:

Մեր կատարած հետազոտության շրջանակներում ներառվել են մի կողմից բնավորության շեշտվածության տիպերը, մյուս կողմից անձնային կառույցները, անձնային հատկությունները և անհատական հատկությունները: Կատարված հետազոտության արդյունքները ենթարկվել են համահարաբերակցային վերլուծության (հավելված 1, էջ 170-192):

Հայտնի է, որ բնավորության շեշտվածության ձևավորմանը մեծապես նպաստում են մի շարք սոցիալական գործոններ՝ ծնողավարման ոճը, պատանիների հաղորդակցման դաշտի առանձնահատկությունները և այլն, սակայն նյարդային համակարգի

առանձնահատկություններն իրենց կնիքն են դնում այն առումով, թե կոնկրետ բնավորության շեշտվածության ինչ տիպկամ տիպեր է հավանական, որ կձևավորվեն նյարդային համակարգի այդ հատկությունների առկայության պարագայում: Բնավորության շեշտվածության տիպերի և խառնվածքի փոխհարաբերությունը բացահայտելու նպատակով վերլուծության ենք ենթարկել բնավորության շեշտվածության տիպերի և նյարդային համակարգի հատկությունների համահարաբերակցային ցուցանիշները (հավելված 1, էջ 183):

Բռնկվող տիպն առաջադրել է Կ. Շնայդերը (1923 թ.) և ներառված է Կ. Լեոնհարդի դասակարգման մեջ: Ա. Ե. Լիչկոն այն անվանում է Էպիլեպտիկ և կարծում է, որ այս տիպի մյուս անվանումը հաջող է, քանի որ դրսևորում է նրա բնավորության միայն մի գիծը՝ պոթկունությունը, որն այլ տիպերի մոտ էլ է դրսևորվում (հիպերտիմ, լաբիլ և այլն) [45, էջ 77]: Ըստ Կ. Լեոնհարդի՝ բռնկվող և Էպիլեպտիկ տիպերը նույնական չեն: Բռնկվող տիպի խիստ արտահայտվածության դեպքում գործ ունենք Էպիլեպտիկ պսիխոպաթիայի հետ:

Բնավորության շեշտվածության բռնկվող տիպը կազմում է մեր հետազոտության ընտրակազմի 33,8%-ը:

Բռնկվող տիպի և նյարդային համակարգի ուժի, հավասարակշռության և շարժունության հետազոտական տվյալների համահարաբերակցային վերլուծության արդյունքում $P \leq 0,05$ հավաստիության դրական կապ է բացահայտվել բռնկվող տիպի և նյարդային համակարգի ուժի ($r=0,380$) միջև: $P \leq 0,01$ հավաստիության բացասական կապ է բացահայտվել բռնկվող տիպի և նյարդային համակարգի հավասարակշռության ($r=-0,490$) միջև, իսկ բռնկվող տիպի և նյարդային համակարգի շարժունության միջև բացահայտվել է $P \leq 0,01$ հավաստիության ամուր դրական կապ ($r=0,486$):

Այսպիսով, բռնկվող տիպին բնորոշ է նյարդային համակարգի ուժեղ, անհավասարակշիռ և շարժուն տիպը: Շեշտվածության այդ տիպի վարքագծային դրսևորումներն այդպես են ներկայացնում նաև Ա. Լիչկոն, Կ. Լեոնհարդը և Ի. Վ. Վիբոյշիկը: Բռնկվող տիպին բնորոշ են իմպուլսիվ հակազդումները, բարձր գրգռականությունը, պոթկունությունը և անզուսպ ինտելը: Օրինակ, եթե նրանց ինչ-որ բան դուր չի գալիս, նրանք միմյանց հետ հաշտվելու

հնարավորություն չեն փնտրում, նրանք շատ անհամբեր են, դյուրագրգիռ, ազատորեն արտահայտում են իրենց պահանջները կամ բարկություններ հեռանում: Այդ ամենի արդյունքում նրանք ամեն մի փոքր առիթով սկսում են վիճել գործընկերների և ղեկավարության հետ, կոպտում են, ագրեսիվորեն հրաժարվում են աշխատանքից, դիմում են գրում աշխատանքից ազատվելու մասին՝ իրենց հաշիվ չտալով հետևանքների մասին: Նրանց հաճախ նյարդայնացնում է ոչ թե աշխատանքի լարվածությունը, այլ կազմակերպչական պահերը: Նրանք հաճախ են փոխում աշխատավայրը [43, էջ 75]:

$P \leq 0,01$ հավաստիության դրական կապ է բացահայտվել բռնկվող տիպի և ակտիվության միջև ($r=0,488$): Նման հավաստիության կապը վկայում է բռնկվող տիպի և անձնային ակտիվության անմիջական փոխադարձ անավորվածության մասին: Բարձր միավորները խոսում են բարձր ակտիվության, շփվողականության, իմպուլսիվության մասին:

Բռնկվող տիպի և անձնային մի շարք հատկությունների (էքստրավերսիա, նորույթի նկատմամբ հակվածություն, հանդուրժողականություն, ագրեսիվություն և կասկածամտություն) միջև բացահայտվել են ամուր և միջին ամրության համահարաբերակցային կապեր: Չետագոտության արդյունքների համահարաբերակցային վերլուծության ժամանակ $P \leq 0,05$ հավաստիության դրական կապ է բացահայտվել բռնկվող տիպի և էքստրավերսիայի միջև ($r=0,382$): Սա բացատրվում է այն հանգամանքով, որ բռնկվող տիպը ձևավորվում է խլերիկ խառնվածքային հիմքով, որին բնութագրական է էքստրավերսիան: Բռնկվող տիպի հիմնական առանձնահատկությունը հոլդերի պոռթկումն է, որը էքստրավերսիային բնորոշ առանձնահատկություն է: Դա է պատճառը, որ ինչքան բարձր է արտահայտված էքստրավերսիան, այնքան բնավորության շեշտվածության բռնկվող տիպն ավելի ցայտուն է դրսևոտրված:

$P \leq 0,05$ հավաստիության դրական կապ է բացահայտվել բռնկվող տիպի և նորույթի նկատմամբ հակվածության ($r=0,380$) միջև, իսկ բռնկվող տիպի և հանդուրժողականության միջև այդ կապը բացասական է և արտահայտվել է $P \leq 0,05$ հավաստիությամբ ($r=-0,384$):

Չետագոտության արդյունքների համահարաբերակցային վերլուծության ընթացքում պարզ է դառնում, որ վերը նշված տվյալները

համապատասխանում են տիպի բնութագրերին: Օրինակ՝ բռնկվող տիպն ունի ուժեղ, անհավասարակշիռ և շարժուն նյարդային համակարգ և դամեզ թույլ էր տալիս ենթադրել, որ այն կարող է ձևավորվել խուլերիկ խառնվածքային տիպի դեռահասների մոտ: Մեր ստացած տվյալները կրկին անգամ փաստում են դա, քանի որ \square Մեծ հնգյակում \square նրանց հատուկ են էքստրավերսիան, ռեակտիվությունը և անհանդուրժողականությունը [103, էջ 140]:

Բռնկվող տիպի և ագրեսիվության միջև $P \leq 0,01$ հավաստիության դրական կապ է բացահայտվել ($r=0,491$): Սա բացատրվում է նրանով, որ նրանք հաճախ բարկության աճին զուգընթաց խոսքից սովորաբար անցնում են \square գործին \square . ձեռքերն են գործի դնում [43, էջ 76]: Ագրեսիայի տարատեսակներից նրանց մոտ խիստ արտահայտված է նաև դժգոհությունը: Բռնկվող տիպի և կասկածամտության միջև արտահայտված $P \leq 0,01$ հավաստիության ($r=0,487$) ամուր դրական կապը վկայում է բռնկվող տիպի մոտ այս հատկության բարձր արտահայտվածության մասին: Այս հատկության բարձր արտահայտվածությամբ է պայմանավորված նաև նրանց ծայրահեղ խանդոտությունը:

$P \leq 0,01$ հավաստիության ($r=-0,486$) բացասական կապ է բացահայտվել բռնկվող տիպի և հաղորդակցման ընթացքում ինքնավերահսկողության միջև, որը բացատրվում է նրանց հիմնական բնութագրումով. հուզական ոլորտի կառավարման դժվարություններով: Հաղորդակցման ընթացքում արտահայտվող ցածր ինքնավերահսկողությանը նպաստում է նաև այս տիպին բնութագրական իմպուլսիվությունն ու դյուրագրգռականությունը, ինչը հանգեցնում է հաղորդակցման ընթացքում հուզական բուռն հակազդման: Սրա ապացույցն է նաև բռնկվող տիպի և հուզականության միջև դրսևորվող $P \leq 0,05$ հավաստիության ($r=0,381$) դրական կապը: Գնահատման և վերլուծության արդյունքում բացահայտված թեստի բարձր ցուցանիշը վկայում է, որ նույնիսկ աննշան իրադարձությունները բռնկվող տիպի մոտ կարող են բուռն դրական կամ բացասական ապրումներ առաջ բերել: Այդպիսի մարդիկ ավելի արդյունավետ են գործում հանգիստ իրավիճակներում: Նրանք զգայուն են այլ մարդկանց հույզերի և զգացմունքների նկատմամբ, որը թույլ է տալիս նրանց հետ մտերիմ, վստահելի

հարաբերություններ ստեղծել և պահպանել: Սակայն ճնշող կոնֆլիկտային իրավիճակը կամ շատ բարդ և պատասխանատու աշխատանք կատարելու անհրաժեշտությունը կարող են նրանց երկար ժամանակ հավասարակշռությունից հանել: Հաղորդակցման դժվարությունները պայմանավորված են մի շարք անձնային գծերով (կասկածատուություն, ագրեսիվություն և անհանդուրժողականություն) և նյարդային համակարգի առանձնահատկություններով (ուժ, անհավասարակշռություն և շարժունություն), որոնց հետ այս տիպը դրական համահարաբերակցային կապեր ունի:

Համահարաբերակցություն է դրսևորվել բռնկվող տիպի և ինքնակառավարման համակարգի առանձին բաղադրամասերի միջև (հավելված 1, էջ 170-171): Բնավորության բռնկվող (ֆրանսերեն explosive - պայթուցիկ) գծերի ձևավորումը անբավարար կառավարման արդյունք է [81]: Դրանով է բացատրվում բռնկվող տիպի և ինքնակառավարման բաղադրամասերից ինքնավերահսկման միջև դրսևորված $P \leq 0,01$ հավաստիության ($r = -0,486$) բացասական կապը:

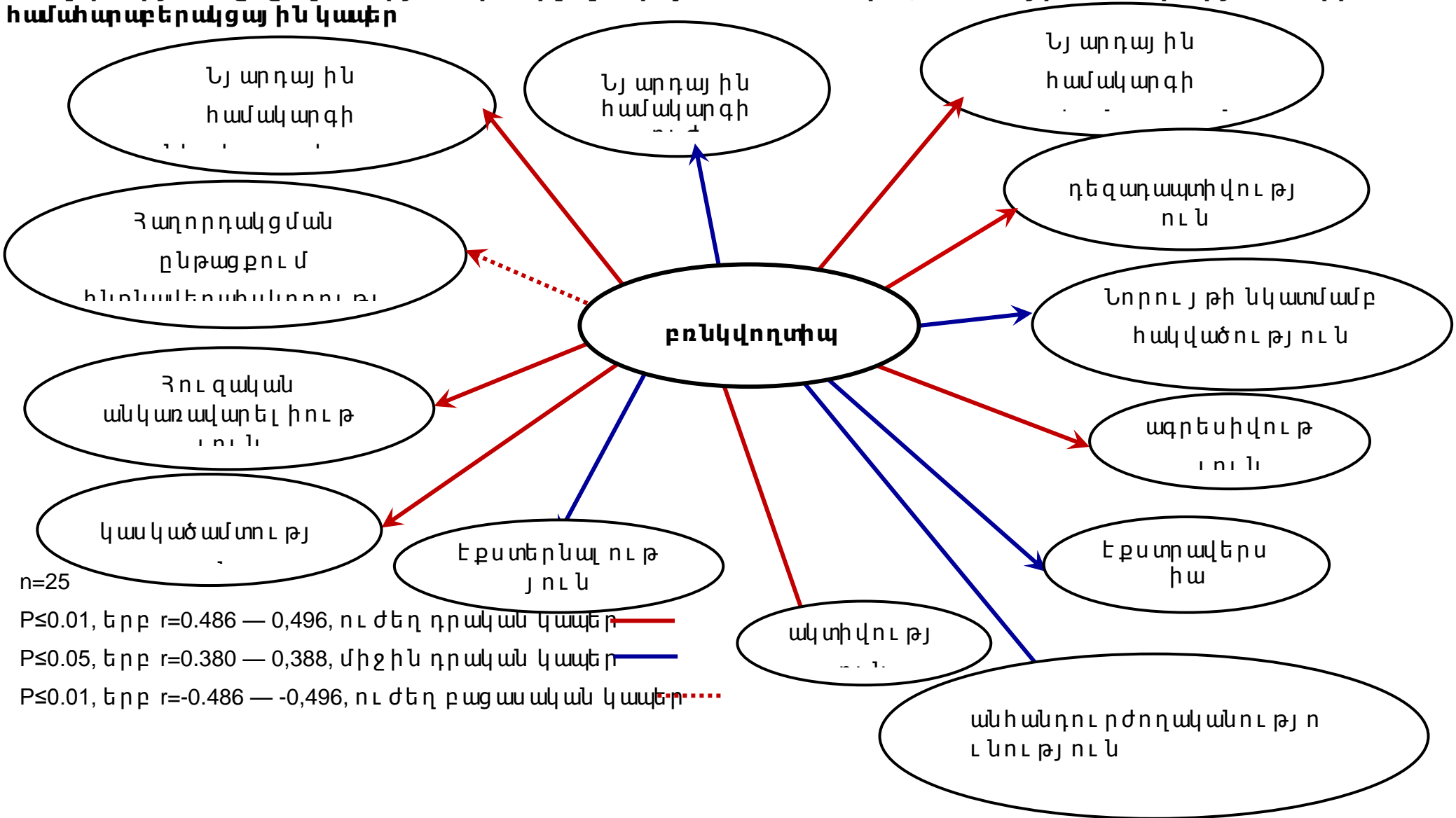
$P \leq 0,05$ հավաստիության ($r = -0,380$) բացասական կապ է բացահայտվել բնավորության շեշտվածության բռնկվող տիպի և ինքնակառավարման բաղադրամասերից որակի գնահատման միջև: Սա բացատրվում է այն հանամանքով, որ ինչքան բարձր է արտահայտված բռնկվող տիպը, այնքան նաաչքի է ընկնում իր իմպուլսիվությամբ, դյուրագրգռականությամբ, հաղորդակցման ընթացքում ցածր ինքնավերահսկողությամբ, կասկածատուությամբ և այլն, որն իր հերթին դժվարացնում է ինքնակառավարման ընթացքում որակի գնահատման ու շտկման գործընթացները, երբեմն էլ դարձնելով անհնարին: Այս կապը դրսևորվում է $P \leq 0,01$ հավաստիությամբ ($r = -0,488$):

Պետք է նշել, որ ինքնակառավարման բաղադրամասերից յուրաքանչյուրն ինտելեկտուալ բարդ, համադրական գործընթաց է: Այդ գործընթացները կազմում են ինքնակառավարման ընդհանուր երևույթի անբաժանելի մասերը և դրանցից որևէ մեկի խաթարման դեպքում մյուս գործընթացների արդյունավետությունն իջնում է, կամ դրանց իրականացումը դժվարանում է: Բնավորության շեշտվածությունը խանգարում է ինքնակառավարման համակարգի բաղադրամասերի արդյունավետ գործընթացին, ուստի շեշտվածության բոլոր տիպերի մոտ արձանագրվում է նրա որևէ

բաղադրամասի կամ մի քանի բաղադրամասերի ցածր արտահայտվածություն, ինչն ինքնին հանգեցնում է դեգադապտիվության:

$P \leq 0,01$ հավաստիություն ($r = -0,488$) բացասական կապ է բացահայտվել բռնկվող տիպի և ադապտիվության միջև: Սա բացատրվում է բռնկվող տիպի անհավասարակշիռ նյարդային համակարգով, նրա շարժունությունը և իմպուլսիվությունը: Նա ունի հաղորդակցման, հուզական և վարքագծային ոլորտների դժվարություններ, որոնք հանգեցնում են ադապտիվության ցածր արտահայտվածություն. ուստի որքան բարձր է արտահայտված բնավորության շեշտվածություն բռնկվող տիպի, այնքան ցածր է արտահայտված նրա ադապտիվությունը: Հուզական ոլորտի դժվարություններով է բացատրվում նաև բռնկվող տիպի և հուզական անկառավարելիության միջև դրսևորված ամուր դրական կապը, որը դրսևորվում է $P \leq 0,01$ հավաստիությամբ ($r = 0,490$): Հուզական դժվարությունները հատկապես խիստ արտահայտիչ են դառնում հաղորդակցման ոլորտում. $P \leq 0,05$ հավաստիություն ($r = 0,386$) դրական կապ է բացահայտվել բնավորության շեշտվածության բռնկվող տիպի և էքստերնալության միջև: Վերջինս ևս բացատրվում է այդ տիպին բնորոշ խառնվածքային հիմքով, ինչպես նաև անձնային հատկություններով (էքստրավերսիա, նորույթի նկատմամբ հակվածություն, անհանդուրժողականություն և այլն):

Բնախորու թյան շեշտվածու թյան բռնկվող տիպի և անհատական, անձնային հարկու թյու նների համահարաբերակցային կապեր



n=25

$P \leq 0.01$, երբ $r = 0.486 - 0,496$, ու ժեղ դրական կապեր — (Red arrow)

$P \leq 0.05$, երբ $r = 0.380 - 0,388$, միջին դրական կապեր — (Blue arrow)

$P \leq 0.01$, երբ $r = -0.486 - -0,496$, ու ժեղ բացասական կապեր — (Dotted red arrow)

Կատարված վերլուծությունն ից պարզ է դառնում, որ բնկվող տիպին բնորոշ են անհավասարակշիռ, շարժուն և ուժեղ նյարդային համակարգը և հետևյալ անձնային հատկությունները՝ ակտիվությունը, նորույթի նկատմամբ հակվածությունը, էքստրավերսիան, էքստերնալությունը, ցածր ինքնավերահսկողությունը, կասկածամտությունը, ագրեսիվությունը, անհանդուրժողականությունը, հուզական անկառավարելիությունը և դեզադապտիվությունը: Բնկվող տիպի մոտ ինքնակառավարման բաղադրամասերից ցածր են արտահայտված ինքնավերահսկողությունը, որակի գնահատումն ու շտկումը:

Բնավորության շեշտվածության հոգեաթենիկ տիպը կազմում է ընդհանուր հետազոտվողների 62,2%-ը: $P \leq 0,01$ հավաստիության ($r = -0,360$) ամուր բացասական կապ է բացահայտվել հոգեաթենիկի և կամքի ուժի միջև, ինչը վկայում է այս տիպի կամքի ուժի թուլւլ արտահայտվածության մասին: Դա մեզ թուլւլ է տալիս բացատրել հոգեաթենիկի և անձնային հատկություններից ներոտիզմի միջև բացահայտված $P \leq 0,01$ հավաստիության ($r = 0,372$) դրական կապի առկայությունը: Սա խոսում է այն մասին, որ հոգեաթենիկը հուզական, թուլւլ տիպ է:

Հոգեաթենիկ տիպի և անձնային մի շարք այլ հատկությունների միջև նույնպես տարաբնույթ համահարաբերակցային կապեր են բացահայտվել (հավելված 1, էջ 173-179, 180-182, 184-192): $P \leq 0,01$ հավաստիության ($r = 0,466$) ամուր դրական կապ կա հոգեաթենիկի և ենթարկվողականության միջև, իսկ հոգեաթենիկի և կախյալության միջև այդ կապն արտահայտվել է $P \leq 0,05$ հավաստիությամբ ($r = 0,282$): Վերջինս բացատրվում է նրանց խիստ բնորոշ անվճռականությամբ: Բնավորության շեշտվածության հոգեաթենիկ տիպի մոտ բացակայում է ինքնուրույն կարևոր որոշում ընդունելու ունակությունը: Նրանց մոտ քննադատվելու ցվախն ու գործողություններում անվճռականությունը զուգահեռ են ընթանում: Սա իր հերթին հանգեցնում է ենթարկվողականության և անվճռականության: Լիչկոն նույնպես նշում է, որ հոգեաթենիկ տիպին հակված երեխան անմասն չի մնում ծնողների երազանքներից, նրբորեն ընդունում է դրանք և վախենում է նրանց հույսերը

չարդարացնել, որպեսզի չկորցնի ծնողական սերն ու ուշադրությունը: Հաճախ ախտաբանական կապվածություն է առաջանում ընտանիքի անդամներից որևէ մեկի նկատմամբ: Նրա կարծիքով այդ կապվածությունը գալիս է անվճռականությունից և հոգեբանական պաշտպանության գործառնությունի [45, էջ 69-70]:

$P \leq 0,05$ հավաստիության ($r=0,276$) դրական կապ է բացահայտվել հոգեաթենիկի և անձնային որակներից մարդասիրության միջև: Այս կապը բացատրվում է նրանով, որ հոգեաթենիկը թույլ տիպ է, կախյալ, մարդկանց հետ հակասություններ չունի և ուզում է, որ իրեն ընդունեն, սիրեն:

Հոգեաթենիկն աչքի է ընկնում ցածր շփվողականությամբ, որը փաստում է հոգեաթենիկի և շփվողականության միջև դրսևորված $P \leq 0,05$ հավաստիության ($r=-0,285$) բացասական կապի առկայությունը: Դեռահասության և վաղ պատանեկության տարիքում հոգեաթենիկի բնավորության հիմնական գծերն են անվճռականությունը, քննադատողականության հակվածությունը, տագնապային կասկածամտությունը և ինքնավերլուծության հակվածությունը: Նրանց մոտ հեշտությամբ է ծագում կաշունություն՝ կաշուն վախեր, զգուշավորություն, կասկածամտություն, հարկադրված գործողություններ, ծեսեր, տագնապային մտքեր և պատկերացումներ: Մշտական վախերի և տագնապի արդյունքում նրանց ճանաչողական ակտիվությունը սահմանափակվում է: Սա իր հերթին դժվարացնում է հաղորդակցման գործընթացը:

Բնավորության շեշտվածության հոգեաթենիկ տիպն աչքի է ընկնում հուզական ուժորտի խնդիրներով: Հոգեաթենիկի և հուզականության միջև $P \leq 0,05$ հավաստիության ($r=0,279$) դրական կապ է գրանցվել, որը հատկապես դրսևորվում է ճանաչողական խնդիրների լուծման ժամանակ: Դա բացատրվում է նրանով, որ ապրումները կապված են հատկապես ճանաչման, որևէ նորի բացահայտման, տեղեկատվության յուրացման և իմաստավորման հետ: Հույզերի բուռն դրսևորումները բացատրվում են ճանաչողական բարդ գործընթացները հաղթահարելու տագնապով և նպաստում նրա ինքնավերլուծությանն ու ինքնաքննադատության հակվածությանը: Սա բացատրում է նաև հոգեաթենիկի և էքստերնալության միջև

դրսևորվող $P \leq 0,05$ հավաստիության ($r = -0,287$) բացասական կապի առկայությունը:

Հոգեաթենիկի և հոլգական անկառավարելիության միջև $P \leq 0,01$ հավաստիության ($r = 0,370$) դրական կապ է գրանցվել, որն էլ հանգեցնում է օբյեկտիվ ինքնագնահատականի խաթարման և դեզադապտիվության բարձր արտահայտվածության: Բնավորության շեշտվածության հոգեաթենիկ տիպի և ինքնագնահատականի միջև ամուր բացասական կապ է բացահայտվել, որն արտահայտվել է $P \leq 0,01$ հավաստիությամբ ($r = -0,368$): Որքան այս տիպը բարձր է արտահայտված, այնքան տվյալ անձի ինքնագնահատականը ցածր է: $P \leq 0,01$ հավաստիության ($r = 0,369$) դրական կապ է գրանցվել հոգեաթենիկ տիպի և դեզադապտիվության միջև: Հոգեաթենիկի մոտ այս հատկությունը հատկապես արտահայտված է խնդրային իրավիճակներում, որի պարզ ապացույցն է $P \leq 0,01$ հավաստիության ($r = 0,358$) ամուր դրական կապի առկայությունը հոգեաթենիկի և խնդիրների լուծումից խուսափման միջև: Սա իր հերթին խոսում է հոգեաթենիկի ինքնակառավարման դժվարությունների մասին, որը կենսաբանական բացատրություն ունի. հոգեաթենիկը թույլ նյարդային համակարգ ունի, չի կարողանում երկար աշխատել լարվածության պայմաններում: Նրա համար դժվարություն է ներկայացնում անհոգգործողությունների փոխարինումը հոգսերով, պարտքի և պատասխանատվության զգացողությամբ: $P \leq 0,05$ հավաստիության ($r = -0,277$) բացասական կապ է բացահայտվել բնավորության շեշտվածության հոգեաթենիկ տիպի և ինքնակառավարման մակարդակի միջև (հավելված 1, էջ 170-171): Բնավորության շեշտվածության մեր ուսումնասիրած տիպերից միայն հոգեաթենիկն է, որ ինքնակառավարման մակարդակի հետ համահարաբերակցային կապի մեջ է գտնվում: Սա խոսում է այն մասին, որ որքան բնավորության շեշտվածության այս տիպը շատ է արտահայտված, այնքան անձի ինքնակառավարման մակարդակը ցածր է: Սակայն հոգեաթենիկի մոտ ինքնակառավարման ոչ բոլոր բաղադրամասերն են ցածր արտահայտված: Հոգեաթենիկը հատկապես դժվարությունների է հանդիպում հակադրությունների վերլուծության և որոշում ընդունելու ժամանակ: Այդ մասին են

վկայ ու մ այ դ գործընթացների և հոգեաթենիկի միջև բացահայտված համահարաբերակցային կապերը: $P \leq 0,01$ հավաստիության ($r = -0,361$) բացասական կապ է արտահայտվել հոգեաթենիկ տիպի և ինքնակառավարման բաղադրամասերից հակադրությունների վերլուծության միջև: Ահա թե ինչու է հոգեաթենիկը կոնֆլիկտային իրավիճակներում նախընտրում կոնֆլիկտի և ուժման հետևյալ ճանապարհները. փոխզիջումը - 54,5%, խուսափումը - 54,5%, համագործակցումը - 36,4%, հարմարումը - 18,2%, մրցակցությունը - 9,1%:

Հոգեաթենիկին բնորոշ են տարաբնույթ վախեր և տագնապայնություն, որը դժվարացնում է որոշում ընդունելու գործընթացը: Դրանով է բացատրում հոգեաթենիկի և որոշման ընդունման միջև դրսևորվող $P \leq 0,01$ հավաստիության ($r = -0,354$) բացասական կապը:

Չնայած այն բանին, որ հոգեաթենիկը բարդ գործընթացներ կատարելիս դժվարանում է, այնուամենայնիվ, հոգեաթենիկի և ինքնակառավարման բաղադրամասերից կանխատեսման միջև $P \leq 0,05$ հավաստիության ($r = 0,287$) դրական թույլ կապագահայտվել է: Ամենայն հավանականությամբ, դա պետք է բացատրել նրանով, որ այս տիպին ուղեկցող մշտական տագնապը պարբերաբար ստիպում է նրան հնարավոր վտանգի և այն հաղթահարելու ուղիների վերաբերյալ կանխատեսումներ անել:

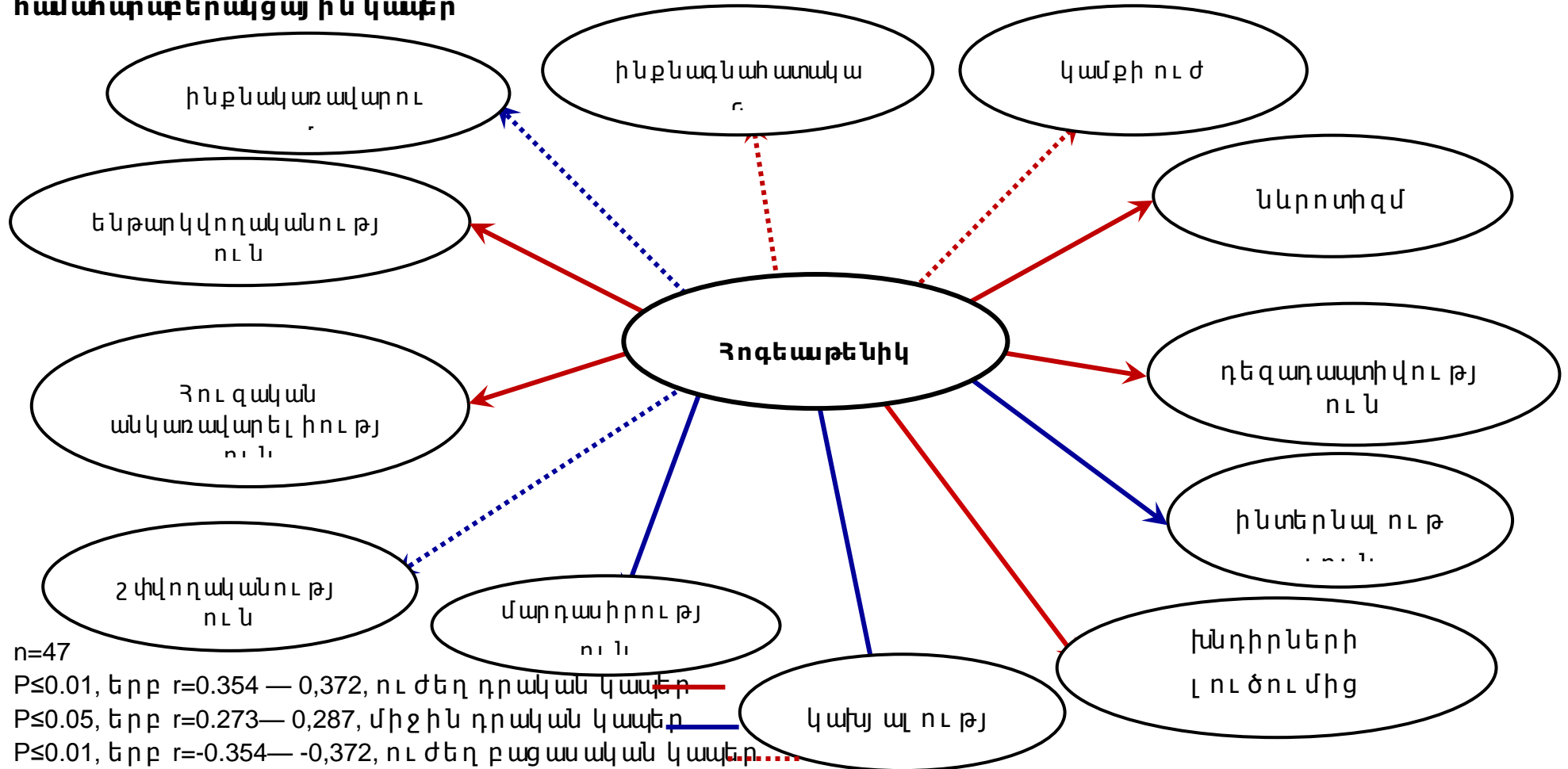
Հոգեաթենիկին բնորոշ են ինքնագնահատականի և ինքնակառավարման ցածր մակարդակները, ինտերնալությունը, կախյալությունը, ենթարկվողականությունը, խնդիրների և ուժումից խուսափումը, կամքի ուժի և շփվողականության ցածր մակարդակը, ներոտիզմը, հուզական անկառավարելիությունը և դեզադապտիվությունը: Հոգեաթենիկի մոտ ինքնակառավարման բաղադրամասերից ցածր է արտահայտված որոշման ընդունումն ու հակադրությունների վերլուծությունը:

Այսպիսով, բնավորության շեշտվածության հոգեաթենիկ տիպի հիմքում ընկած են ինքնագնահատականի խիստ ցածր արտահայտվածությունը, կամքի թուլությունը, խնդիրների

լ ու ծ ու մ ի ց ի տ ւ ս ա փ ու մ ը , ե ն թ ա ր կ վ ո ղ ա կ ան ու թ յ ու ն ը , ն և ր ո տ փ զ մ ը , հ ու զ ա կ ան ան կ առ ա վ ար ե լ ի ու թ յ ու ն ը և դ ե զ ա դ ա պ տ ի վ ու թ յ ու ն ը :

Բ ն ա վ ո ր ու թ յ ան շ ե շ տ վ ա ծ ու թ յ ան շ ի զ ո ի դ տ փ ա ղ (հ ու ն ար ե ն schizo – մ ա ս ն ա տ ու մ , տ ար ան ջ ա տ ու մ , ճ ե ղ ք ու մ) կ ա զ մ ու մ է ը ն դ հ ան ու ր հ ե տ ա զ ո տ վ ո ղ ն ե ր ի 17,6%-ը : Ա յ ս տ փ ա ղ ն ե ր առ վ ա ծ է Ա . Լ ի չ կ ո յ ի դ ա ս ա կ ար գ մ ան մ ե ջ և ի ր բ ն ու թ ա գ ր ո վ հ ա մ ա պ ա տ ա ս խ ան ու մ է Կ . Լ ե ո ն հ ար դ ի դ ա ս ա կ ար գ մ ան ի ն տր ո վ ե ր տ տ փ ա ի ն :

Բնավորության և շեշտվածության հոգեաթենիկ տիպի և անձնային կառույցների, հարկության և ներքին համահարաբերակցային կապեր



n=47
 P≤0.01, երբ r=0.354 — 0,372, ուժեղ դրական կապեր —
 P≤0.05, երբ r=0.273— 0,287, միջին դրական կապեր —
 P≤0.01, երբ r=-0.354 — -0,372, ուժեղ բացասական կապեր —
 P≤0.05, երբ r=-0.273 — -0,287, միջին բացասական կապեր —

Շիզոֆրենիայի տիպի և մի շարք անձնային հատկությունների միջև տարբեր հավաստիության համահարաբերակցային կապեր են բացահայտվել (հավելված 1, էջ 173-179, 180-182, 184-192): $P \leq 0,05$ հավաստիության ($r=0,513$) դրական կապ է բացահայտվել շիզոֆրենիայի և ագրեսիվության միջև, իսկ շիզոֆրենիայի և կասկածամտության միջև այդ կապն արտահայտվել է $P \leq 0,05$ հավաստիությամբ ($r=0,530$): Շիզոֆրենիայի մոտ ագրեսիվությունը և կասկածամտությունը հատկապես այն ժամանակ են դրսևորվում, երբ հուզական կապերի արագ ստեղծման պահանջներ են առաջանում կամ երբ փորձում են անպայմանորեն և աննրբանկատորեն ներթափանցել «նրանց կյանք»: Նրանք կարող են շատ համբերատար լինել ծնողների հոգատար վերաբերմունքի նկատմամբ, ենթարկվել կյանքի դրվածքին, բայց շատ բուռն արձագանքել նույնիսկ շատ փոքր փորձին, որը ենթադրում է առանց թույլատրության ներթափանցել իրենց հետաքրքրությունների, երազանքների, հակումների աշխարհ: Շիզոֆրենիայի մոտ բացակայում է «ներքին ամբողջականությունը». նրանց մեջ մի կողմից գերակայում են սառնություն, համառություն, զգոնություն, անգործություն, չշփոխականություն, ամաչկոտություն, ծայրահեղ կապվածություն, ռացիոնալ դատողություններ, հարուստ ներաշխարհ, մյուս կողմից՝ զգայունակություն, զիջողականություն, դյուրահավատություն, նպատակալացություն, անսպասելիորեն մեկից կառչելու հակվածություն, անտակտություն, չմոտիվացված հակակրանք, անտրամաբանական արարքներ, հարուստ ներաշխարհի արտաքին դրսևորման աղքատություն: Այս տիպի հիմնական գծերն են համարվում ներփակվածությունը, շրջապատից մեկուսացվածությունը. նկատելի է շփման պահանջմունքի իջեցում [45, էջ 72]: Սա է փաստում շիզոֆրենիայի և շփոխականության միջև դրսևորվող $P \leq 0,01$ հավաստիության ($r=-0,641$) բացասական կապը, ինչպես նաև $P \leq 0,05$ հավաստիության ($r=0,521$) դրական կապը շիզոֆրենիայի մեկուսության հակվածության միջև:

Շիզոֆրենիայի և հուզականության միջև $P \leq 0,05$ հավաստիության ($r=0,529$) դրական կապ է բացահայտվել, որն առավել վառ արտահայտվում է հաղորդակցման գործընթացում: Սա բացատրվում է նրա արագ շփում հաստատվելու անհրաժեշտության դեպքում բուռն հուզական հակազդմամբ, որին նպաստում է ապրումակցման և

հարմարվողականության ցածր մակարդակը: Շիզոֆիդը հոլզական ապրու մներ է ունենում նաև մյուսներից տարբերվելու պատճառով:

$P \leq 0,05$ հավաստիության ($r = -0,513$) բացասական կապ է բացահայտվել շիզոֆիդի և ինքնակառավարման բաղադրամասերից որոշման ընդունման միջև, որը բացատրվում է շիզոֆիդի կասկածամտության մեջ, սառնությունների, ինտուիցիայի ցածր զարգացվածության մեջ:

Բնավորության շեշտվածության շիզոֆիդ տիպին բնորոշ են հարմարվողականության դժվարություններ, որը հատկապես արտահայտվում է հաղորդակցման և հոլզական ոլորտներում: $P \leq 0,01$ հավաստիության ($r = -0,660$) բացասական կապ է բացահայտվել շիզոֆիդի և ադապտիվության միջև: Սա բացատրվում է ոչ միայն հաղորդակցման և հոլզական ոլորտներում առկա դժվարություններով, այլ և շիզոֆիդի անձնային հատկություններով (ագրեսիվություն, կասկածամտություն): Հոլզական ոլորտի դժվարություններով է բացատրվում նաև շիզոֆիդի և հոլզական անկառավարելիության միջև բացահայտված $P \leq 0,01$ հավաստիության ($r = 0,652$) ամուր դրական կապը: Նրանք հոլզական կապեր դժվար են ստեղծում, ապրումակցումը թույլ է արտահայտված, հարմարվող չեն:

$P \leq 0,01$ հավաստիության ($r = 0,649$) ամուր դրական կապ է արտահայտվել շիզոֆիդ տիպի և ադապտիվության բաղադրամասերից խնդիրների լուծումից խուսափման միջև: Սա բացատրվում է շիզոֆիդ տիպին բնորոշ կոնֆլիկտային իրավիճակներում հարմարվողական վարքագծային հմտությունների առկայության ցածր մակարդակով, խնդիրների լուծումից խուսափումով:

$P \leq 0,05$ հավաստիության ($r = 0,527$) դրական կապ է բացահայտվել շիզոֆիդի և կոնֆլիկտայնության միջև: Սա բացատրվում է հաղորդակցման ոլորտի դժվարություններով, իր ներառյալ առանձնանալու և այնտեղ \square ոչ ոքի ներս չթողնելու \square խիստ արտահայտված պահանջով: Այս ամենին նպաստում է ինտուիցիայի պակասը, ուրիշների ապրումները հասկանալու դժվարությունը, ուրիշների ցանկությունները կռահելու, ապրումակցելու, խոսակցի մենակ չթողնելու կարողության ցածր զարգացվածությունը [43, էջ 72]:

Բնավորության համահարաբերակցային կապեր

Հեշտվածության

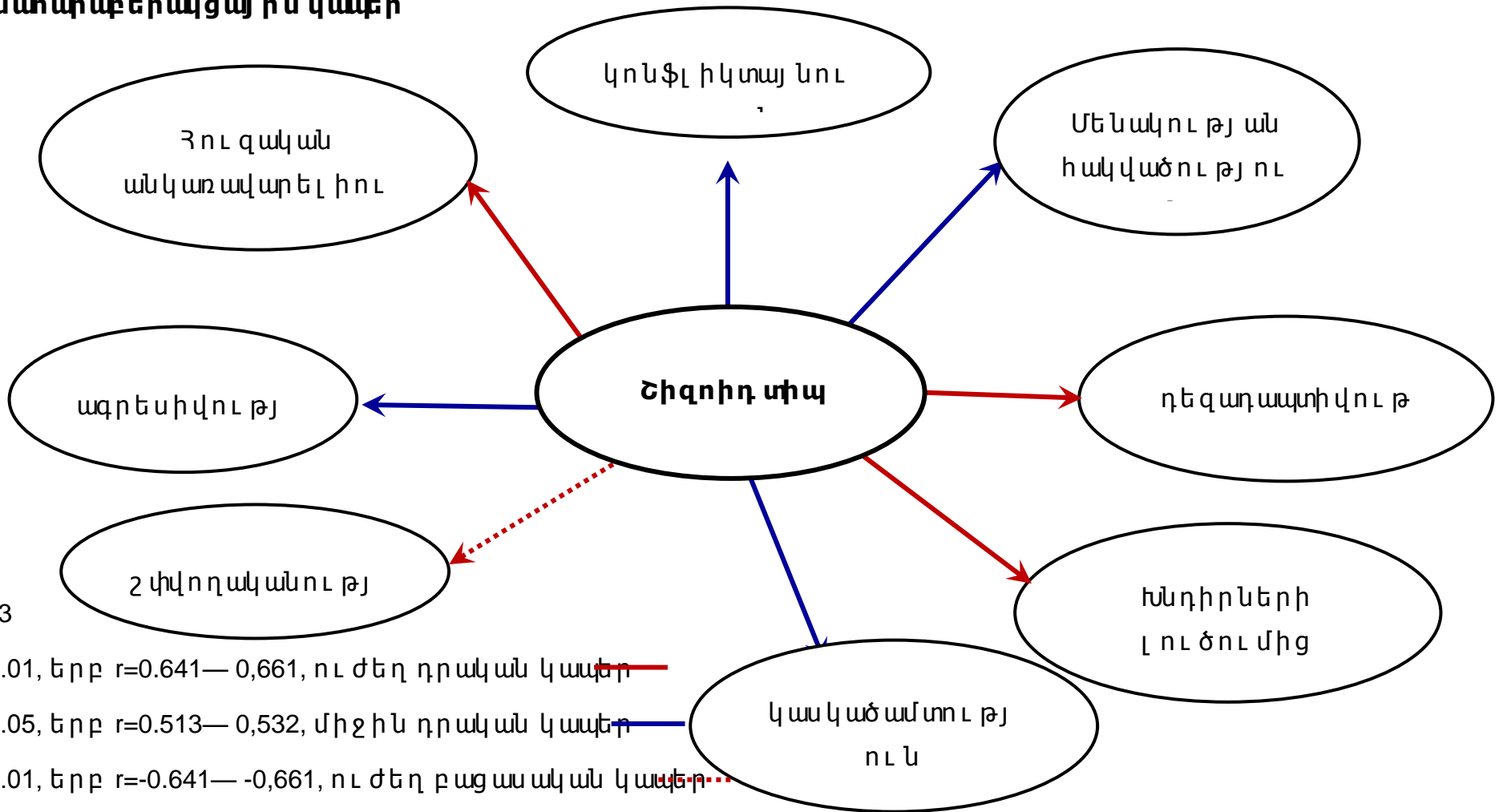
Հիզոնի

սիսի

և

անձնային

հարկության ներքին



n=13

$P \leq 0.01$, երբ $r = 0.641 - 0.661$, ու ժեղ դրական կապեր

$P \leq 0.05$, երբ $r = 0.513 - 0.532$, միջին դրական կապեր

$P \leq 0.01$, երբ $r = -0.641 - -0.661$, ու ժեղ բացասական կապեր

Ընդհանրացնելով կատարված վերլուծությունը՝ պարզ է դառնում, որ բնավորության շեշտվածության շիզոֆրենիայի բնութագրական են շփվողականության ցածր մակարդակը, կոնֆլիկտայնությունը, խնդիրների լուծումից խուսափումը, մենակության հակվածությունը, կասկածամտությունը, ագրեսիվությունը, հուզական անկառավարելիությունը և դեզադապտիվությունը: Շիզոֆրենիայի մոտ ինքնակառավարման բաղադրամասերից ցածր է արտահայտված որոշման ընդունումը:

Այսպիսով, շիզոֆրենիայի հիմքում ընկած են շփվողականության ցածր մակարդակը, խնդիրների լուծումից խուսափումը, հուզական անկառավարելիությունը և դեզադապտիվությունը:

Բնավորության շեշտվածության հիստերոիդ (հունարեն *histrionic*-թատերական) տիպը կազմում է ընդհանուր հետազոտվողների 52,7%-ը: Այս տիպը ներառված է Լիչկոյի դասակարգման մեջ, որը նա համապատասխանեցում է Լեոնհարդի դասակարգման ցուցադրական տիպին: Սակայն Լեոնհարդը չի նույնացնում այս երկու տիպերը: Նա գտնում է, որ հիստերոիդ տիպը ցուցադրական տիպի առավել արտահայտված տեսակն է [45, էջ 36]: $P \leq 0,01$ հավաստիության բացասական կապ է բացահայտվել բնավորության շեշտվածության հիստերոիդ տիպի և նյարդային համակարգի հավասարակշռության ($r = -0,400$) և շարժունության ($r = 0,399$) միջև: Այսպիսով, բնավորության շեշտվածության հիստերոիդ տիպի մոտ ստացել ենք նյարդային համակարգի հատկությունների հետևյալ համադրությունը՝ նյարդային համակարգն անհավասարակշիռ է և շարժուն: Նյարդային համակարգի այս հատկությունները կարող են համապատասխանել խառնվածքային տիպերից խլերիկին: Այս խառնվածքային հիմքով է բացատրվում նրանց սուր հուզական հակադրումները, ինչպես նաև Եսակենտրոնությունը, բարձր գնահատականի ծարավը, լիդերության ձգտումը [45, էջ 87]: $P \leq 0,05$ հավաստիության ($r = 0,308$) դրական կապ է բացահայտվել բնավորության շեշտվածության հիստերոիդ տիպի և ակտիվության միջև (խոսքը գնում է ընդհանուր ակտիվության մասին): Սա ևս փաստում է վերը նշվածը: Բնավորության շեշտվածության հիստերոիդ տիպն էքստրավերսիայի հետ $P \leq 0,01$ հավաստիության ($r = 0,398$) ամուր դրական կապի մեջ է, այսինքն հաստատում է բնավորության շեշտվածության ձևավորման

մեխանիզմների շարքում նյարդային համակարգի հատկությունների հաշվառման անհրաժեշտությունը: Այստեղից կարելի է եզրակացնել, որ եթե խլերիկները գտնվեն բնավորության շեշտվածության այս տիպի ձևավորման համար անբարենպաստ պայմանների ազդեցության տակ, ապա հավանականությունը մեծ է, որ նրանց մոտ կձևավորվի բնավորության շեշտվածության հիստերոիդ տիպը:

$P \leq 0,05$ հավաստիության ($r=0,309$) դրական կապ է բացահայտվել հիստերոիդի և նորույթի նկատմամբ հակվածության միջև: Այս կապի առկայությունը բացատրվում է հիստերոիդի խառնվածքային հիմքով (նյարդային համակարգի շարժունություն և անհավասարակշռություն) և անձնային հատկություններով (էքստրավերսիա, ակտիվություն):

Հիստերոիդ տիպի և ինքնուրույնության միջև դրական կապ է բացահայտվել, որն արտահայտվել է $P \leq 0,05$ հավաստիությամբ ($r=0,317$): Սա բացատրվում է հաղորդակցման և գործունեության ոլորտում նրա դրսևորած բուռն հուզական հակազդմամբ, ինչպես նաև օարտահայտված բարձր ինքնագնահատականով:

$P \leq 0,01$ հավաստիության ($r=0,411$) դրական կապ է բացահայտվել հիստերոիդ տիպի և կոնֆլիկտային իրավիճակում դրսևորվող մրցակցության հակվածության միջև: Սա բացատրվում է հիստերոիդի անհավասարակշռությամբ: Վերջինիս դրսևորմանը նպաստում են նաև բարձրացված ինքնագնահատականն ու ինքնուրույնությունը: Սակայն կոնֆլիկտային իրավիճակում վարքագծային դրսևորումներից մրցակցության գերակշռումը հիմնականում բացատրվում է հուզական ոլորտում ինքնակառավարման դժվարություններով, ինչպես նաև այս տիպի հիմնական անձնային գծերով՝ անսահման եսակենտրոնության, իր անձի նկատմամբ մշտական ուշադրության, հիացմունքի, զարմանքի, հարգանքի, նույնիսկ ցավակցություն ծարավով: Ծայրահեղ դեպքում նրանք նախընտրում են իրենց հասցեին շրջապատի տհաճությունն ու աստվությունը, միայն ոչ աննկատ մնալը, անտարբերությունը, արհամարհանքը [45, 86]. ըստ Կ. Շնայդերի (1923թ.)՝ նրանք ունեն խիստ արտահայտված բարձր գնահատականի ծարավ և առաջարկում էր նրանց անվանել ճանաչում պահանջող

(«Geltungsbedürftige») [18, էջ 22]: Նա ելնում էր Յասպերսի առաջ քաշված հետևյալ սահմանումից՝ հիստերոիդները □ Ձգտում են երևալ ավելի, քան իրականում կան □ [20, էջ 100]:

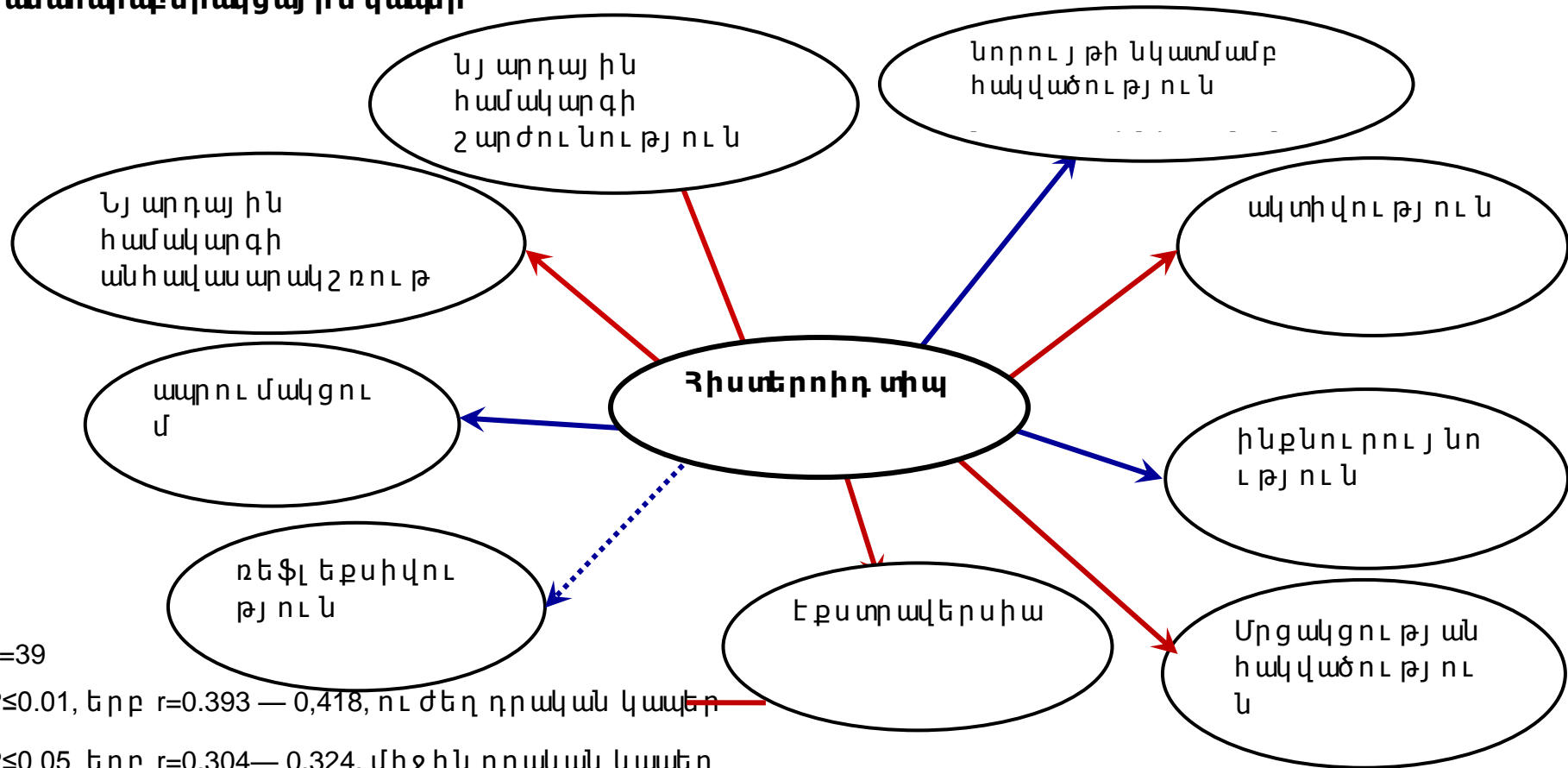
Հիստերոիդի մյուս բոլոր որակները, ինչպես նաև վարքագծային դրսևորումները գալիս են վերոհիշյալ անձնային գծից: Բնավորության շեշտվածության այս տիպի մրցակցային վարքագիծն առավել ցայտուն է դառնում, երբ իր կարծիքով հարվածում են նրա ինքնասիրությանը, ցածրացնում շրջապատի աչքի առաջ կամ էլ, երբ ուրիշի աչքին բարձրանալու հույսն է կորցնում: Նրանց մրցակցային վարքագիծը հաճախ կարող է ունենալ հետևյալ ենթատեքստը. □ Վերադարձրեք ինձ նախկին ուշադրությունը և հոգատարությունը, այլ ասես ես կկործանվեմ □ [45, էջ 86]: Հասակակիցների խմբերում նրանք միշտ ձգտում են լիդերության կամ գոնե հավակնում են խմբում առանձնահատուկ դիրք ունենալ: Նրանք երբեմն ուրիշներին իրենց ետևից տանելու համար կարող են մեծ համարձակություն դրսևորել: Սակայն նրանք միշտ առաջնորդ են լինում մեկ ժամ՝ անսպասելի դժվարությունների ժամանակ խուսափում են շարունակել իրենց ստանձնած դերը, ընկերներին հեշտությամբ դավաճանում են, ընկերները հեշտությամբ նկատում են նրանց հոգու դատարկությունը [45, էջ 87]:

Հիստերոիդի և ռեֆլեքսիվության միջև բացահայտվել է $P \leq 0,05$ հավաստիության բացասական կապ ($r = -0,310$): Դա բացատրվում է նրանով, որ հիստերոիդները դժվարանում են կենտրոնացնել ուշադրությունը, քանի որ անհավասարակշիռ նյարդային համակարգ ունեն, ինչի հետևանքով ռեֆլեքսիան, որը բարդ, համադրական գործընթաց է, չի իրականանում և անձնային հատկությունն չի դառնում:

Այս ամենը հիստերոիդի ինքնակառավարման համակարգում հանգեցնում է դժվարությունների: $P \leq 0,05$ հավաստիության բացասական կապեր են բացահայտվել բնավորության շեշտվածության հիստերոիդ տիպի և ինքնակառավարման ինքնավերահսկման ($r = -0,310$), հիստերոիդ տիպի և ինքնակառավարման շտկման ($r = -0,304$) բաղադրամասերի միջև: Սա բացատրվում է կոնֆլիկտային իրավիճակներում հիստերոիդի նյարդային

համակարգի (անհավասարակշռված և շարժուն) առանձնահատկություններով, ինչպես նաև մրցակցային վարքագծի նախընտրությունը, ռեֆլեքսիվություն անցած մակարդակով:

Բնավորության շեշտվածության հիստերոիդ սիպի և անհատական, անձնային հարկությունների համահարաբերակցային կապեր



n=39

$P \leq 0.01$, երբ $r = 0.393 - 0.418$, ուժեղ դրական կապեր —

$P \leq 0.05$, երբ $r = 0.304 - 0.324$, միջին դրական կապեր —

$P \leq 0.05$, երբ $r = -0.304 - 0.324$, միջին բացասական կապեր —

$P \leq 0,05$ հավաստիության ($r=0,321$) դրական կապ է բացահայտվել հիստերոիդի և անձի ապրումակցման մակարդակի միջև: Սա ևս բացատրվում է հիստերոիդ տիպի ուշադրության կենտրոնում գտնվելու խիստ արտահատված պահանջմունքով և այս դեպքում ապրումակցումը պետք է դիտարկել որպես կեղծավորություն: Ապրումակցման շնորհիվ հիստերոիդ դեռահասն արժանանում է իր ընկերոջ, կամ մեկ ուրիշի (ուժ ապրումակցել է) գոհունակությանն ու երախտագիտությանը, որը նրան թույլ է տալիս իրեն զգալ ուշադրության կենտրոնում, շոյում է նրա ինքնասիրությունը:

Հիստերոիդ տիպին բնորոշ են անհավասարակշիռ և շարժուն նյարդային համակարգը, ինչպես նաև որոշ անձնային հատկություններ՝ ինքնուրույնություն, ակտիվություն, նորույթի նկատմամբ հակվածություն, էքստրավերսիա, մրցակցության հակվածություն, ռեֆլեքսիվության ցածր մակարդակ: Այս տիպի մոտ ինքնակառավարման բաղադրամասերից ցածր է արտահայտված ինքնավերահսկողությունն ու շտկումը:

Այսպիսով, բնավորության շեշտվածության հիստերոիդ տիպի հիմքում ընկած են անհավասարակշիռ և շարժուն նյարդային համակարգը, ակտիվությունը, էքստրավերսիան և մրցակցության հակվածությունը:

Բնավորության շեշտվածության հիպերտիմ տիպը (հունարեն hyper – վեր, իսկ thymos – տրամադրություն), որը կազմում է ընդհանուր հետազոտվողների 59,5%-ը, աչքի է ընկնում կայուն բարձր տրամադրությամբ, որն ուղեկցվում է կենցաղում և մասնագիտական գործունեության ոլորտներում համապատասխան ակտիվությամբ [81]: Խոսքը վերաբերվում է գերակտիվությանը, գերաշխուժությանը:

$P \leq 0,05$ հավաստիության ($r=0,304$) դրական կապ է բացահայտվել բնավորության շեշտվածության հիպերտիմ տիպի և նյարդային համակարգի ուժի միջև, իսկ հիպերտիմի և նյարդային համակարգի շարժունության միջև այդ կապն արտահայտվել է $P \leq 0,01$ հավաստիությամբ ($r=0,391$): Այսպիսով, հիպերտիմի մոտ նյարդային համակարգի հատկությունների հետևյալ համադրությունն է ստացվել՝ ուժեղ և շարժուն նյարդային համակարգ, որն առաջին հայացքից բացատրվում է խոլերիկ և սանգվինիկ խառնվածքային տիպերով: Այս խառնվածքային հիմքով է բացատրվում նրանց խիստ

արտահայտված ակտիվությունը, որը երբեմն վեր է ածվում հակահասարակական վարքագծի: Նրանք շատ շփվող են, ցրված, անհանգիստ, անկարգապահ, դյուրագրգիռ, հիմնականում բարձր տրամադրություն ունեն: Լարվածության պայմաններում կարող են լինել ագրեսիվ, ունեն էքստրավերտին խիստ բնորոշ հատկություններ՝ ռեակտիվություն և լիդերության ձգտում, սակայն դա իրենց համար նպատակ չի հանդիսանում: Հիմնականում հարմարվող են, ինքնագնահատականը օբյեկտիվ է: Հետազոտության արդյունքների հավաստիության մեջ ևս մեկ անամ համոզվելու համար գուգահեռ դիտարկենք նաև □Անձնային դիֆերենցյալ □ [78, էջ 121-124] մեթոդիկայից ստացված արդյունքները, որտեղ պատկերը նմանատիպ է. $P \leq 0,01$ հավաստիության ($r=0,393$) ամուր դրական կապ է բացահայտվել հիպերտիմի և ակտիվության միջև: Թեստում այս գործոնի առկայությունը վկայում է անձնավորության էքստրավերտության մասին: Բարձր միավորները փաստում են բարձր ակտիվության, շփվողականության, իմպուլսիվության մասին: Հիպերտիմի և կամքի ուժի միջև դրական կապ է բացահայտվել, որը դրսևորվել է $P \leq 0,05$ հավաստիությամբ ($r=0,291$): Սա վկայում է անձնավորության մոտ կամային հատկությունների զարգացվածության մասին: Բարձր միավորները խոսում են ինքնավստահության, անկախության, դժվարին իրավիճակներում իր ուժերի վրա հույս դնելու մասին: Հետևաբար բնավորության շեշտվածության ձևավորման մեխանիզմների շարքում նյարդային համակարգի հատկություններն էական դեր ունեն: Դիտարկվել են նաև □Մեծ հնգյակի □ և նյարդային համակարգի հատկությունների փոխարաբերությունները: $P \leq 0,01$ հավաստիությամբ դրական կապ է բացահայտվել բնավորության շեշտվածության հիպերտիմի և էքստրավերտիայի միջև ($r=0,382$): $P \leq 0,01$ հավաստիությամբ բացասական կապ է դրսևորվել հիպերտիմի և ներոտիզմի միջև ($r=-0,386$): Սա բացատրվում է հիպերտիմին բնութագրական անձնային հատկություններով՝ շարժունություն, ճկունություն, շփվողականություն, նախաձեռնողականություն, հնարամտություն, ռեակտիվություն, նրան բնորոշ է նաև ոչ ստանդարտ սթրեսային իրավիճակներից ելք գտնելու ունակությունը [6, 45]:

□Մեծ հնգյակի □ մեթոդիկայով [103, էջ 140] ստացված արդյունքները համահունչ են վերը նշված տվյալներին: Բացի այդ

բացահայտվեցին այն հիմնական անձնային հատկությունները, որնոց կարգավորման միջոցով կարելի է նվազեցնել տվյալ տիպի բնավորության շեշտվածության ձևավորման հավանականությունը:

Շարունակելով անձնային հատկությունների և բնավորության շեշտվածությունների համահարաբերակցային ցուցանիշների վերլուծությունը՝ անդրադառնանք հիպերտիմ տիպի և անձնային միջարք հատկությունների միջև բացահայտված դրական և բացասական համահարաբերակցային կապերին:

Ամուր դրական կապ է բացահայտվել հիպերտիմի և իշխանականության (ավտորիտարության) միջև, որն արտահայտվել է $P \leq 0,01$ հավաստիությանամբ ($r=0,389$): Այս կապը բացատրվում է այս տիպին բնորոշ եսասիրությանմբ և լիդերության ձգտմամբ: Հիպերտիմ դեռահասն իր հայտնված միջավայրին մի փոքր հարմարվելու դեպքում անմիջապես ձգտում է լիդերության: Նրանց հատուկ է մշտական լիդերության ձգտումը նույնիսկ հակահասարակական վարքագիծ ունեցող հասակակիցների շրջանում [45, էջ 49]: Այդ մասին է վկայում հիպերտիմ տիպի և լիդերության միջև բացահայտված $P \leq 0,05$ հավաստիության դրական կապը ($r=0,301$):

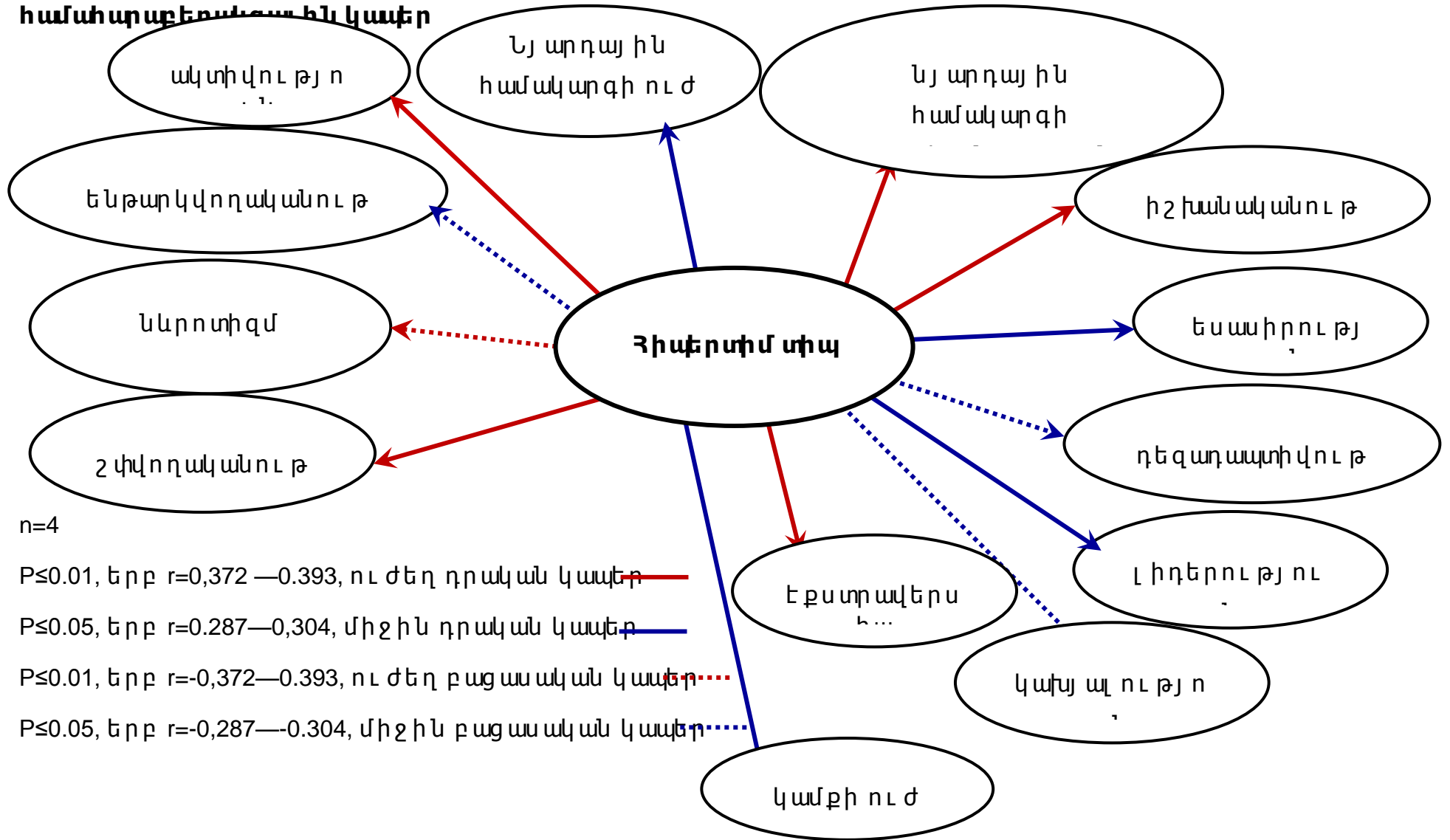
Դեռահասությանը և վաղ պատանեկությանը բնորոշ վարքագծային հակազդումները հիպերտիմի մոտ շատ ցցուն դրսևորում ունեն: Այս ամենին նպաստում է նաև նրանց բնորոշ եսասիրությունը: Դա արտահայտում է $P \leq 0,05$ հավաստիության դրական կապը ($r=0,289$), որը բացահայտվել է հիպերտիմի և անձնային գծերից եսասիրության միջև:

Բացասական կապեր են բացահայտվել հիպերտիմի և ենթարկվողականության ($r=-0,290$), հիպերտիմի և կախյալության ($r=-0,294$) միջև, որն արտահայտվել է $P \leq 0,05$ հավաստիությանամբ: Այս մասին են վկայում ծնողներից, ուսուցիչներից, դաստիարակներից ազատագրման հակազդումները, որոնք ընթանում են սուր արտահայտված կոնֆլիկտներով, ինչպես նաև ազատության և ինքնուրույնության մեծագույն պահանջով [45, էջ 48]:

Այս տեղից պարզ է դառնում, որ իշխանականություն, լիդերություն և եսասիրություն անձնային հատկությունների խիստ արտահայտվածությունը պայմանավորում կամ զգալիորեն նպաստում է բնավորության շեշտվածության որոշակի տիպերի ձևավորմանը:

Յիպերտիմ դեռահասի ինքնագնահատականն առանձնանում է իր օբյեկտիվությամբ: Յիպերտիմության հիմնական գծերն են՝ շփոթողականությունը, բարձր տրամադրությունը, միայնակության անտանելիությունը [45, էջ 50]: Յիպերտիմի և շփոթողականության միջև բացահայտված $P \leq 0,01$ հավաստիության դրական կապը ($r=0,384$) դրանով է պայմանավորվում:

Բնավորության 2 եռյակության հիպերտիմ տիպի և անհատական, անձնային հատկությունների համահարսբերություն կապեր



n=4

P ≤ 0.01, երբ r = 0,372 — 0.393, ուժեղ դրական կապեր

P ≤ 0.05, երբ r = 0.287 — 0.304, միջին դրական կապեր

P ≤ 0.01, երբ r = -0,372 — -0.393, ուժեղ բացասական կապեր

P ≤ 0.05, երբ r = -0,287 — -0.304, միջին բացասական կապեր

Դյուրագրգռականությունը և զայրույթն ուժեղանում են խիստ կարգուկանոնի պայմաններում կամ երբ հիպերտիմ դեռահասները հայտնվում են մենակության մեջ՝ զրկվելով հասակակիցների հետ լայն շփում հաստատելու և իրենց էներգիան սպառելու հնարավորությունից: Այդ ժամանակ նրանք նույնիսկ կարող են կարճատև դյուրագրգռականություն, զայրույթ և ագրեսիա դրսևորել [45]:

$P \leq 0,05$ հավաստիության ($r=0,302$) դրական կապ է բացահայտվել բնավորության շեշտվածության հիպերտիմ տիպի և ադապտիվության միջև: Սա բացատրվում է նրանով, որ նրանք ամեն տեղ արագ են հարմարվում, ընդունում այդ միջավայրի պահվածքը, սովորույթները, վարվելակարգը, հագուստը, ժամանակակից նախասիրությունները: Նա իր ուշադրությունը տարածում է շրջակայքում կատարվող իրադարձությունների վրա, քանի որ ռիսկի տարրը նրանց համար շատ գրավիչ է [45, էջ 49]: Այս կապը բացատրվում է հիպերտիմի ուժեղ և շարժուն նյարդային համակարգով և կամքի ուժով:

Կոնֆլիկտային իրավիճակներում նրանք հիմնականում փոխզիջող են, որը բացատրվում է նրանց ադապտիվությամբ և կամքի ուժի առկայությամբ:

Յիպերտիմի ինքնակառավարման համակարգում առկա են որոշակի դժվարություններ: $P \leq 0,05$ հավաստիության բացասական կապեր են բացահայտվել բնավորության շեշտվածության հիպերտիմ տիպի և ինքնակառավարման կանխատեսման ($r=-0,288$), հիպերտիմ տիպի և ինքնակառավարման պլանավորման ($r=-0,301$) բաղադրամասերի միջև: Սա բացատրվում է այս տիպին բնորոշ խիստ շարժուն նյարդային համակարգով և ակտիվությամբ:

Կատարված վերլուծությունից պարզ է դառնում, որ բնավորության շեշտվածության հիպերտիմ տիպին բնութագրական են ուժեղ և շարժուն նյարդային համակարգը, ինչպես նաև՝ մի շարք անձնային հատկություններ՝ կամքի ուժ, ակտիվություն, ադապտիվություն, էքստրավերսիա, շփվողականություն,

ինքնուրույնություն, Եսասիրություն, Լիդերություն և իշխանականություն: Այս տիպի մոտ ինքնակառավարման բաղադրամասերից ցածր է արտահայտված կանխատեսումն ու պլանավորումը:

Այսպիսով, բնավորության շեշտվածության հիպերտիմ տիպի հիմքում ընկած են շարժուն նյարդային համակարգը, ակտիվությունը, Էքստրավերսիան, շփվողականությունը և իշխանականությունը:

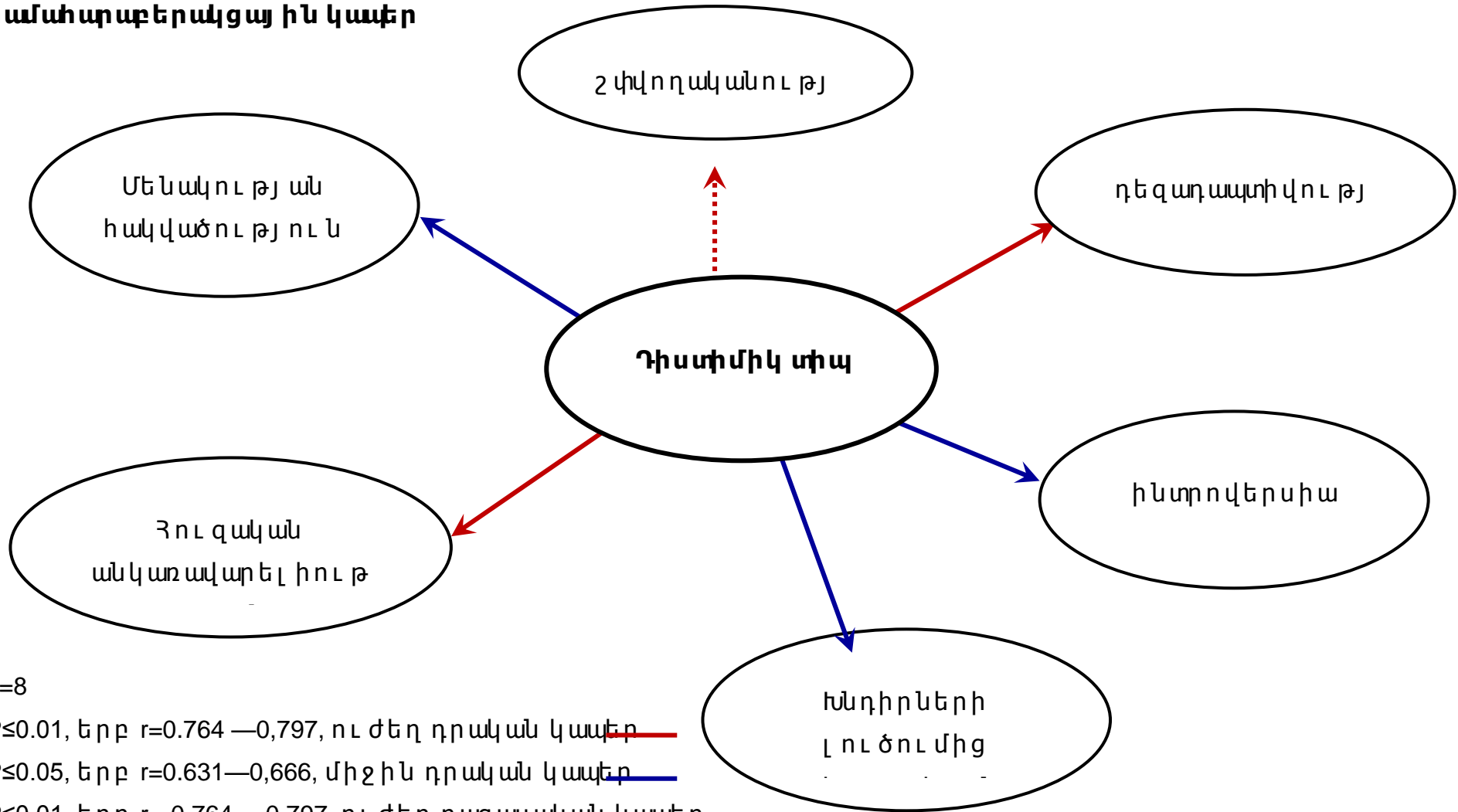
Բնավորության շեշտվածության դիստիմիկ տիպը կազմում է ընդհանուր հետազոտվողների 10,8%-ը: Այս տիպը ներառված է միայն Լեոնհարդի դասակարգման մեջ:

$P \leq 0,01$ հավաստիության ($r = -0,782$) բացասական կապ է բացահայտվել դիստիմիկ տիպի և շփվողականության միջև: Սա բացատրվում է այս տիպի անձնավորության շարունակական հոռետեսական տրամադրությամբ. նրանք, սովորաբար, ավելի շատ հակված են կյանքի մռայլ և տխուր իրադարձությունների, քան՝ ուրախ: Դիստիմիկ տիպի մոտ թույլ են արտահայտված կենսագործունեության խթանիչները և հաղորդակցման մեջ նրանք շատ պասիվ են: Այս ամենով է պայմանավորված այն, որ նրանք նախընտրում են շփման և այն շրջանակ չպահանջող աշխատանք [6, էջ 46]: Դիստիմիկ տիպի և շփվողականության միջև դրսևորված բացասական կապն ինքնըստինքյան բացատրում է նաև այս տիպի և մենակության հակվածության միջև բացահայտված դրական կապը, որը դրսևորվել է $P \leq 0,05$ հավաստիությամբ ($r = 0,651$):

Դիստիմիկ տիպի և Էստրավերսիայի միջև բացասական կապ է բացահայտվել, որն արտահայտվել է $P \leq 0,05$ հավաստիությամբ ($r = -0,633$): Սա հասկանալի է, քանի որ, ինչպես նշում էր Կ. Լեոնհարդը [43, էջ 102], դիստիմիկ խառնվածքը հիպերտիմի հակառակ բևեռն է: Դա ակնհայտ է, նույնիսկ եթե տեսնենք դիստիմիկի հակադրման ռեակցիան. միանգամից չեն բռնկվում, այլ իրենց ներսում են պոռթկում: Ծատ համբերատար են, նրանց հակադրման ռեակցիան դրսևորվում է որպես երկար կշռադատության արդյունք:

Անփութորեն իրենց ներաշխարհ ներխուժելու դեպքում անգամ բորբոքվում, սակայն մեծ մասամբ լռում են [6, էջ 24-25]:

Բնավորության 2 եռյուցկան դիստրիբյուցիոն անձնային հատկությունների համահարաբերակցային կապեր



$P \leq 0,01$ հավաստիություն (r=0,766) դրական կապ է բացահայտվել դիստիմիկ տիպի և դեզադապտիվություն միջև, որը բացատրվում է նրա հաղորդակցման և հոլզական ուղորտի դժվարություններով: Դիստիմիկ անձն, ինչպես գիտենք, աչքի է ընկնում թույլ շփոթողականությամբ, պասիվ է, ինքնամփոփ, նրա մոտ գերիշխում է վատ տրամադրությունը [43, էջ 102]: Այս ամենը հանգեցնում է ինչպես ընդհանուր ադապտիվության, այնպես էլ՝ նրա առանձին բաղադրամասերի դժվարություններին: Այդ մասին է վկայում $P \leq 0,01$ հավաստիություն (r=0,790) դրական կապի առկայությունը դիստիմիկի և հոլզական անկառավարելիություն միջև:

$P \leq 0,05$ հավաստիությամբ բացասական կապեր են դրսևորվել դիստիմիկ տիպի և ինքնակառավարման որակի գնահատման (r=-0,634), որոշման ընդունման (r=-0,642) և շտկման (r=-0,631) միջև: Համահարաբերակցային այս կապերը բացատրվում են նրան բնորոշ հոլզական անկառավարելիությամբ և դեզադապտիվությամբ:

Ադապտիվության մյուս բաղադրամասի՝ խնդիրների լուծումից խուսափման և դիստիմիկի միջև նույնպես $P \leq 0,05$ հավաստիություն (r=0,631) դրական կապ է բացահայտվել: Սա բացատրվում է նրա վարքագծային պասիվությամբ, նստակյացությամբ: Նա շատ բարեխիղճ է և արդարամիտ: Պրոբլեմային իրավիճակներում չարժանանալով արդարացի վերաբերմունքի և չկարողանալով իր ճշմարտացիությունն ապացուցել, կամ մտածելով, որ չի կարող դա անել՝ խուսափողական վարքագիծ է դրսևորում:

Կոնֆլիկտային իրավիճակներում նրանք հիմնականում դրսևորում են փոխզիջում և խուսափում, որը բացատրվում է նրանց թույլ շփոթողականությամբ, մտածողության դանդաղությամբ, կենսագործունեության խթանիչների բացակայությամբ:

Դիստիմիկ տիպին բնորոշ են ինտրովերսիան, հոլզական անկառավարելիությունը, շփոթողականության ցածր մակարդակը, մենակության հակվածությունը, խնդիրների լուծումից խուսափումը և դեզադապտիվությունը: Այս տիպի մոտ ինքնակառավարման բաղադրամասերից ցածր են արտահայտված որակի գնահատումը, որոշման ընդունումը և շտկումը:

Այս ափսոսվ, բնավորության շեշտվածության դիստիմիկ տիպի հիմքում ընկած են շփվողականության ցածր մակարդակը, հուզական անկառավարելիությունն ու դեզադապտիվությունը:

Բնավորության շեշտվածության ցիկլոտիմիկ տիպը կազմում է ընդհանուր հետազոտվողների 54,1%-ը: Ցիկլոտիմիկ տիպն առաջադրել է ինչպես: Լեոնհարդի դասակարգման մեջ այն համապատասխանում է աֆեկտիվ-լաբիլ տիպին: Այս տիպը տարբեր անվանումներով է նկարագրվել՝ «հուզական-լաբիլ» (Շնայդեր Կ., 1923թ.), «ռեակտիվ-լաբիլ» կամ «եմոտիվ-լաբիլ» (Գանուշկին Պ. Բ., 1933թ.), «եմոտիվ», «գերշարժուն» (Լեոնհարդ Կ, 1968 թ.) [45, էջ 56]:

$P \leq 0,01$ հավաստիության ($r = -0,393$) բացասական կապ է բացահայտվել բնավորության շեշտվածության ցիկլոտիմիկ տիպի և նյարդային համակարգի հավասարակշռության միջև: Սրանով է բացատրվում ցիկլոտիմիկ տրամադրության ծայրահեղ փոփոխությունները: Անկայունությունը նրա կամային ուղորդվածությունն է և արտահայտվում է նրա վարքագծում, արարքների մեջ: Տրամադրությանը հատուկ են ոչ միայն հաճախակի և կտրուկ, այլև բավականին խորը փոփոխությունները: Այդ պահի տրամադրությունից է կախված ինքնազգացողությունը, աշխատունակությունը, մենակ կամ մարդկանց ընկերակցությամբ լինելու ցանկությունը: Տրամադրությանը համապատասխան փոխվում է նաև ապագայի նկատմամբ վերաբերմունքը՝ մի դեպքում լինելով պայծառ գույներով հագեցած, մեկ այլ դեպքում՝ մռայլ և տխուր: Անցյալը նույնպես մեկ կարող է թվալ որպես հաճելի հիշողություններ, մեկ որպես անհաջողությունների, սխալների, անարդարությունների շարան: Նույն միջավայրը, նույն մարդիկ մեկ ընկալվում են հաճելի և գրավիչ, մեկ՝ ձանձրալի և տհաճ [45, էջ 57]:

$P \leq 0,05$ հավաստիության ($r = -0,306$) բացասական կապ է բացահայտվել ցիկլոտիմիկ տիպի և ինքնազնահատականի միջև: Սա բացատրում է ցիկլոտիմիկ տրամադրության մշտական փոփոխությամբ, որը երբեմն ծայրահեղ անկազմակերպվածություն՝ հետաքրքրությունների փոփոխությունն է առաջացնում, ինչի արդյունքում սկսում է բացակայել ինքնազնահատականի օբյեկտիվությունը և իր վարքագծի նկատմամբ վերաբերմունքը քննադատական չի լինում: Այս ամենը հանգեցնում է

ադապտիվ ու թյան անկման, որի պարզ վկայ ու թյ ու ն ն է ցիկլոտիմիկ տիպի և ադապտիվ ու թյան միջև բացահայտված $P \leq 0,01$ հավաստի ու թյան ($r = -0,394$) բացասական կապի առկայ ու թյ ու ն ը :

Ցիկլոտիմիկ տիպի և ներքին վերահսկման ուղղված ու թյան (ինտեռնալ ու թյան) միջև $P \leq 0,05$ հավաստի ու թյան ($r = -0,304$) բացասական կապ է դրսևորվել : Սա բացատրվում է ցիկլոտիմիկ տիպի տրամադր ու թյան մշտական փոփոխ ու թյամբ, որը պայմանավորվում է արտաքին միջավայրի ազդեց ու թյամբ : Նա իր առօրյայ ու մ և գործ ու նե ու թյան մեջ հիմնական ու մ առաջնորդվում է հոլյգերով, ոչ բանական ու թյամբ, որը ևս ու նի իր բացատր ու թյ ու ն ը . $P \leq 0,05$ հավաստի ու թյան ($r = -0,307$) բացասական կապ է բացահայտվել ցիկլոտիմիկ տիպի և ինտելեկտի միջև : Սա նշանակ ու մ է, որ քան ցածր է արտահայտված ինտելեկտը, այ ն քան բնավոր ու թյան շեշտված ու թյան այ ս տիպը ցայտ ու ն է, ինչ ն իր հերթին խանգար ու մ է իր վարքագծի նկատմամբ քննադատական մոտեցմանը և այ դ ամենի արդյ ու ն ք ու մ ցիկլոտիմիկ տիպն առաջնորդվում է հոլյգերով, որի ազդեց ու թյ ու ն ն արտահայտվ ու մ է անընդհատ և ամեն ու ը :

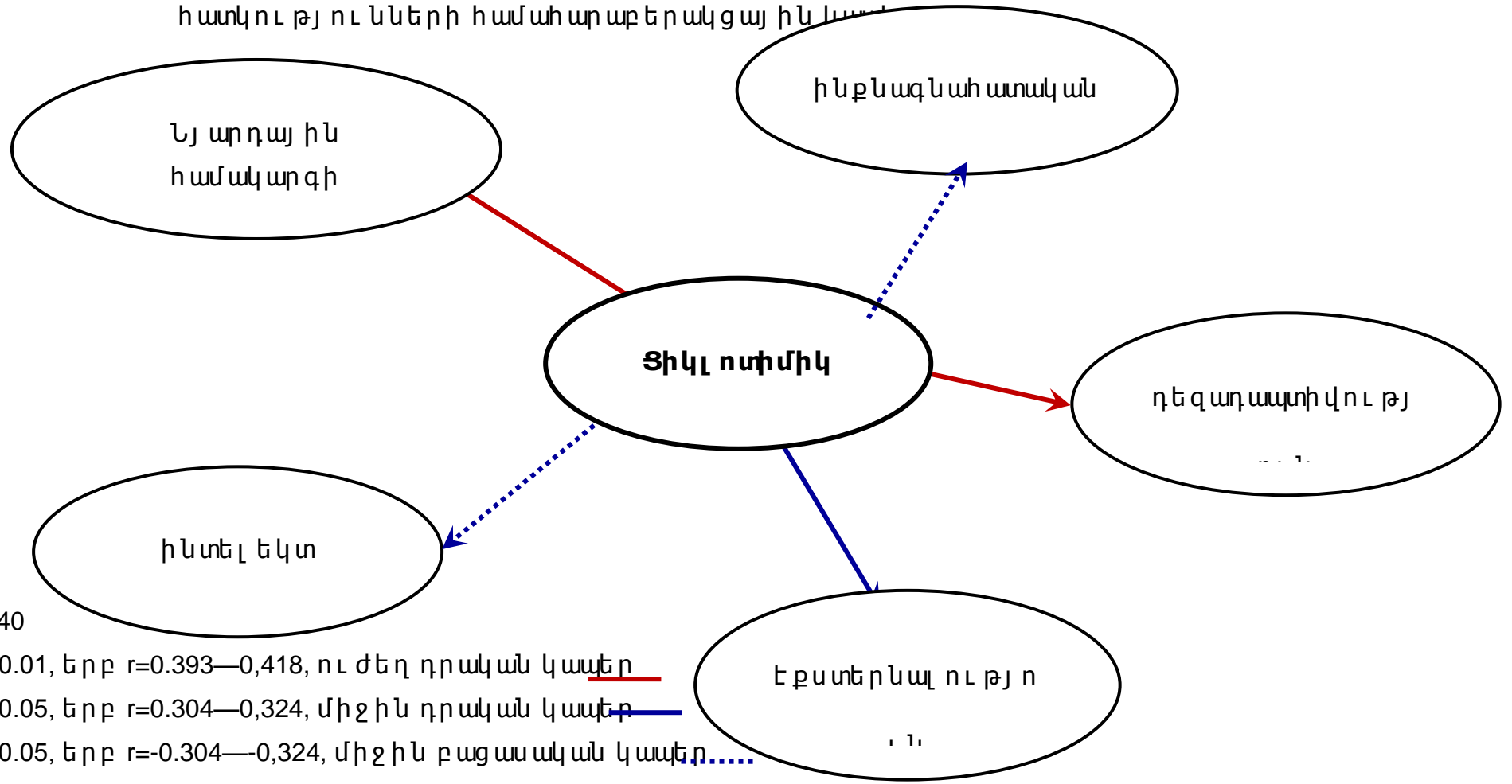
$P \leq 0,05$ հավաստի ու թյամբ բացասական կապ է դրսևորվել ցիկլոտիմիկ տիպի և ինքնակառավարման ինքնավերահսկման ($r = -0,304$) և որակի գնահատման ($r = -0,309$) բաղադրամասերի միջև : Համահարաբերակցայ ին այ ս կապերը բացատրվ ու մ են նրան բնորոշ անհավասարակշիռ նյարդայ ի ն համակարգով, ցածր ինտելեկտով և դեզադապտիվ ու թյամբ :

Կատարված վերլ ու ծ ու թյ ու ն ի ց երև ու մ է, որ բնավոր ու թյան շեշտված ու թյան ցիկլոտիմիկ տիպին բնորոշ են անհավասարակշիռ նյարդայ ի ն համակարգը, ինչ պես նաև որոշ անձնայ ի ն կառ ու յ ց ներ և հատկ ու թյ ու ն ներ՝ ինտելեկտի և ինքնագնահատականի ցածր մակարդակը, էքստերնալ ու թյ ու ն ը և դեզադապտիվ ու թյ ու ն ը : Այ ս տիպի մոտ ինքնակառավարման բաղադրամասերի ց ցածր է արտահայտված ինքնավերահսկ ու մ ն ու որակի գնահատ ու մ ը :

Այ ս պի ս ո վ, ցիկլոտիմիկ տիպի հիմք ու մ ը ն կած են նյարդայ ի ն համակարգի անհավասարակշ ու թյ ու ն ը և դեզադապտիվ ու թյ ու ն ը :

Գծապատկեր 7

Բնավորություն շնչառության 2 Ե 2 տվածություն ցիկլոսի տիպի և անձնային կառույցների, անհատական և անձնային հատկությունների համահարաբերակցային կապեր



n=40

P≤0.01, երբ r=0.393—0,418, ու ժեղ դրական կապեր

P≤0.05, երբ r=0.304—0,324, միջին դրական կապեր

P≤0.05, երբ r=-0.304—-0,324, միջին բացասական կապեր

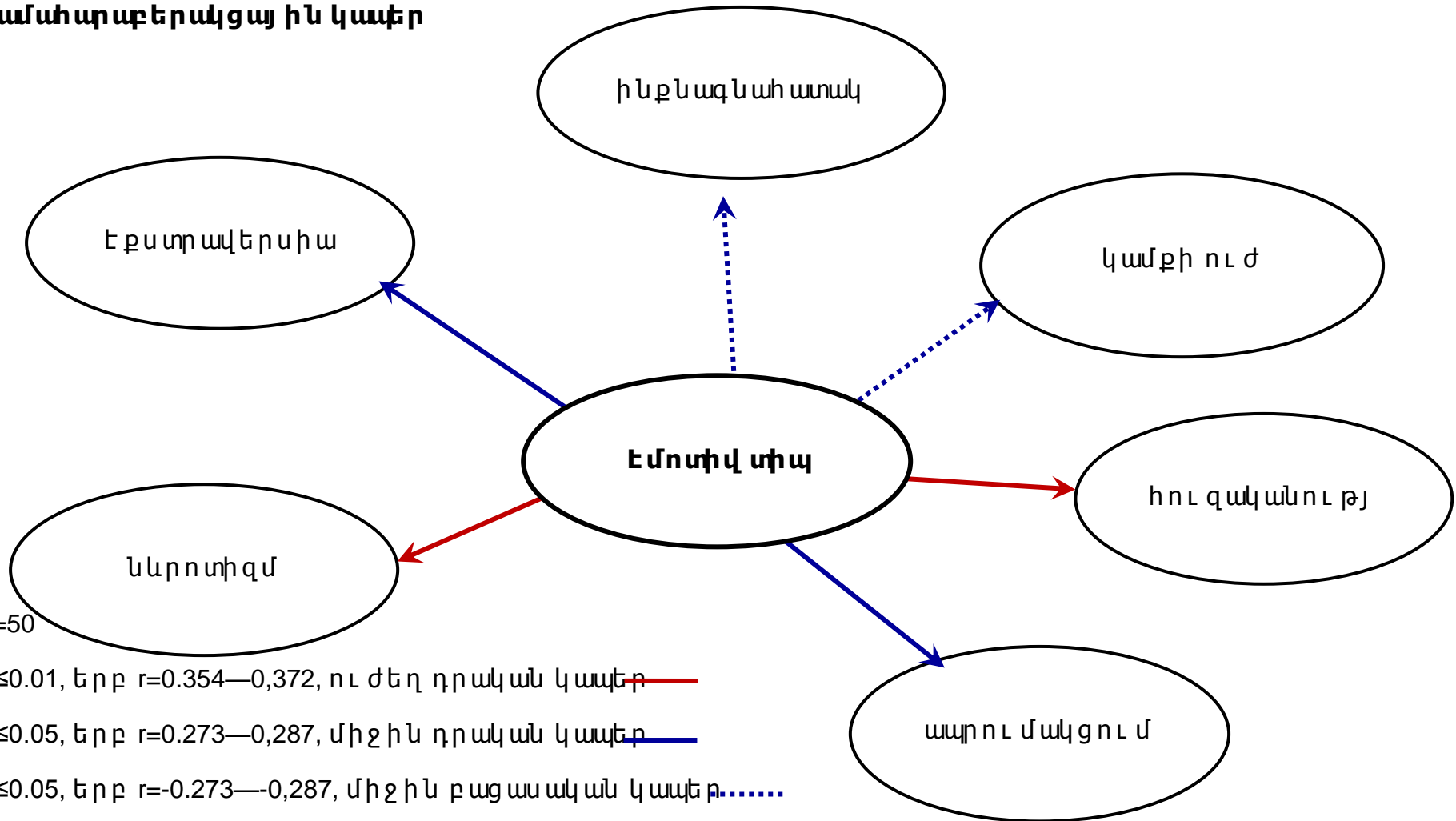
Բնավորության շեշտվածության էմոտիվ տիպը կազմում է ընդհանուր հետազոտվողների 70,3%-ը: Լեոնհարդի տիպաբանության մեջ ներառված այս տիպը համապատասխանում է Լիչկոյի Լաբիլ տիպին: $P \leq 0,05$ հավաստիության ($r = -0,287$) բացասական կապ է բացահայտվել բնավորության շեշտվածության էմոտիվ տիպի և կամքի ուժի միջև: Սա խոսում է այս տիպի թույլ կամքի ուժի մասին: $P \leq 0,01$ հավաստիության ($r = 0,359$) դրական կապ է բացահայտվել բնավորության շեշտվածության էմոտիվ տիպի և ներոտիզմի միջև: Թույլ կամքի ուժը և ներոտիզմը արտաքին որոշակի պայմաններում կարող են նպաստել բնավորության էմոտիվ շեշտվածության տիպի ձևավորմանը: Դրական կապ է բացահայտվել նաև էմոտիվ տիպի և էքստրավերսիայի միջև, որն արտահայտվել է $P \leq 0,05$ հավաստիությամբ ($r = 0,280$): Սա բացատրվում է նրանց հակազդման բուռն արտաքին դրսևորմամբ: Էմոտիվ անձնավորության հետզրուցելիս նրա դեմքին պարզորեն երևում է այն խորը հուզականությունը, որը կապված է այն ամենի հետ, ինչի մասին նա խոսում է. Այդ ամբողջը արտահայտվում է նրա միմիկայում: Նրանց համար բնութագրական է Լալկանությունը, սակայն նույն հեշտությամբ էլ նրանց մոտ դրսևորվում են ուրախության արցունքներ, զգացմունքայնություն: Նրանք էքստերնալ են: Այս ամենը բացատրում է էմոտիվ տիպի և հուզականության միջև բացահայտված $P \leq 0,01$ հավաստիության ($r = 0,371$) ամուր դրական կապը:

$P \leq 0,05$ հավաստիության ($r = 0,285$) դրական կապ է բացահայտվել բնավորության շեշտվածության էմոտիվ տիպի և ապրումակցման միջև, որը բացատրվում է նրա անձնային որակներով. գթասրտություն, այլասիրություն, փափկասրտություն: Սովորաբար նրանց սրտակից ընկեր են անվանում [43, էջ 111]:

Էմոտիվ տիպի և ինքնագնահատականի միջև բացասական կապ է բացահայտվել, որն արտահայտվել է $P \leq 0,05$ հավաստիությամբ ($r = -0,281$): Սա բացատրվում է նրանց խորը հուզականությամբ, որը երբեմն նրանց հասցնում է հոգեկան ծանր վիճակի: Նրանք խիստ զգայուն են, տպավորվող և, ունենալով թույլ և անհավասարակշռված նյարդային համակարգ, աչքի են ընկնում ոչ

օբյեկտիվ, նկատելիորեն ցածր ինքնագնահատականով: Էմոտիվին հակացուցված է կոպիտ մարդկանց շրջապատում լինելը [43]:

Բնավորության շեշտվածության էմոտիվ տիպի և անձնային կառույցների, հարկույթ ունեւորի համահարաբերակցային կապեր



n=50

$P \leq 0,05$ հավաստիություն (r=-0,273) բացասական կապ է բացահայտվել էմոտիվ տիպի և ինքնակառավարման հակադրությունների վերլուծության բաղադրամասի միջև, ինչը կարելի է բացատրել այս տիպին բնորոշ ներոտիզմի բարձր արտահայտվածությունը և կամքի թուլությունը:

Կոնֆլիկտային իրավիճակներում նրանք հիմնականում փոխզիջում են դրսևորում: Կոնֆլիկտի լուծման մյուս ձևերը ցածր են արտահայտված, ինչը բացատրվում է նրանց ցածր ինքնագնահատականով և թույլ նյարդային համակարգով:

Բնավորության շեշտվածության էմոտիվ տիպին բնորոշ են մի շարք անձնային կառույցներ և հատկություններ՝ էքստրավերսիան, ապրումակցումը, հուզականությունը, կամքի թուլությունը, ինքնագնահատականի ցածր մակարդակը և ներոտիզմը: Այս տիպի մոտ ցածր է արտահայտված ինքնակառավարման հակադրությունների վերլուծության բաղադրամասը:

Այսպիսով, էմոտիվ տիպի հիմքում ընկած են հուզականությունը և ներոտիզմի բարձր արտահայտվածությունը: Բնավորության շեշտվածության խցանվող (լռվող) տիպը ներառված է Կ. Լեոնհարդի դասակարգման մեջ և Լիչկոյի դասակարգման մեջ իր համապատասխան տիպը չունի: Այս տիպը կազմում է ընդհանուր հետազոտվողների 16,2%-ը, համահարաբերակցային կապերի մեջ է անձնային որոշ հատկությունների հետ: $P \leq 0,05$ հավաստիություն (r=0,550) դրական կապ է բացահայտվել խցանվող տիպի և անձնային հատկություններից եսասիրության միջև: Սա բացատրվում է նրանով, որ այս տիպի մոտ հույզերի խցանումը հիմնականում ավելի վառ է դրսևորվում այն ժամանակ, երբ նրան անձնային հետաքրքրություններին, ինքնասիրությանը, հպարտությանն են դիպչում: Խցանվող տիպն անձնային վիրավորանքները, որպես կանոն, երբեք չի մոռանում, ուստի նրանց հաճախ բնութագրում են որպես հիշաչար կամ ոխակալ անձնավորություններ: Խցանվող անձանց բնութագրական է նաև կասկածամտությունը, որն առաջանում է ոչ թե որոշակի արտաքին իրավիճակներից, այլ մխրճված է հենց անձնավորության հոգեկանում [43]: Այդ մասին է վկայում բնավորության շեշտվածության խցանվող տիպի և

կապակածամտության միջև բացահայտված $P \leq 0,01$ հավաստիության դրական կապը ($r=0,661$):

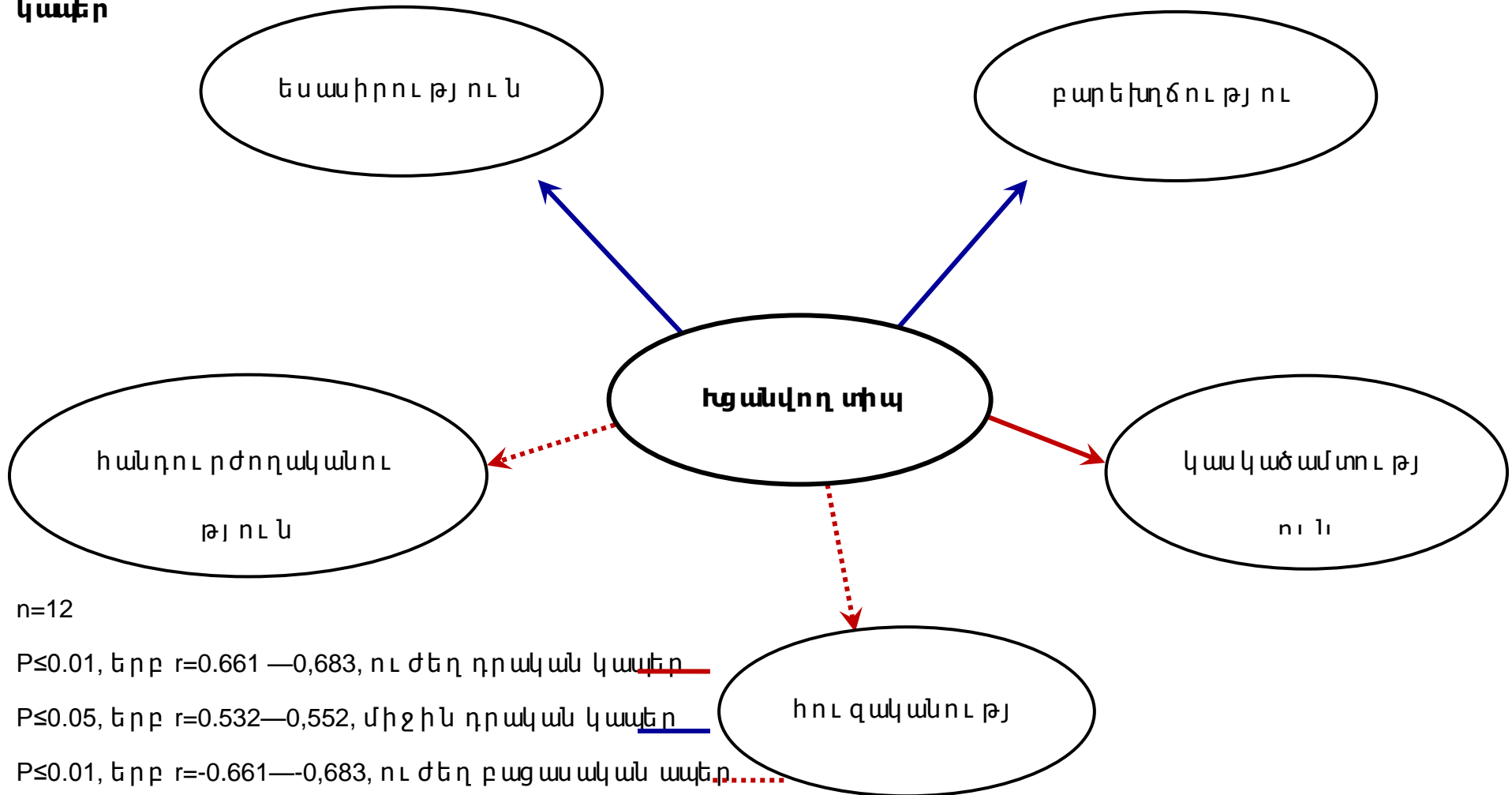
$P \leq 0,05$ հավաստիության ($r=0,533$) դրական կապ է բացահայտվել խցանվող տիպի և բարեխղճության միջև, որը կապված է աշխատանքային գործունեության հետ: Սա բացատրվում է այս տիպի ուժեղ կողմերով. Դրված նպատակին հասնելիս մեծ համառության են ցուցաբերում, պարտաճանաչ են, ամեն ինչ խորությամբ և հիմնովի են կատարում, համբերատար են, մանրուքների նկատմամբ ուշադիր [6, էջ 18, 48]:

խցանվող տիպը ինքնակառավարման ոլորտում նկատելի դժվարություններ ունի, որոնք բխում են նրա հուզական ոլորտի խնդիրներից: Այդ մասին են վկայում ինքնակառավարման որոշ բաղադրամասերի հետ ունեցած նրա համահարաբերակցային կապերը: $P \leq 0,05$ հավաստիության ($r=0,541$) դրական կապ է բացահայտվել խցանվող տիպի և որակի գնահատման միջև: Սա բացատրվում է խցանվող տիպի հիմքում ընկած հույզերի ախտաբանական կայունության և՛ դրական, և՛ բացասական իմաստով: Նրանց մոտ հույզերի ազդեցությունը դադարում է շատ դանդաղ և նույնիսկ, երբ մտքով անդրադառնում են կատարվածին, ապա միանգամից հույզերը կենդանանում են: Այդ անձանց մոտ հույզերը շատ երկար են պահպանվում և նպաստում են իրական և ոչ իրական որոշումների ընդունմանը: Վերջինիս վառ ասպնոյցն է խցանվող տիպի և որոշման ընդունման միջև բացահայտված $P \leq 0,05$ հավաստիության դրական կապը ($r=0,532$):

խցանվող տիպի և հուզականության միջև բացահայտվել է $P \leq 0,01$ հավաստիության բացասական կապ ($r=-0,680$): Սա կրկին բացատրվում է նրա հույզերի ախտաբանական կայունությամբ, որի արդյունքում գիտակցությունը նեղանում է հատկապես արոբլեմային (խնդրահարույց) իրավիճակների ժամանակ նաբուն հուզական հակազդում է դրսևորում: Այս ամենն իր հերթին իջեցնում է ադապտիվությունը, որն առավել ցայտուն է հաղորդակցման ժամանակ: Այդ մասին է վկայում բնավորության շեշտվածության խցանվող տիպի և հանդուրժողականության միջև բացահայտված $P \leq 0,01$ հավաստիության ($r=-0,667$) բացասական կապը:

Որքան ցցուն է արտահայտված բնավորության շեշտվածության
այս տիպը, այնքան հանդուրժողականությամբ ունի ցածր է:

Բնավորության 2 ե2 տվածության խցնավող սիսի և անձնային հատկությունների համահարաբերակցային կապեր



Կատարված վերլուծությունն ից պարզ է դառնում, որ բնավորության շեշտվածության խցանվող տիպին բնորոշ են եսասիրությանը, անհանդուրժողականությանը, կասկածամտությանը և հույզերի պատասանակայությանը: Այս տիպի մոտ ինքնակառավարման բաղադրամասերից քիչ արտահայտված են որակի գնահատումն ու որոշման ընդունումը:

Այսպիսով, խցանվող տիպի հիմքում ընկած են անհանդուրժողականությանը, կասկածամտությանը և հույզերի պաթոլոգիկ կայությանը:

Բնավորության շեշտվածության պեդանտ տիպը, որը կազմում է հետազոտվողների 24,3%-ը, համահարաբերակցություններ ունի անձնային մի շարք հատկությունների՝ կասկածամտության, ընկերասիրության, մարդասիրության, ներոտիզմի հետ: $P \leq 0,01$ հավաստիության ($r=0,571$) դրական կապ է բացահայտվել պեդանտ տիպի և կասկածամտության միջև: Սա բացատրվում է նրա գերկարգապահությամբ, աշխատանքի նկատմամբ ծայրահեղ բարեխղճությամբ, որի արմատները թաքնված են շատ բարձր արտահայտված պատասխանատվության զգացման մեջ: Նրա կասկածամտությանը նկատելի է հատկապես պատասխանատու աշխատանք կատարելիս: Մինչև աշխատանքը սկսելը նրանք ցանկանում են կրկին և կրկին անգամ համոզվել, որ ավելի լավ լուծում հնարավոր չէր գտնել, որ ավելի հաջողակ տարբերակ գոյություն չունի: Պեդանտին չի հաջողվում իր միջից դուրս բերել ներսում բույն դրած կասկածը, որը արգելակում է նրա գործողությունները, իջեցնում գործունեության արդյունավետությունը: Պեդանտի կասկածամտությանը տարբերվում է խցանվողի կասկածամտությունից. Նա ոչ թե կասկածում է մարդկանց, այլ գործունեության կատարելությանը [18, էջ 70]: Նա հիստերոիդ տիպի հետ կարծես հակառակ բնեռում է լինի. Յիստերոիդի անմտածվածությանը հակադրվում է պեդանտի անվճռականությանը: $P \leq 0,05$ հավաստիության դրական կապ է բացահայտվել պեդանտ տիպի և ընկերասիրության ($r=0,450$), պեդանտ տիպի և մարդասիրության ($r=0,448$) միջև: Սա բացատրվում է նրա վստահելի անձնավորություն և բարեխիղճ ու պատասխանատու աշխատակից լինելով: Պեդանտը պրոսոցիալ անձնավորություն է: $P \leq 0,05$ հավաստիության ($r=0,451$) դրական կապ է բացահայտվել պեդանտի և ներոտիզմի միջև, որը բացատրվում է նրա կաշնությանամբ, կասկածամտությամբ և տագնապայնությամբ, որը

նույն իսկ փոքր հասակում է արտահայտվում, երբ բնավորության պեդանտոզներն այդքան էլ պարզորոշ չեն երևում [43]:

$P \leq 0,05$ հավաստիության դրական կապեր են բացահայտվել պեդանտ տիպի և ինքնակառավարման բաղադրամասերից պլանավորման ($r=0,451$) և որակի գնահատման ($r=0,443$) միջև: Այս տիպի և պլանավորման միջև դրսևորված կապը բացատրվում է նրան բնորոշ կասկածամտությանը, իսկ պեդանտի և որակի գնահատման կապը՝ նրա գերկարգապահությանը, աշխատանքի նկատմամբ ծայրահեղ բարեխղճությանը:

$P \leq 0,05$ հավաստիության ($r=-0,443$) բացասական կապ է բացահայտվել պեդանտ տիպի և ինքնագնահատականի միջև: Այս տիպին բնորոշ ցածր ինքնագնահատականը բացատրվում է նրան անձնային հատկություններով՝ վախվորածություն, կասկածամտություն, կաշունություն, հակվածություն, որը դիտարկվում է որպես անկախ իր կամքից մարդուն կաշող բազմաբնույթ ձգողական մտքերի, գործողությունների, ապրումների, ցանկությունների և վախերի ամբողջություն (գերմանացի հոգեբույժ Կառլա Վեստֆալյա, 1877թ.) [18, էջ 68]: Ինչքան ցցուն է արտահայտված պեդանտ տիպը, այնքան նրա ինքնագնահատականը ցածր է:

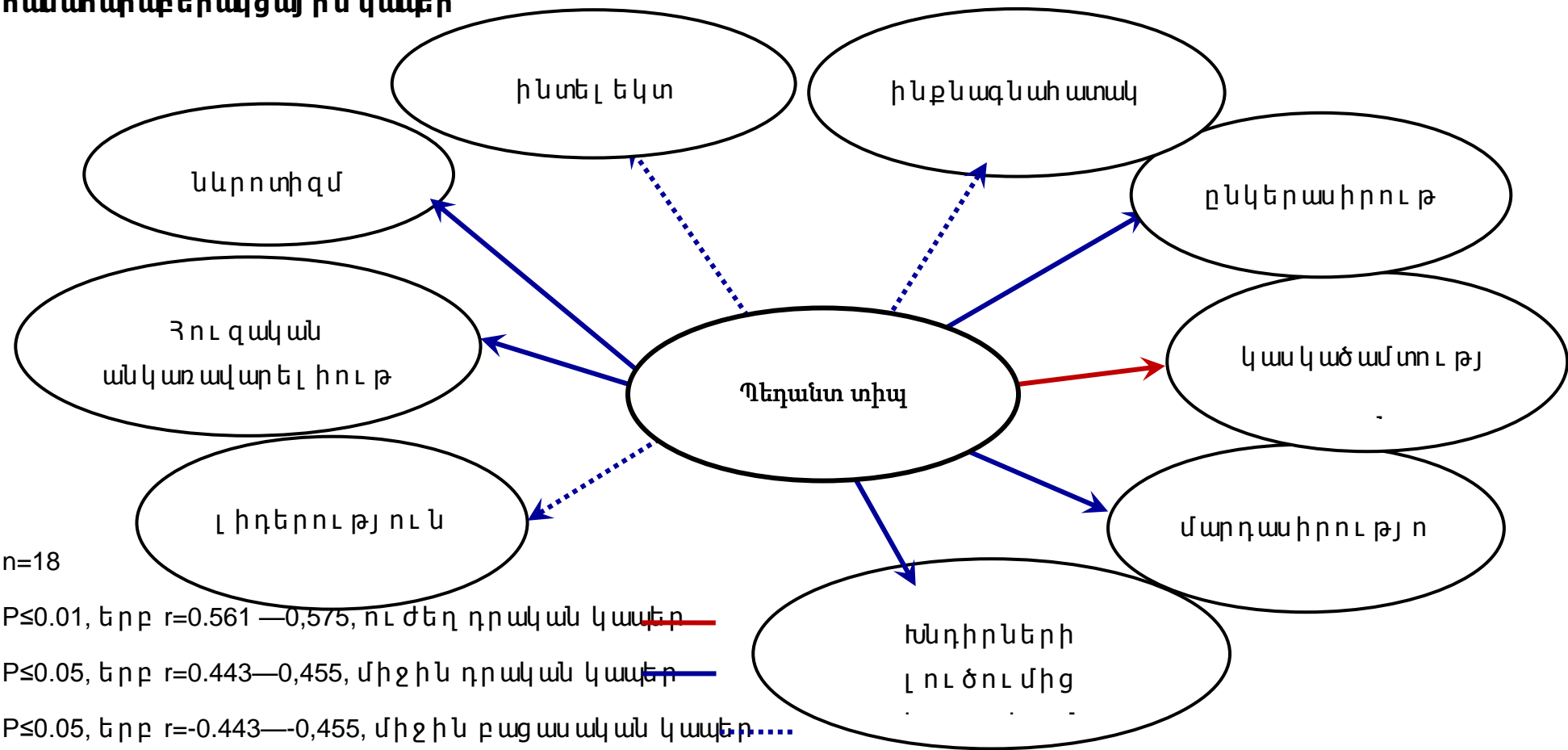
Պեդանտ տիպն աչքի է ընկնում հուզական ոլորտի դժվարություններով: $P \leq 0,01$ հավաստիության ($r=0,571$) դրական կապ է բացահայտվել պեդանտի և հուզականության միջև: Հուզական ապրումները հատկապես արտահայտվում են հաղորդակցման և ինտելեկտուալ խնդիրների ժամանակ: Վերջինս բացատրվում է $P \leq 0,05$ հավաստիության ($r=-0,449$) բացասական կապի առկայությամբ, որը բացահայտվել է պեդանտ տիպի և ինտելեկտի միջև: Պեդանտը նախաձեռնող է, այլ կատարող է և ինտելեկտուալ գործընթացները երկրորդական պլանում են հայտնվում:

Հուզական ոլորտի դժվարություններն իր հերթին հանգեցնում են ադապտիվության իջեցման: Տարբեր բնույթի համահարաբերակցություններ են բացահայտվել պեդանտի և ադապտիվության միջարք բաղադրամասերի միջև:

$P \leq 0,05$ հավաստիության ($r=0,448$) դրական կապ կա պեդանտ տիպի և հուզական անկառավարելիության միջև, ինչը պայմանավորված է պեդանտի խիստ բարձր արտահայտված հուզականությամբ և անձնային հատկություններից կասկածամտությանը և հիմնային տագնապայնությամբ: $P \leq 0,05$ հավաստիության ($r=0,453$) դրական կապ է գրանցվել պեդանտ տիպի և խնդիրների լուծումից խուսափման

միջև: Սա բացատրվում է կոնֆլիկտային իրավիճակներում կոնֆլիկտի լուծման փոխզիջում (59,6%) և խուսափում (34,4%) տարատեսակների նախընտրությունը:

Բնավորության 2x2 տվածության աֆդանտոսիա և անձնային կառույցների, հարկության ունենրի համահարաբերակցային կապեր



$P \leq 0,05$ հավաստիություն (r=-0,449) բացասական կապ է բացահայտվել պեդանտի և լիդերություն միջև, որը պայմանավորված է պեդանտ տիպի անձնային հետևյալ հատկություններով՝ ընկերասիրություն, մարդասիրություն:

Պեդանտ տիպին բնութագրական են ինտելեկտի և ինքնագնահատականի ցածր մակարդակը, ընկերասիրությունը, մարդասիրությունը, խնդիրների լուծումից խուսափումը, հուզական անկառավարելիությունը, կասկածամտությունը և ներոտիզմը: Այս տիպի մոտ ինքնակառավարման բաղադրամասերից քիչ արտահայտված է պլանավորումը և որակի գնահատումը:

Այսպիսով, բնավորության շեշտվածության պեդանտ տիպի հիմքում ընկած է կասկածամտությունը: Բնավորության շեշտվածության տագնապային (վախվորած) տիպը, որն առաջադրել է Լեոնհարդը 1976 թ.-ին համապատասխանում է Լիչկոյի դասակարգման սիենզիտիվ (գերզգայուն) տիպին (լատիներեն sensitivus - զգայունակություն): Այս տիպը, որը կազմում է ընդհանուր հետազոտվողների 23%-ը, առաջին հերթին աչքի է ընկնում հուզական ոլորտի խնդիրներով, որոնց վառ ապացույցն են այդ տիպի և հուզականության միջև բացահայտված $P \leq 0,01$ հավաստիության համահարաբերակցային կապը (r=0,580), ինչպես նաև տագնապային տիպի և ներոտիզմի միջև բացահայտված $P \leq 0,01$ հավաստիության կապը (r=0,583), որն արտահայտվում է տագնապային տիպի վարքագծում և պայմանավորված է նրա հուզական ոլորտի առանձնահատկություններով: Բնավորության շեշտվածության տագնապային տիպի անձի համար նկատելի ապրումների աղբյուրներ են հանդիսանում այն, ինչ կապված է նաև պատասխանատվության հետ՝ ամեն տեսակ ստուգումներ, ստուգողականներ, քննություններ և այլն: Չաճախն անքամաչում են պատասխանել լսարանի առաջ՝ վախենալով սխալվելուց, ծիծաղ առաջացնելուց կամ հակառակը՝ պատասխանում են ավելի քիչ, քան իրականում գիտեն, չնայած, սովորաբար, ջանասիրաբար են սովորում: Նրանք դժվարությամբ են յուրացնում նյութը, հաղթահարում խնդրահարույց իրավիճակները, քանի որ անընդհատ վատ իրադարձության կամ վտանգի ակնկալիք ունեն [45, էջ 64-65]: Այս ամենի արդյունքում գիտակցությունը նեղանում է և նրանք իտելեկտուալ ոլորտում ունենում են նկատելի դժվարություններ, որոնք ուղեկցվում են հուզական ապրումներով: $P \leq 0,01$ հավաստիության (r=-0,581) բացասական կապ է բացահայտվել տագնապային տիպի և ինտելեկտի միջև: Սա նշանակում է, որ որքան տագնապային տիպի մոտ ցածր է ինտելեկտը, այնքան բնավորության շեշտվածության այս տիպը սուր է արտահայտված: Սա հստակորեն արտացոլված է նրա վարքագծում. Չուզական ոլորտը գերիշխում է ճանաչողական

ոլորտին. Հոլզականությունը հատկապես վառ է դրսևորվում հաղորդակցման ժամանակ: Սա բացատրվում է նրանց մոտ դեռևս փոքր հասակից դրսևորվող հաղորդակցման դժվարություններով. Նրանք մշտապես խուսափում են մեծ երեխաների խմբերում հայտնվելուց, նոր իրավիճակներում օտարների շրջանում ամաչկոտություն են դրսևորում և ընդհանրապես հակված չեն շփվել անծանոթների հետ: Սա հաճախ շրջապատից խուսափելու, ամաչկոտության և շիզոֆրենիան հատուկ աուտիստիկ հակվածության տպավորություն է թողնում: Սակայն այդ երեխաներն իրենց նեղ շրջապատում բավականին շփվող են: Նրանք նախընտրում են ունենալ մեկ հարազատ ընկեր, քան մեծ խմբերում լինել, ընկերության մեջ շատ կապված են: Նրանցից շատերը նախընտրում են մեծահասակ ընկերներ ունենալ: Սովորական խումբը վախեցնում է նրանց իր աղմուկով, կոպտությամբ, խառնաշփոթով [45, էջ 65]:

$P \leq 0,05$ հավաստիության ($r = -0,466$) բացասական կապ է բացահայտվել տագնապային տիպի և ինքնագնահատականի միջև: Սա բացատրվում է դեռահասության տարիքում նրանց մոտ ձևավորված և արմատացած զգայական տիպի երկու շտկարևոր գծերով, ինչպես նշում է Պ. Բ. Գանուշկինը (1933թ.) \square ծայրահեղ տպավորողականություն \square և \square սեփական թերարժեքության զգացողության կտրուկ դրսևորում \square [45, էջ 64]:

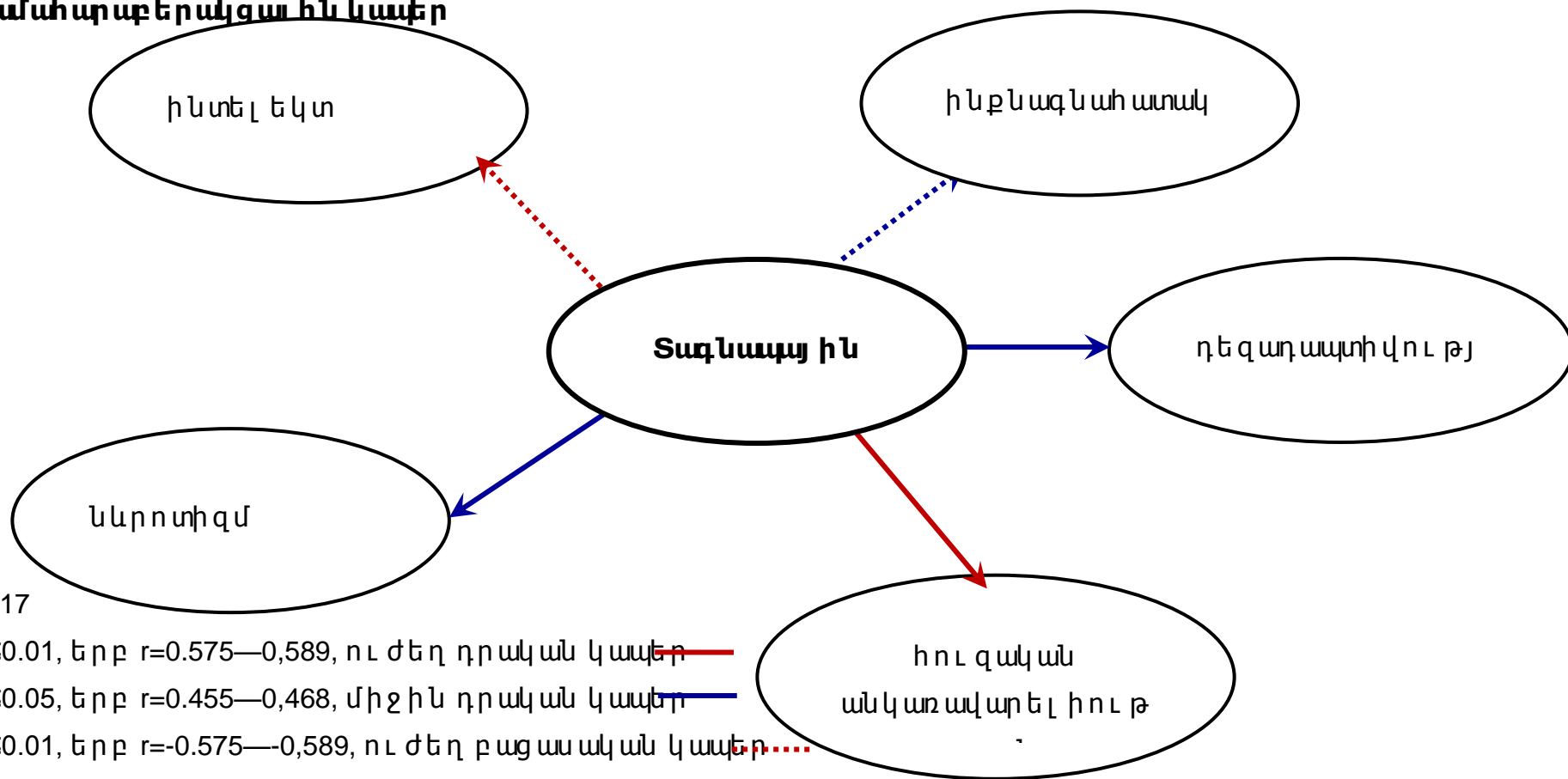
Հոլզական, հաղորդակցման ոլորտի դժվարությունները, ինչպես նաև ցածր ինքնագնահատականի առկայությունը հանգեցնում է ադապտիվության իջեցման, որի վառ ապացույցն է տագնապային տիպի և դեզադապտիվության միջև բացահայտված $P \leq 0,05$ հավաստիության դրական կապը ($r = 0,455$): Համահարաբերակցային կապ է դրսևորվել նաև տագնապային տիպի և ադապտիվության բաղադրամասերից հոլզական անկառավարելիության միջև, որը դրսևորվում է $P \leq 0,01$ հավաստիությամբ ($r = 0,575$): Սա նույնպես բացատրվում է հոլզական ոլորտի խնդիրներով:

$P \leq 0,05$ հավաստիության ($r = 0,455$) դրական կապ է բացահայտվել տագնապային տիպի և ինքնակառավարման բաղադրամասերից պլանավորման միջև, որը բացատրվում է տագնապային տիպի վտանգի և տագնապի մշտական ակնկալիքով, որի արդյունքում նաանընդհատ իր հաջորդական քայլերն ու անելիքները պլանավորում է:

Բնավորության շեշտվածության տագնապային տիպի հոլզական և հաղորդակցման ոլորտների վերոհիշյալ դժվարություններն իրենց արտացոլումն են գտնում նրա վարքագծում և հատկապես արտացոլվում են կոնֆլիկտային իրավիճակներում նրա նախընտրած կոնֆլիկտի լուծման հետևյալ տարատեսակներով. փոխզիջում – 77,8%, խուսափում – 33,3%,

համագործակցում – 11,1%, հարմարում – 11,1%, մրցակցութուն – 11,1%:

Բնավորության 2x2 տվածության տագնապային տիպի և անձնային կառույցների, հանկուժայնության համահարաբերակցանկապ:



n=17

$P \leq 0.01$, երբ $r = 0.575 - 0.589$, ուժեղ դրական կապեր —

$P \leq 0.05$, երբ $r = 0.455 - 0.468$, միջին դրական կապեր —

$P \leq 0.01$, երբ $r = -0.575 - 0.589$, ուժեղ բացասական կապեր.....

$P \leq 0.05$, երբ $r = -0.455 - 0.468$, միջին բացասական կապեր.....

Կատարված վերլուծությունն ից պարզ է դառնում, որ բնավորության շեշտվածության տազնապային տիպին բնութագրական են ինտելեկտի և ինքնագնահատականի ցածր մակարդակը, ներոտիզմը, հուզական անկառավարելիությունը և դեզադապտիվությունը: Այս տիպի մոտ ինքնակառավարման բաղադրամասերից պլանավորման թույլ արտահայտվածությունը պայմանավորված է նրա տազնապայնությամբ, վտանգի մշտական ակնկալիքով և այն հաղթահարելու ուղիների պլանավորման անհրաժեշտությամբ:

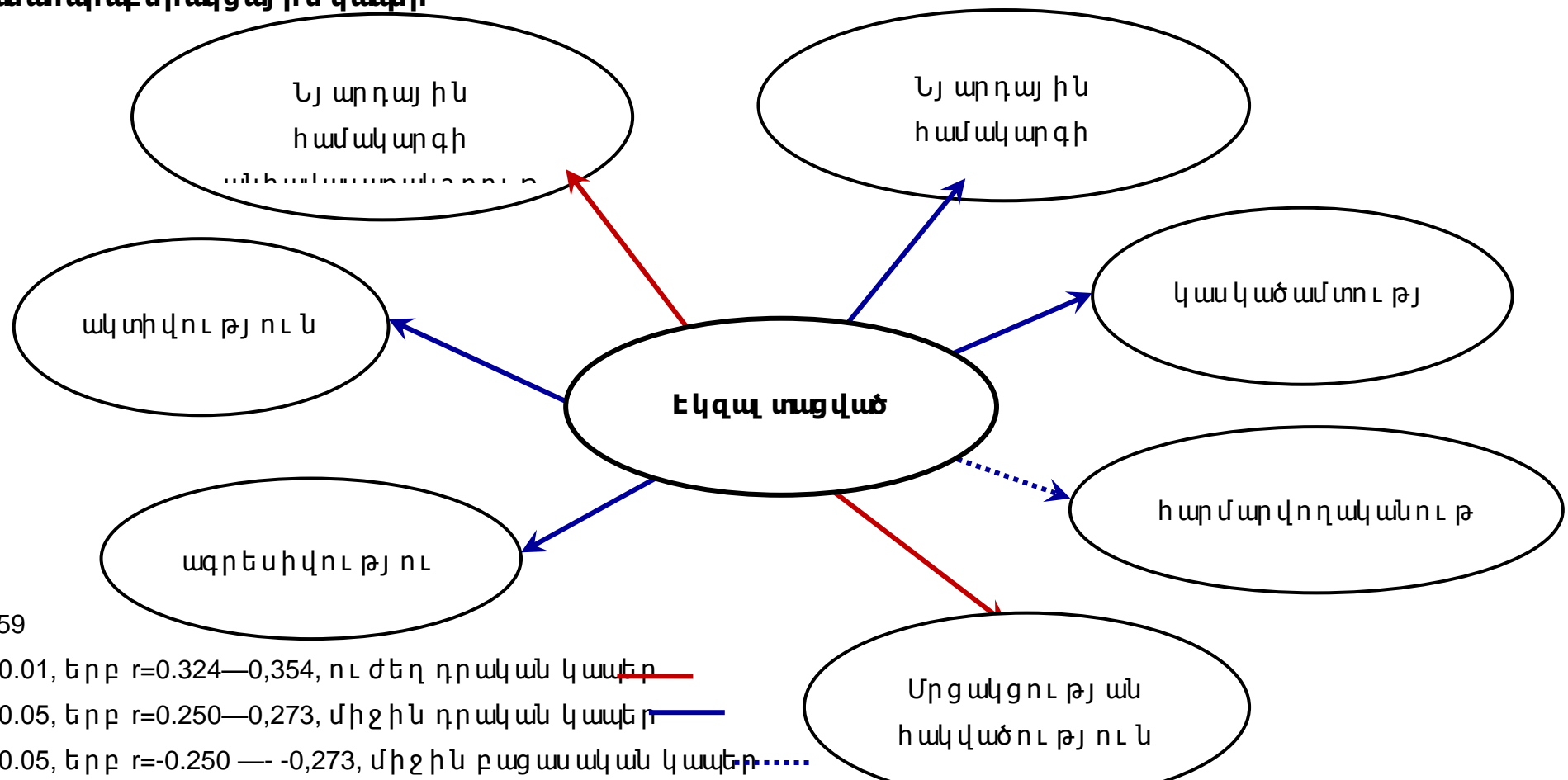
Այսպիսով, բնավորության շեշտվածության տազնապային տիպի հիմքում ընկած են ինտելեկտի խիստ ցածր մակարդակը և հուզական անկառավարելիությունը:

Բնավորության շեշտվածության էկզալտացված տիպը կազմում է ընդհանուր հետազոտվողների 79,7%-ը: Տվյալ տարիքում այսպիսի համատարած էկզալտացվածությունն ամենայն հավանականությամբ պետք է բացատրվի վարքի և ինքնակառավարման տարիքային առանձնահատկություններով:

Այս տիպը ներառված է Լեոնհարդի դասակարգման մեջ և համապատասխանում է Լիչկոյի առաջադրած լաբիլ տիպին: Նաև Լաբիլ տիպին է համապատասխանեցնում նաև Էմոտիվ տիպը: Իրականում աֆեկտիվ-էկզալտացված և Էմոտիվ տիպերը միմյանց նման են, բայց ոչ նույնական:

Էկզալտացված տիպի նյարդային համակարգը շարժուն է և անհավասարակշիռ. $P \leq 0,01$ հավաստիության բացասական կապ է բացահայտվել էկզալտացված տիպի և նյարդային համակարգի հավասարակշռության ($r = -0,351$) միջև, իսկ էկզալտացված տիպի և նյարդային համակարգի շարժունության միջև այդ կապն արտահայտվել է $P \leq 0,05$ հավաստիությամբ ($r = 0,264$): Նյարդային համակարգի շարժունությունը և անհավասարակշռությունը հանգեցնում են հուզական ոլորտի շարժունության և անհավասարակշռության. Այս տիպը հեշտությամբ ոգևորվում է ուրախ իրադարձություններից, հուսահատվում է տխուր իրադարձություններից. և՛ դրական, և՛ բացասական հույզերը չափազանցված են, տրամադրությունը՝ փոփոխական: Նրանց մոտ կրթոցն ծոթ ունից դեպի մահացու տառապանք մի քայլ է [43, էջ 106]: Նյարդային համակարգի վերոհիշյալ հատկությունները համապատասխանում են խոլերիկին: Կարելի է ենթադրել, որ տվյալ տիպի զարգացման համար նպաստավոր արտաքին պայմանների դեպքում խոլերիկ խառնվածքային տիպի դեռահասների մոտկարող է ձևավորվել բնավորության շեշտվածության էկզալտացված տիպ:

Բնալորության շեշտվածության էկզպոսիցված տիպի և անհատական, անձնային հատկությունների համահարաբերակցային կապեր



n=59

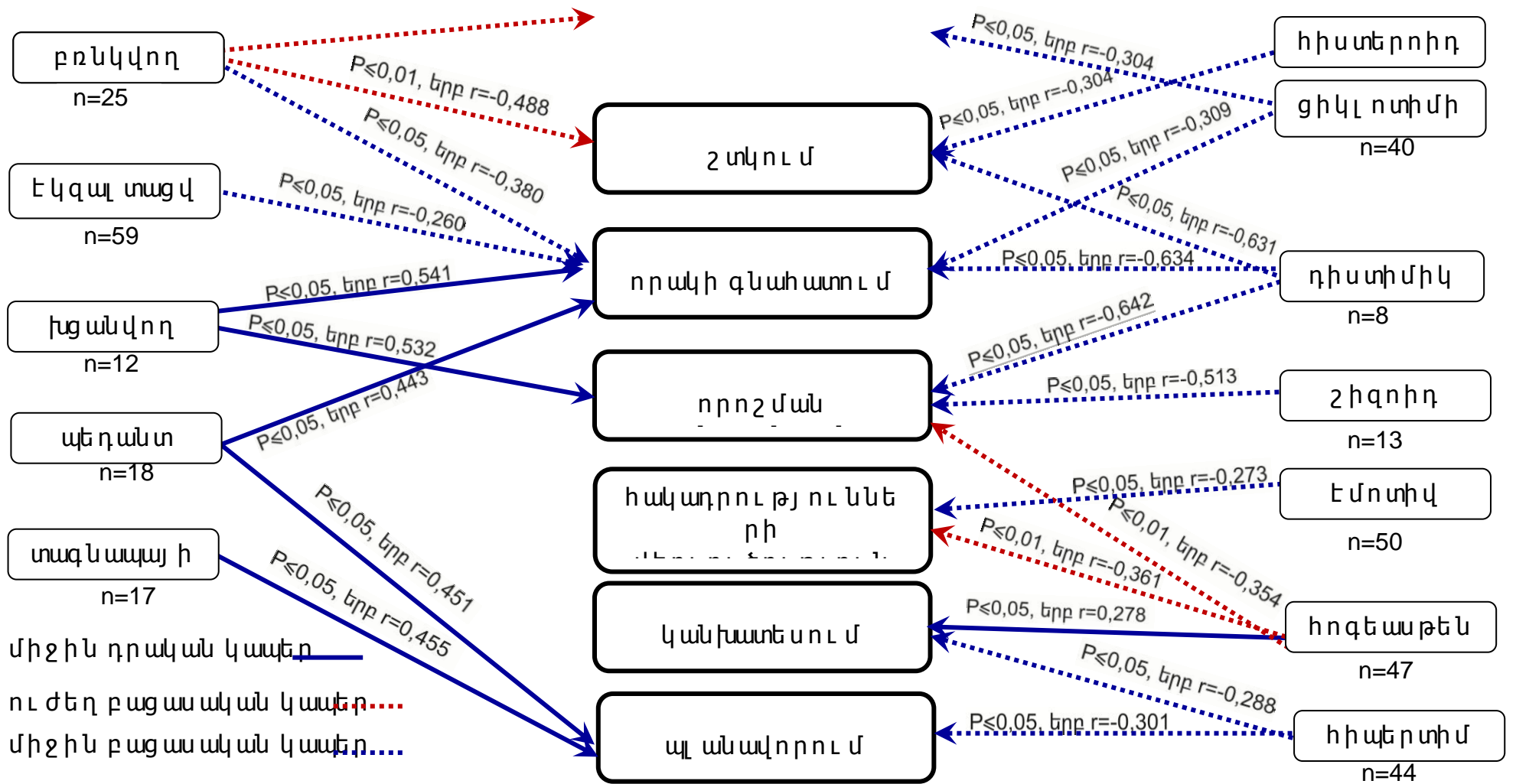
Գծապատկեր 13- Բնալորության շեշտվածության տիպի և ինքնապատկերման բաղադրամասերի համահարաբերակցային կապեր

$P \leq 0,01$, երբ $r = -0,486$

ինքնավերահսկում

$P \leq 0,05$, երբ $r = -0,310$

n=39



$P \leq 0,05$ հավաստիությունը անդրակական կապ է բացահայտվել էկզալ տացված տիպի և ակտիվությունը ան ($r=0,271$) միջև, ինչը կարելի է բացատրել նրանց արդյալ ին համակարգի շարժունությունը ամբ:

Բնավորությունը շեշտվածությունը այս տիպը կապված է ագրեսիվությունը և կասկածամտությունը հետ. $P \leq 0,05$ հավաստիությունը անդրակական կապ է բացահայտվել էկզալ տացված տիպի և ագրեսիվությունը ան ($r=0,271$), էկզալ տացված տիպի և կասկածամտությունը ան ($r=0,272$) միջև: Սա բացատրվում է նրանով, որ էկզալ տացիան, որը թարգմանաբար նշանակում է մեծարում, գովաբանում, վեհացում, կապված է նաև կոպիտ, ցասախրական մոլորմաների հետ [43, էջ 106]: Այս տիպի կասկածամտությունը կապվում է իրեն գովաբանելու-չ գովաբանելու պատճառների որոնման հետ:

Էկզալ տացված տիպի հուզական ոլորտի անկայունությունը հանգեցնում է ինքնակառավարման ոլորտի դժվարություններին: Այն հատկապես արտահայտվում է ինքնակառավարման բաղադրամասերից որակի գնահատման դեպքում, որը դրսևորվում է $P \leq 0,05$ հավաստիությամբ ($r=-0,260$): Սա կարելի է բացատրել նրանով, որ ունենալով շարժուն, սակայն անհավասարակշիռ նյարդային համակարգ, ակտիվ գործունեություն մեջ նրա ակտիվությունը վերափոխվում է հապճեպության:

Անձնային հատկություններով է պայմանավորված էկզալ տացված տիպի կոնֆլիկտային իրավիճակներում կոնֆլիկտի լուծման ուղիների նախընտրությունը. $P \leq 0,01$ հավաստիությունը ան ($r=0,354$) դրակական կապ է բացահայտվել էկզալ տացված տիպի և մրցակցությունը հակվածությունը միջև, իսկ էկզալ տացված տիպի և հարմարման միջև այդ կապը բացասական է ($P \leq 0,05$, երբ $r=-0,269$):

Բնավորությունը շեշտվածությունը էկզալ տացված տիպին բնորոշ են հետևյալ անհատական և անձնային հատկությունները՝ անհավասարակշիռ և շարժուն նյարդային համակարգը, ակտիվությունը, ագրեսիվությունը, կասկածամտությունը, մրցակցությունը հակվածությունը և անհարմարվողականությունը: Այս տիպի մոտ ինքնակառավարման բաղադրամասերից ցածր է արտահայտված որակի գնահատումը:

Այսպիսով, էկզալ տացված տիպի հիմքում ընկած են նյարդային համակարգի անհավասարակշիռությունը և մրցակցությունը հակվածությունը:

Մեր հետազոտության ընթացքում պարզվել է, որ բնավորության շեշտվածության տիպերի մոտառկա են բազմաախսի նմանություններ և տարբերություններ:

Բռնկվող տիպի և բնավորության շեշտվածության հիպերտիմ, ցիկլոտիմիկ, տագնապային, Էկզալտցված տիպերի միջև որոշակի նմանություններ են գրանցվել:

Բռնկվող և հիպերտիմ տիպերի մոտառկա են նյարդային համակարգի միևնույն հատկությունները (նյարդային համակարգի ուժի, շարժունության, ակտիվության նույն դրսևորումները): Երկու տիպերն էլ էքստրավերտեն և ունեն ադապտիվության ցածր մակարդակ: Այս տվյալները համընկնում են Ա. Ռեանի ստացած արդյունքներին: Ռեանը [70, էջ 53] նշում է, որ այդ դեպքում միևնույն անձի մոտվերը նշված բնավորության շեշտվածության երկու տիպերի գուգակցման հավանականությունը մեծանում է: Ստացվում են նոր բարդ տիպեր:

Բռնկվող և ցիկլոտիմիկ տիպերի միջև ևս որոշակի նմանություն է արձանագրվել: Սա բացատրվում է երկու տիպերին բնորոշ նյարդային համակարգի հետևյալ առանձնահատկությամբ. այս տիպերը բացասական համահարաբերակցային կապի մեջ են նյարդային համակարգի հավասարակշռության հետ: Բացասական են նաև ադապտիվության հետ կապերը: Երկուսն էլ հարմարման խիստ արտահայտված դժվարություններ ունեն, ինչը բացատրվում է նրանց անհավասարակշիռ նյարդային համակարգով:

Բնավորության շեշտվածության բռնկվող և տագնապային տիպերի միջև ևս նմանություն է գրանցվել: Սա բացատրվում է երկու տիպերի մոտառկա հոլզական ոլորտի դժվարություններով, որը հատկապես արտահայտվում է հաղորդակցման ոլորտում: Եվ՝ բռնկվող, և՛ տագնապային տիպերին բնորոշ են հոլզական անկառավարելիությունն ու դեզադապտիվությունը:

Որոշակի նմանություն ենք բացահայտել նաև բնավորության շեշտվածության բռնկվող և Էկզալտցված տիպերի միջև: Սա բացատրվում է նույնիսկ աննշան գրգռիչի դեպքում նրանց բնորոշ բուռն հոլզական հակադրմամբ, ինչպես նաև՝ նյարդային

համակարգի նույն առանձնահատկություններով: Եվ՝ բռնկվող, և՛ Էկզալ տացված տիպերը համահարաբերակցային դրական կապի մեջ են գտնվում նյարդային համակարգի անհավասարակշռության և շարժունության, ինչպես նաև դեզադապտիվության հետ: Այս երկու տիպերին էլ բնորոշ են ինքնակառավարման դժվարություններ:

Մենք դիտարկել ենք հոգեաաթենիկի և բնավորության շեշտվածության մյուս տիպերի (դիստիմիկ, էմոտիվ, պեդանտ և հիպերտիմ) միջև դրսևորվող նմանությունները: Բնավորության շեշտվածության հոգեաաթենիկ և դիստիմիկ տիպերի միջև դրսևորվող նմանությունները բացատրվում է նրանց ներսում առկա հատկությունների նմանությամբ: Այս երկու տիպերն էլ ինտրովերտ են, ունեն շփվողականության և ադապտիվության ցածր մակարդակ, աչքի են ընկնում հարմարվողականության հետևյալ առանձնահատկություններով՝ խնդիրների լուծումից խուսափում և հուզական անկառավարելիություն:

Որոշակի նմանություն ենք արձանագրել հոգեաաթենիկ և էմոտիվ տիպերի միջև: Այս երկու տիպերին էլ բնորոշ են նույն կենսաբանական հիմքը՝ թույլ նյարդային համակարգ և բարձր արտահայտված ներոտիզմ: Նրանք ձևավորվում են մեկ անխուլիկ խառնվածքային հիմքի վրա, եթե առկա են բնավորության շեշտվածության տվյալ տիպերին համապատասխան արտաքին նպաստավոր պայմաններ:

Հոգեաաթենիկ և պեդանտ տիպերի միջև ևս որոշակի նմանություն է դրսևորվել: Այս երկու տիպերն էլ ունեն թույլ նյարդային համակարգ, բարձր արտահայտված ներոտիզմ և ձևավորվում են մեկ անխուլիկ խառնվածքային հիմքի վրա, եթե առկա են արտաքին նպաստավոր պայմաններ: Այս տիպերին բնորոշ են շփվողականության, ադապտիվության ցածր մակարդակ: Նրանց բնութագրական են խնդիրների լուծումից խուսափումն ու հուզական անկառավարելիությունը: Այս երկու տիպերն աչքի են ընկնում նմանատիպ անձնային հատկություններով՝ մարդասիրություն, ընկերասիրություն և այլն: Նրանց միավորում են նեղացկոտությունը, բարեխղճությունը, մտերիմներին կապվածությունը, իներտությունը, դատողունակությունը և ծայրահեղ տագնապայնությունը: Նրանք

հակված են կարգու կանոնի, կոկիկոթյան, կասակածամտության [18, էջ 70]:

Ճիշտ է հոգեաթենիկ և պեղանտ տիպերը Լեոնհարդի և Լիչկոյի դասակարգումներում նույնականացվում են, սակայն նրանց էական տարբերություններ են բնութագրական: Պեղանտի կասակածամտությունն ու անհանգստությունն ուղղված է աշխատանքի հնարավոր թերությունների վերացմանը, քանի որ նրանք աչքի են ընկնում խիստ արտահայտված պատասխանատվությամբ և աշխատանքի նկատմամբ ունեն բարեխիղճ վերաբերմունք, վստահելի աշխատակից են, աշխատում են կոկիկ և հետևողական [43, էջ 54]: Հոգեաթենիկը պեղանտից հիմնականում տարբերվում է նրանով, որ հոգեաթենիկի վախերն ու անհանգստություններն ամբողջովին ուղղված են իր կամ իր հարազատների ապագային, ում հետ նրանք ունեն ամուր, երբեմն ավտաբանական կապվածություն: Ապագայի նկատմամբ մշտական անհանգստության հոգեբանական պաշտպանություն է դառնում շարունակական ծեսերն ու նշանները:

Հաշվի առնելով այս տիպերի վերոհիշյալ տարբերությունները՝ մենք նրանց անդրադարձել ենք առանձին-առանձին:

Հոգեաթենիկ և հիպերտիմ տիպերին բնորոշ են հակադիր անձնային հատկություններ. Հիպերտիմին բնութագրական է կամքի ուժը, ներոտիզմի բացակայությունը, ադապտիվությունը, լիդերությունը, ինքնուրույնությունը, շփվողականությունը, իսկ հոգեաթենիկին՝ կամքի թուլությունը, ներոտիզմը, դեզադապտիվությունը, կախյալությունը, ենթարկվողականությունը, շփվողականության ցածր մակարդակը:

Բնավորության շեշտվածության շիզոիդ տիպի մոտ տարաբնույթ նմանություններ են գրանցվել դիստիմիկ, պեղանտ, խցանվող և էկզալ տացված տիպերի հետ:

Շիզոիդ և դիստիմիկ տիպերի միջև դրսևորվող նմանությունները բացատրվում են նրանց մոտ առկա հաղորդակցման և հարմարվողականության դժվարությունների նմանություններով, ինչև արտահայտվում է ցածր

շփոխականություն, մենականություն հակավածություն,
դեգադադանություն, հոգևորական անկառավարելիություն,
խնդիրների լուծումից խուսափման դրսևորումներով:

Շիզոֆրենիա և պեդանտ տիպերի միջև ևս նկատելի են որոշակի
նմանություններ: Սաևս բացատրվում է հաղորդակցման, հոգևորական
ոլորտների նմանություններով, ինչպես նաև նրանց բնորոշ
ադապտություն ցածր մակարդակով: Ինչպես շիզոֆրենիայի, այնպես էլ
պեդանտ տիպերի մոտ արձանագրվել են ցածր շփոխականություն,
բարձր արտահայտված հոգևորական հակազդում հատկապես
հաղորդակցման ոլորտում, ունեն հարմարվողականություն
նմանատիպ դժվարություններ՝ հոգևորական
անկառավարելիություն, խնդիրների լուծումից խուսափում:
Երկու տիպերն էլ աչքի են ընկնում կասկածամտությամբ, որոնք
սակայն տարբեր ուղղվածություն ունեն: Պեդանտի
կասկածամտությունը, որը նման է կաշունչության, ուղղված է
աշխատանքի արդյունավետության բարձրացմանը, իսկ շիզոֆրենի
կասկածամտությունն իր հիմքում ունի հետևյալ ենթատեքստը.
Իրեն հետևում են և ցանկանում ներթափանցել իր ներաշխարհ:

Շիզոֆրենիա խցանվող տիպերի միջև գրանցվել են որոշակի
նմանություններ, որը բացատրվում է նրանց մոտ առկա
հաղորդակցման դժվարությունների և անձնային որոշ
հատկությունների (հոգևորականություն և կասկածամտություն)
նմանություններով:

Որոշակի նմանություն է դրսևորվել բնավորության
շեշտվածության շիզոֆրենիա և էկզալտացված տիպերի միջև, որը
բացատրվում է նրանց խիստբնորոշ կասկածամտությամբ:

Յիստերոիդ տիպի և հիպերտիմ, ցիկլոտիմիկ, տագնապային,
բռնկվող տիպերի միջև տարբեր բնույթի նմանություններ են
արձանագրվել:

Բնավորության շեշտվածության հիստերոիդ և հիպերտիմ
տիպերի միջև դրսևորվող նմանությունները բացատրվում է
նրանով, որ երկու տիպերին էլ բնորոշ են նյարդային համակարգի
և անձնային նմանատիպ հատկություններ՝ շարժուն նյարդային

համակարգ, էքստրավերսիա, եսասիրություն, լիդերության հակվածություն:

Բնավորության շեշտվածության հիստերոիդ և ցիկլոտիմիկ տիպերի միջև ևս նմանություն է գրանցվել, որը բացատրվում է նրանց հուզական ոլորտի կառավարման անկարողությամբ:

Նմանություն է դրսևորվել բնավորության շեշտվածության հիստերոիդ և տագնապային տիպերի միջև, որը ևս բացատրվում է նրանց հուզական ոլորտի կառավարման անկարողությամբ:

Բնավորության շեշտվածության հիստերոիդ և բռնկվող տիպերի միջև դրսևորվող նմանությունները բացատրվում են նրանց շարժուն և անհավասարակշռված նյարդային համակարգով, որով և բացատրվում է նրանց մոտ առկա հուզական, ինքնակառավարման ոլորտների դժվարությունները:

Դիստիմիկ և խցանվող տիպերի միջև արձանագրված նմանությունը բացատրվում է երկու տիպերի մոտ առկա հաղորդակցման դժվարություններով:

Այսպիսով, առանձնացված բնավորության շեշտվածությունները բազմաբնույթ համահարաբերակցային կապերի մեջ են նյարդային համակարգի հատկությունների, անձնային կառույցների և նրանց առանձին բաղադրամասերի, անձնային հատկությունների, այդ հատկությունները միավորող անձնավորության հինգ հիմնական գործոնների հետ: Գրանցված տարատեսակ համահարաբերակցային կապերը բացատրվում են գնահատված տիպերի ուրույն առանձնահատկություններով՝ շեշտադրելով յուրաքանչյուրի խոցելիության ոլորտը, ինչպես նաև ուժեղ կողմերը և հակազդման ռեակցիաները:

**ԳԼՈՒԽ 3: ԲՆԱՎՈՐՈՒ ԹՅԱՆ ՇԵՇՏՎԱԾՈՒ ԹՅԱՆ ԸՆԴՀԱՆՈՒՐ
ԳՈՐԾՈՆՆԵՐ ՈՒՆԵՑՈՂ ՏԻՊԵՐԻ ԵՎ ԱՆՁՆԱՅԻՆ ՀԱՏԿՈՒ ԹՅՈՒՆՆԵՐԻ,
ԿԱՌՈՒ ՅՑՆԵՐԻ ՀԵՏԱԶՈՏՈՒ ԹՅԱՆ ԱՐԴՅՈՒ ՆՔՆԵՐԻ ՀԱՄԵՄՏԱԿԱՆ
ՎԵՐԼՈՒԾՈՒ ԹՅՈՒՆ ԽԱՐԱՅԻՆ ԱՇԽԱՏԱՆՔՆԵՐԻՑ ԱՌԱՋ ԵՎ ՀԵՏՈ**

**3.1. Բնավորության շեշտվածությունը ուն ունեցող 18-20 տարեկան
անձանց հոգեբանական վարժանքի վերլուծությունը**

Մեր աշխատանքի ընթացքում առանձնացրել ենք շեշտվածություններ (Էմոտիվ, հոգեաաթենիկ, պեդանտ և տագնապային), որոնք իրենց ձևավորման հիմքում ունեն ընդհանուր գործոններ: Այդ տիպերի հետևյալ է կացվել բնավորության շեշտվածություն ունեցող 18-20 տարեկան անձանց հոգեբանական վարժանքը: Այն հոգեթերապևտիկ միջամտություն է՝ հիմնված խմբային աշխատանքների ակտիվ մեթոդների վրա և ուղղված դեռահասների և պատանիների վարքագծային, հաղորդակցման և հուզական կառավարման խնդիրների լուծմանը: Դա առանձնահատուկ կազմակերպված շփման ձև է, որի ընթացքում առաջադրվում և լուծվում են անձի զարգացման խնդիրներ, ձևավորում են հաղորդակցման, հուզական և ինքնակառավարման հմտություններ, տրվում է հոգեբանական աջակցություն և օգնություն, որը թույլ է տալիս ազատվել կարծրատիպերից, լուծել մասնակիցների անձնային խնդիրները, նվազեցնել ռիսկային վարքագծը, բարձրացնել անձի ադապտիվությունը: Հոգեբանական վարժանքը հիմնված է խմբային աշխատանքների ակտիվ մեթոդների վրա [55, էջ 273-277]:

Հոգեթերապևտիկ խմբում մասնակիցները իրենց տեսնում են մյուսների հետ փոխգործողության մեջ: Նրանք ձեռք են բերում իրենց ուրիշների աջքով տեսնելու և գնահատելու հմտություն: Հոգեթերապևտիկ խմբում մոդելավորվում և մշակվում են շփման, էքստրեմալ իրավիճակների հաղթահարման հմտություններ: Այստեղ առաջադրվում և իրատեսական լուծում են գտնում ներխմբային կոնֆլիկտներ, իրադրային բնույթ են ստանում և հաղթահարվում են վախերը, ձևավորվում է հուզական էքսպրեսիայի մշակույթ, հաղթահարվում է տագնապայնությունը, վատատեսությունը և դեպրեսիվությունը: Վարժանքի արդյունքում մասնակիցները հուզական կրթություն են ստանում, նրանց մոտ ձևավորվում են արդյունավետ միջանձնային հարաբերություններ, շտկվում են

խաթարված վարքագծերը: Խմբային վարժանքների արդյունքում կատարվում է սեփական անձի, շրջապատի և միջանձնային հարաբերությունների նկատմամբ եղած խաթարված դիրքորոշման իրատեսական վերագնահատում և շտկում: Այս ամենի արդյունքում հարթվում կամ նվազում են բնավորության շեշտվածությունները:

Խմբային աշխատանքի նպատակն է անձի շեշտվածության ձևավորմանը նպաստող գործոնների հետագա բացասական զարգացման կանխման և շտկման միջոցով բնավորության շեշտվածության հոգեասթենիկ, էմոտիվ, պեդանտ և տագնապային տիպերի թուլացում և նվազում:

Խմբային աշխատանքի խնդիրներն են բնավորության շեշտվածություն և նույնեցող անձանց մոտ.

1. արդյունավետ ինքնակառավարման հմտությունների ձևավորում և ամրապնդում
2. ռեֆլեքսիայի գործընթացի ակտիվացում, քննադատական մտածողության ձևավորում
 - ինքնուրույնության և կամածինության զարգացում
 - հոնգական ոլորտի կառավարում ձևավորում և զարգացում
 - դեզադապտիվության իջեցում
 - կասկածամտության նվազեցում
 - իրատեսական ինքնագնահատականի ձևավորում
 - հաղորդակցման կարողությունների զարգացում

Խմբային աշխատանքի ոլորտներն են.

1. *Իր նկատմամբ վերաբերմունքի շտկում:* Օբյեկտիվ ինքնագնահատականի ձևավորում: Ինքնուրույնության ձևավորում: Հոնգական ճանաչում և կառավարում: Ինքնավստահության, ադապտիվության զարգացում, օբյեկտիվ հավանությունների մակարդակի ձևավորում: Արժեքային և պահանջմունքային համակարգի, դրանց աստիճանակարգի շտկում: Ինքնագագողության և վարքագծի շտկում: Իրեն համապատասխան սոցիալական դերի ընդունում:

2. *Միջանձնային հարաբերությունների շտկում:* Կարեկցանքի, ուրիշի ապրումները, վիճակը, հետաքրքրությունները հասկանալու, այլ մարդկանց արժանիքների քննադատական, սակայն բարյացկամ ըմբռնման ընդունակությունների ձևավորում: Անձի մարդասիրական կողմնորոշման վերականգնում, համարժեք և իրավահավասար հարաբերությունների ձևավորում, միջանձնային կոնֆլիկտների կանխարգելման և լուծման ընդունակության ձևավորում: Հոլիստիկ համարժեք դրսևորման հմտության ձևավորում: Ինքնակառավարման հմտությունների ձևավորում՝ սեփական մտքերի արտահայտման հստակություն, վարքագծի պլանավորում:

3. *Իրականության նկատմամբ վերաբերմունքի շտկում:* Կյանքի նկատմամբ իրատեսական վերաբերմունքի, դժվարությունների հաղթահարման հմտության ձևավորում: Ընտրության և ինքնուրույն որոշում կայացնելու հմտության ձևավորում:

Բնավորության շեշտվածությունն ունեցող 18-20 տարեկան անձանց հոգեբանական վարժանքին մասնակցել են ՀՊՄՀ-ի առաջին և երկրորդ կուրսերի 44 ուսանող. Կրթության հոգեբանության և սոցիոլոգիա ֆակուլտետի հոգեբանություն և մանկավարժություն բաժնի առաջին և երկրորդ կուրսերի 10, Կուլտուրա ֆակուլտետի առաջին և երկրորդ կուրսերի 14 և Մաթեմատիկա, Ֆիզիկա և ինֆորմատիկա ֆակուլտետի Տեխնոլոգիա և ձեռնարկչություն, Ֆիզիկա և Բնագիտություն բաժինների առաջին և երկրորդ կուրսերի 20 ուսանողներ: Մասնակիցները բաժանվել են երեք խմբի, յուրաքանչյուրում՝ 15 ուսանող:

Բնավորության շեշտվածությունն ունեցող 18-20 տարեկան անձանց հոգեբանական վարժանքն անցկացվել է երեք փուլով.

- Կողմնորոշման փուլ (2-3 հանդիպում): Ծանոթացում, խմբի միավորում, և ինքնաճանաչում:
- Չարգացնող փուլ (15-18 հանդիպում): Ինքնաճանաչման գործընթացի զարգացում, իրատեսական ինքնագնահատականի և հասարակայնամետ դիրքորոշման մոտիվացիայի ձևավորում, անձնային դրական որակների ակտիվացում:

- Ամրապնդման փուլը (2-3 հանդիպում): Փոփոխությունների ամրապնդում, ապագայում խնդրահարույց իրավիճակների կանխատեսում և հաղթահարում:

Խմբերում պարբերաբար կատարվել են նաև անցկացված հանդիպումների կրկնություններ, վերջինիս բովանդակությունը հասկանալու և յուրացնելու նպատակով:

Առաջին հանդիպման ժամանակ («Ծանոթացում») մասնակիցները ծանոթանում են վարժանքի նպատակներին, հիմնական սկզբունքներին, իրականացման եղանակներին: Հանդիպման նպատկերն են.

- ծանոթություն մասնակիցների հետ, խմբի կազմավորում,
- խմբային աշխատանքի հակիրճ ներկայացում:

Այս հանդիպումը ներառում է «Ծանոթություն գրությունների միջոցով», «Անավարտ նախադասություններ», «Խմբային նորմերի հաստատում», «Ակնկալիքներ խմբային աշխատանքից» վարժանքները (հավելված 2, էջ 193-194):

Յուրաքանչյուր հանդիպման վերջում հանձնարարվում են քննարկվող թեմայի շրջանակներում տնային առաջադրանքներ, որոնք հաջորդ հանդիպմանը մանրամասն ներկայացվում և քննարկվում են:

Երկրորդ հանդիպումը («Ինքնաճանաչման հմտություններ») հետապնդում է հետևյալ նպատակները.

- զարգացնել անձի ինքնաճանաչողությունը, սեփական անձի և ուրիշների հոգեբանական բնութագրումների վերլուծության ունակությունները,
- մասնակիցների ինքնավերլուծության շնորհիվ ձևավորել արդյունավետ հաղորդակցման ոճեր:

Յուրաքանչյուր հանդիպում սկսվում է տաքացնող վարժություններով («Հիփ-հոփ», «Ձուլ գործություններ - Ողջուն», «Ողջունի արարողություններ - Նվեր», «Երևակայական նվերի փոխանցում», «Անուն և շարժում», «Խառնաշփոթ», «Ինձ հաճելի է

ասել » և այլն) և ավարտվում է մինևույն՝ հրաժեշտի արարողութամբ (հավելված 2, էջ 193-235)։

Այս հանդիպման մեջ ներառված վարժանքները («Ընդունիր ինքդ քեզ», «Ո՞վ եմ ես», «Ինչպիսի՞ն եմ ես», «Ինքնակենսագրություն») (հավելված 2, էջ 194-196), ուղղված են մասնակիցների ինքնաճանաչմանը։ Սակայն ինքնաճանաչման գործընթացը միայն այս հանդիպումով չի սահմանափակվում և, առհասարակ, ուղեկցում է ողջ վարժանքի ընթացքում։

Այս հանդիպման ժամանակ յուրաքանչյուրն իր կողքինի հետ քննարկում է իր բազմադեմ «ես»-երն ու հիմնական որակները և պարզապես խրախուսում անկեղծ արտահայտվելու համար։

Երրորդ հանդիպման («Ինքնաճանաչում խմբի օգնությամբ») նպատակներն են.

- ինքնաճանաչման գործընթացի խորացում,
- ինքնագնահատականի ամրապնդմանն ու անձնային հասարակայնամետ որակների ակտիվացման համար անհրաժեշտ դրական հետադարձ կապի մշակում,
- ինքնաճանաչում խմբի օգնությամբ։

Այս հանդիպման ժամանակ հատկապես առանձնանում է «Հաճելի խոսքի ազդեցությունը» վարժանքը (հավելված 2, էջ 197, որի ընթացքում մասնակիցներին հանձնարարվում է մտածել՝ որ դեպքերում են հաճելի խոսքերով դիմում իրենց հարազատներին, մտերիմներին, ծանոթներին։ Նրանք բազմաբնույթ հուզական արձագանք են տալիս, երբ ընդհանրացնելով իրենց կարծիքները, գիտակցում են, որ դա ավելի հաճախ անում են, երբ ինչ-որ բան է անհրաժեշտ կամ երբ բարձր տրամադրություն ունեն։ Քննարկվում է նաև, թե ինչն է մասնակիցներին խանգարում մարդկանց նկատմամբ հաճելի զգացմունքներ տածել։

Այս հանդիպման ժամանակ բավականին բարդ խաղ է կիրառվում, որը կոչվում է «Ոչ ոք չգիտի» (հավելված 2, էջ 198)։ Այս վարժանքի ընթացքում մասնակիցներից յուրաքանչյուրն ավարտում է հետևյալ նախադասությունը՝ «Ձեզանից ոչ ոք չգիտի, որ ես/իմ մոտ ...»։ Սկզբում մասնակիցների մեծ մասը դժվարանում է մասնակցել

այս վարժանքին, սակայն իր մասին որևէ գաղտնիք բացահայտելուց հետո նրանք իրենց անչափթեթև են զգում և սկսում են հաճախժպտալ : Այդ հանդիպման վերջում մասնակիցներից մի քանիսը նույնիսկ ասել են. «Կարծես օդում սավառնող փետուր լինեմ», «Ինձ թվում է միանգամից ավելորդ քաշիցս ազատվեցի, այլևս ոտքերումս ծանրություն չեմ զգում»: Եղան մասնակիցներ, որ այդպես էլ չկարողացան անկեղծանալ :

Չորրորդ հանդիպումը («Կստահելի և անվստահելի վարքագիծ: Իմ և ուրիշների իրավունքները») հետևյալ նպատակներն է հետապնդում.

- վստահելի և անվստահելի վարքագծի նկարագրում և տարբերակում,
- վստահելի վարքագծի մոդել ավորում և ամրապնդում,
- իրավունքներ և պարտականություններ. իր և ուրիշի իրավունքի մոդել ավորում,
- այլ մարդկանց հետ փոխազդեցության սկզբունքների ծանոթացում:

Այս հանդիպման ժամանակ հատկապես հետաքրքիր և բազմաբովանդակ է անցնում «Ազատ խոսափող» վարժանքը (հավելված 2, էջ 201): Յուրաքանչյուրը հերթականությամբ հարցեր է տալիս նրան, ով առաջինն է ցանկանում օգտվել ուշադրության կենտրոնում լինելու հնարավորությունից: Հիմնական կանոնը՝ պատասխանել որքան հնարավոր է ամբողջական և անկեղծ: Այս վարժանքի շնորհիվ մասնակիցը կարողանում է ավելի լավ հասկանալ ինքն իրեն, քանի որ հարցերը վերաբերում են նրա բնավորության առանձնահատկություններին, սովորություններին և հերաքրքրություններին, այն բարդ խնդիրներին, որոնք կյանքն է առաջադրում:

Այս հանդիպման ժամանակ դեռևս լինում են մասնակիցներ, որոնք չեն կարողանում կամ վախենում են անկեղծանալ :

«Իմ իրավունքները» վարժանքի ժամանակ մասնակիցները գրում և քննարկում են իրենց իրավունքները: Այս վարժանքի նպատակն է յուրաքանչյուրին բերել այն գիտակցման, որ իրենց իրավունքները բարձրաձայնելիս պետք է հիշել, որ դա բոլորին է

հատուկ: Ուրիշների իրավունքները պետք է հարգել այնպես, ինչպես որ կցանկանային, որ իրենցը հարգեն (հավելված 2, էջ 201-203):

«Իմ արտացոլումը» վարժանքն ունի հետևյալ բովանդակությունը. «Մասնակիցները նստում են շրջանաձև և փոխանցում են հայելին: Յուրաքանչյուրը պետք է ուշադիր նայի հայելու մեջ և փորձի իրեն ընկալել այնպես, կարծես ուրիշի, անծանոթի դեմք է տեսնում, ով գրավել է իր ուշադրությունը: Կենտրոնացված ուսումնասիրի այդ մարդուն և փորձի պատասխանել հետևյալ հարցերին.

- Ի՞նչն է ուշագրավ այդ մարդու մեջ:
- Ինչի՞ համար կարելի է սիրել նրան:
- Ի՞նչն է նրանում հարգանք, միգուցե հիացմունք առաջացնում»:

Այնուհետև քննարկում են այն ներքին աշխատանքը, որը յուրաքանչյուր մասնակից ստիպված էր կատարել, ինչպես նաև այն մասնակցներին, ովքեր ուժեղ ընդդիմացան և այդպես էլ չկարողացան իրենց հասցեին ինչ-որ լավ բան ասել (հավելված 2, էջ 204):

Մասնակիցները վարողի օգնությամբ հանգում են հետևյալ ճշմարտությանը. մարդը շրջապատող աշխարհը կարող է սիրել այնքան և այնպես, ինչպես իրեն: Հաջողակ են այն մարդիկ, ովքեր լավ գիտեն իրենց արժանիքները և դրանց համար հարգում են իրենց, նաև կարողանում են զարգացնել դրանք:

Հինգերորդ հանդիպումը («Ես իմ և այլ մարդկանց աչքերով») ունի հետևյալ նպատակները.

- ռեֆլեքսիայի գործընթացի ակտիվացում,
- ինքնաճանաչման զարգացում, անձնային որակների պարզաբանում,
- միջանձնային արդյունավետ հարաբերություններ ձևավորող կարևոր որակների բացահայտում:

Այս հանդիպման ժամանակ հատկապես առանձնանում է «Թերթիկը թիկունքի հետևում» վարժանքը (հավելված 2, էջ 207□: Այն ունի հետևյալ բովանդակությունը. յուրաքանչյուրի մեջքին փակցվում է մի թուղթ: Մասնակիցը քայլում է, կանգնում նրակողքին, ով իրեն հետաքրքրել է, նայում է նրան, որպեսզի տպավորություն կազմի նրա մասին և իր տպավորությունը գրում թղթի վրա: Այնուհետև նայում են միմյանց և պատասխանում այս հարցերին. ի՞նչ դեմքեր են իրեն հետաքրքրում, ինչու՞: Այնուհետև յուրաքանչյուրը արտահայտվում է իր զգացողությունները թղթում գրվածի կապակցությամբ:

Հանդիպման վերջում դեռևս մասնակիցներից ոմանք դժվարանում են անկեղծ լինել և այդ մասին խոստովանում են:

Վեցերորդ հանդիպումը («Հուզական կրթություն») առանցքային դեր ունի վարժանքի հետագա ընթացքի և առհասարակ իրականացվող աշխատանքների արդյունավետության համար: Այս հանդիպումն ունի հետևյալ նպատակները.

- սեփական հույզերի դրսևորում և ճանաչում,
- սեփական հույզերի նույնացում և ապրումակցում,
- հույզերի կառավարում և ռեֆլեքսիա:

Այս հանդիպման ընթացքում կիրառվել են մի քանի վարժանքներ («Հույզերի պատկերազարդ բառարանի քննարկում», «Հույզերի էքսպրեսիա», «Ապրումակցման հմտության ներկայացում և ցուցադրում», «Լաբիրինթոս», «Պատասխաններ ուրիշի փոխարեն») (հավելված 2, էջ 207-210□, որոնց օգնությամբ մասնակիցները սովորում են դրսևորել, ճանաչել, նույնացնել իրենց հույզերը: Ապրումակցման հմտությունների ձևավորմանն ու զարգացմանն է ուղղված հատկապես «Պատասխաններ ուրիշի փոխարեն» վարժանքը, որի ընթացքում ստուգվում է մասնակիցների ապրումակցման մակարդակը և մյուսներին ճանաչելու կարողությունը: Մասնակիցներից մեկին հանձնարարվում է պատասխանել ուրիշի փոփարեն, տրվում են որոշակի հարցեր. «Քո սիրած արական/իգական անունը, քո սիրած գիրքը, քո սիրած ստեղծագործությունը, սիրում ես արդյոք ընտանի կենդանիներ և այլն»: Այն մարդը, ում փոխարեն

տվյալ մասնակիցը պատասխանում է, լռում է, վերջում ասում է թե որ հարցերին է ճիշտ պատասխանել: Այնուհետև դաքննարկվում է:

Մասնակիցներից ոմանք խիստ զարմանում են, երբ տեսնում են, որ իրենց մոտ ընկերները իրենց փոխարեն սխալ պատասխաններ են տալիս, սակայն հիմնականում այս վարժանքն արդարացնում է այն նպատակը, որի համար կիրառվում է:

Յոթերորդ հանդիպումը («Վիրավորանք») կարծես նախորդ հանդիպման լրացումը լինի: Այս հանդիպման ժամանակ, սակայն, մանրամասն քննարկվում են այն մանկական վիրավորանքներն ու նրանցից առաջացած ապրումները, որոնք մասնակիցների վրա հետք են թողել: Այս հանդիպման նպատակներն են.

- վստահելի վարքագծի հմտությամբ, վիրավորանքի հաղթահարման ու նակուղությամբ ձևավորում,
- հակարարձ կապի հիման վրա առավել համապատասխան ինքնագնահատականի, խմբում դրական հուզական ֆոնի ստեղծում:

Այս հանդիպման ժամանակ կիրառվում է «Մանկական վիրավորանք» վարժանքը, որի ընթացքում մասնակիցները հիշում են դեպք, որը փոքր ժամանակ է կատարվել, որի ժամանակ խիստ վիրավորվել են: Հիշում են իրենց ապրումները և նկարում կամ նկարագրում են դրանք: Փորձում են հասկանալ, թե ինչպես են այժմ վերաբերվում այդ վիրավորանքին:

Այնուհետև քննարկվում են հետևյալ հարցերը. ի՞նչ է վիրավորանքը, ինչքա՞ն էրկար է այն պահպանվում, վիրավորանքներն արդարացի՞ են, թե՞ անարդարացի և այլն:

Այս վարժանքին բազմաբնույթ հուզական արձագանքներ են հաջորդում. ոմանք թեթևությու են էին զգում՝ արտահայտելով իրենց հույզերը (հավելված 2, էջ 211):

«Վիրավորված անձնավորություն» վարժանքի ժամանակ առաջարկվում էր ավարտել նախադասությունը. «Ես վիրավորվում եմ, երբ ...», այնուհետև նկարում էին վիրավորված մարդու դեմքի արտահայտությունը, գրում կամ նկարում, թե վիրավորանքին ինչպիսի արձագանք են տալիս վստահ և անվստահ մարդիկ: Այս

վարժանքից հետո մասնակիցները գիտակցում և խոստովանում են, որ վիրավորանքը հեշտ և հնարավորինս անհետևանք է ապրվում, եթե մարդն իրեն վստահ, ուժեղ և համարձակ է զգում: Մասնակիցներն իրենք անգամ շատ են կարևորում այս վարժանքը: Այս թեման հետագա վարժանքներից մեկում կրկին քննարկվում է, քանի որ տազնապային, հոգեաթենիկ, էմոտիվ շեշտվածությամբ ունենեի համար վերոհիշյալ որակների զարգացումը առանցքային նշանակություն ունի (հավելված 2, էջ 211):

Ութերորդ հանդիպումը («Ինչ պես վարվել վատ տրամադրության հետ») ունի հետևյալ նպատակները.

- ինքնավերլուծության հմտության զարգացում,
- լիարժեք ինքնադրսևորմանը խանգարող խոչընդոտների, տազնապի զգացողության հաղթահարում:

Այս հանդիպումը խիստ օգտակար է հատկապես տազնապային և հոգեաթենիկ շեշտվածությամբ ունենեի համար:

Այս թեմայի շրջանակներում հատկապես արդյունավետ են «Ի° նչ գույնի եմ ես», «Տուցահանդես», «Աղբարկղ» վարժանքները (հավելված 2, էջ 212-214):

«Ի° նչ գույնի եմ ես» վարժանքն ունի հետևյալ բովանդակությունը. մասնակիցներից յուրաքանչյուրը մտածելուց հետո ասում է, թե ինչ գույնի է նահիմա: Խոսքը ոչ թե հագուստի գույնի մասին է, այլ՝ հոգեվիճակի: Այնուհետև պատմում են այն մասին, թե ինչ պես է փոխվել իրենց վիճակը սկսած այն պահից, երբ արթնացել են, մինչ այն պահը, ինչ եկել են այստեղ: Ինչի° հետ են կապված այդ փոփոխությունները: Վերջում բնութագրում են, թե ինչ վիճակում են հիմա գտնվում և պարզաբանում են, թե ինչու այդ հոգեվիճակի համար ընտրեցին հենց այս գույնը:

Այս վարժանքն օգնում է մասնակիցներին հասկանալ իրենց տրամադրության փոփոխության պատճառները, փորձում են հասկանալ, որ այն իրենց ներսում է թաքնված, թե° իրավիճակով է պայմանավորված, և արդյունքում փորձում են կառավարել իրենց տրամադրությունը՝ թույլ չտալով անդրադառնալ իրենց կենսագործունեությանը, աշխատանքի արդյունավետությանը:

Շատ օգտակար է «Ցուցահանդես» վարժանքը, որն ունի հետևյալ բովանդակությունը. մասնակիցները ցուցահանդեսի նման առաջադրում են որքան հնարավոր է շատ վատ տրամադրությունը և փոփոխող միջոցներ: Բոլորը ֆիքսում են և վատ տրամադրության ժամանակ փորձում կիրառել: Չաջորդ հանդիպումներին արդյունքները քննարկվում են:

Մասնակիցների կողմից հետաքրքիր արձագանք է ստանում «Աղբարկղ» վարժանքը, որը լիցքաթափող ազդեցություն ունի. վարողը ցույց է տալիս նկարված աղբարկղ և խնդրում է բացատրել՝ ինչի սիմվոլ է հանդիսանում այն: Խնդրում են նկարել աղբարկղ և վարողը առաջադրում է, որ մասնակիցները պատկերացնեն, որ իրենց հնարավորություն է տրվել իր կյանքից այնտեղ նետել ինչ-որ անպետք բան: Դա կարող է լինել մարդ, անպետք իր, վայր, զգացողություն: Դա պետք է այնպես պատկերներել, որ կարծես այն ընկնում է աղբարկղը:

Այնուհետև նկարագրում են այդ բացասական պահը, նկարվածը: Վարողն օգնում է նույնականացնել մասնակիցների զգացողությունները:

Այս վարժանքի ավարտից հետո մասնակիցները բազմաթիվ քննարկումներ են ունենում. ոմանք ուրախանում են՝ թեթևություն և ստանալով, ոմանք վատ են զգում ինչ-որ մեկին աղբարկղ գցելուց հետո, ոմանք մտահոգություն են հայտնում, որ աղբարկղ նետած անձնավորությունը չկարողանա փոփոխվել:

Իններորդ հանդիպման («Իմ թուլությունները») նպատակներն են.

- անձի ուժեղ և թուլ լ որակների բացահայտում,
- ինքնաճանաչում:

Այս հանդիպման ժամանակ կիրառվում են մի շարք վարժանքներ՝ «Մանրադիտակ», «Պատասխանատվությունն ինձ վրա եմ վերցնում», «Մետաղադրամի մյուս կողմը», «Ինչպիսի՞ն են ինձ տեսնում շրջապատողները», «Չաղթահարում», «Կախարդական խանութ» (հավելված 2, էջ 215-216), որոնք մասնակիցների մոտ մի շարք որակական փոփոխություններ են առաջացրել: Խմբային

աշխատանքներից հատկապես տպավորիչ էր «Մանրադիտակ», «Մետաղադրամի մյուս կողմը», «Կախարդական խանութ» վարժանքները:

«Մանրադիտակ» վարժանքն ունի հետևյալ բովանդակությունը. մասնակիցները համաձայնվում են, որ յուրաքանչյուր անձնավորություն ինչ-որ մի թուլություն ունի, մի սովորություն ունի, որից կցանկանար հնարավորինս շուտ հրաժարվել: Դասը քան նշանակալի և երևացող է, սակայն հաճախ է խանգարում կյանքում: Այս վարժանքի ընթացքում մասնակիցները փորձում են դուրս բերել այդ տիպի, իրենց հատուկ մանրությունները. կարծես փորձում են իրենց նայել մանրադիտակով: Այնուհետև բարձրաձայնում են, թե ինչ են տեսնում:

Ոչ բոլոր մասնակիցներն են այս վարժանքին մասնակցելու պատրաստակամություն հայտնում, սակայն պետք է հետամուտ լինել, որ բոլորը մասնակցեն: Մի քանիսը անկեղծ հաստատում են, որ խոստովանելով իրենց վատ սովորությունը, բավականին թեթևացած են զգում: Այս վարժանքը ոչ միայն նպաստում է ինքնաճանաչման ընդունակության, այլև ռեֆլեքսիվության զարգացմանը:

«Մետաղադրամի մյուս կողմը» վարժանքի ժամանակ յուրաքանչյուր մասնակից մյուսներին ասում է իր թուլ կողմերի մասին, այսինքն, որն է իր բարդույթը, ներքին խոչընդոտը, բացթողումը: Կարևոր է նշել այն, թե ինչը կարող է տարբեր իրավիճակներում կոնֆլիկտների հիմնական պատճառ դառնալ, բարդացնել իր կյանքը, դժվարեցնել փոխհարաբերությունները: Շատ կարևոր է, որ մասնակիցներն ընդունեն և ներեն իրենց թերությունները, խոսեն այդ մասին ուղիղ և բաց:

Այս վարժանքի ընթացքում մասնակիցները, լսելով միմյանց, կիսվում են իրենց խնդիրները հաղթահարելու փոխշահավետ խորհուրդներով: Այդ ամենի արդյունքում կարծես միմյանց ավելի են վստահում և հետագա աշխատանքներն ընթանում են ավելի անկաշկանդ մթնոլորտում:

Ինքնաճանաչման գործընթացն ու ռեֆլեքսիվությունը զարգացնում է նաև «Կախարդական խանութ» խաղ-վարժանքը, որի ընթացքում մասնակիցները մտաբերում են, թե ինչ անձնային

որակներ ունեն: Այնուհետև փորձում են պատկերացնել մի իրավիճակ, որտեղ իրենք մի կախարդական խանութում են և վարողը վաճառող է, իսկ մասնակիցները կարող են վաճառել իրենց այն որակները, որոնցից շատ ունեն կամ իրենց պետք չեն և ստանալ այլ անձնային որակներ, որոնք իրենց անհրաժեշտ են: Գնորդը տալիս է իր որակները և հարցնում այն որակները, որոնց կարիքն ունի: Պայմանավորվում են այդ որակների արժեքի մասին: Այնուհետև քննարկում են թե ինչ անձնային որակներ են արժեքավոր և այլն: Մասնակիցները մեծագույն հաճույքով են ներգրավվում այդ խաղ-վարժանքին և, հետաքրքիրն այն է, որ մասնակիցներից շատերի մոտ մնացել էին վաճառվելու հիմնականում դրական հատկություններ՝ բարություն, նվիրվածություն, հոգատարություն, ինչպես նաև որոշ բացասական հատկություններ՝ անհամբերություն, անհավասարակշռություն և այլն: Մասնակիցները խոստովանում են, որ երբեք չեն մտածել, որ իրենց անձնային դրական հատկությունները կարող են «վաճառել», սակայն գնող չգտնվի, քանի որ այդ որակներից շատերն ունեն և համարում են, որ մեր օրերում այդ հատկությունների պահանջարկն իջեցված է:

Տասներորդ հանդիպումը («Ինձ համար նշանակալից մարդիկ») հետապնդում է հետևյալ նպատակները.

- սովորել գնահատել և հարգել ոչ միայն իրեն, այլ և իր շուրջը գտնվող մարդկանց,
- վստահել իրեն շրջապատողներին, գտնել նրանց դրական կողմերը:

Այս հանդիպման վարժանքների մեջ ուշագրավ են «Ուրիշների մտքերի և զգացմունքների քննարկում» և «Ուրիշների արարքները հասկանալու հմտություն» վարժանքները (հավելված 2, էջ 218-219): Առաջինի ժամանակ քննարկում և խաղարկում են իրավիճակներ, որոնք տարբեր շեշտվածություններ ունեցող մասնակիցների համար կոնֆլիկտային են: Յուրաքանչյուր մասնակից պետք է լինի սկզբում մի դերում, ապա՝ հակադիրում: Խաղից հետո քննարկում են, թե ինչ են զգում յուրաքանչյուր դերում: Երկրորդ վարժանքի ժամանակ քննարկվում են ուրիշների արարքների մեկնաբանման սխալները: Մասնակիցներն օրինակներ են բերում անձնական

փորձից, երբ իրենք են սխալ մեկնաբանել ուրիշի արարքը կամ իրենց արարքն է սխալ մեկնաբանվել :

Տասնմեկերորդ հանդիպումը («Չաղորդակցման արդյունավետ հմտություններ») նույնպես շրջադարձային դեր ունի վարժանքի ընթացքի համար, քանի որ բարձրացնում է հաղորդակցման ոլորտի արդյունավետությունը: Հանդիպման նպատակներն են.

- հաղորդակցման արդյունավետ հմտությունների ծանոթացում,
- արդյունավետ հաղորդակցման ունակությունների ամրագրում և զարգացում:

Այս հանդիպման վարժանքներից («Ինչպես ամրապնդել ձեր շփվողականությունը», «Խոսքային և ոչ խոսքային հաղորդակցում», «Չաղորդակցման հմտությունների ներկայացում», «Միմյանց լսելու հմտության ներկայացում» (հավելված 2, էջ 219-220)) իր հետաքրքիր կառուցվածքով ու բովանդակությամբ առանձնանում է «Շեռուստատեսային թոկ շոու» խաղ-վարժանքը: Մասնակիցները հերթով լինում են հեռուստահաղորդավար և հաղորդման հյուր: Թեմաները կարելի է ընտրել ամենատարբեր՝ քաղաքական իրավիճակ, կլիմայական փոփոխություններ, նախընտրելի հանգստի տարբերակներ և այլն: Այնուհետև քննարկվում են մասնակիցների հաղորդակցման դժվարություններն ու հմտությունները:

Տասերկուերորդ հանդիպումը («Չաղորդակցում և ինքնավերահսկում») նախկին հանդիպման շարունակությունն է: Այս հանդիպման նպատակներն են.

- արդյունավետ հաղորդակցման հմտությունների ձևավորում և կատարելագործում,
- ինքնավերահսկման հմտությունների ձևավորում և ամրապնդում,
- ինքնակառավարման հմտությունների ձևավորում և ամրապնդում:

Ինքնակառավարման և ինքնավերահսկման հմտությունների ձևավորմանն է ուղղված նաև տասներեքերորդ հանդիպումը

(«Չայրույթի վերահսկման հմտություններ»): Այս հանդիպման նպատակն է.

- ինքնակառավարման հմտությունների ամրապնդման շարունակական զարգացում,
- Չայրույթի վերահսկման հմտությունների ձևավորում և ամրապնդում:

Այս հանդիպման վարժանքները՝ «Չայրույթի վերահսկման հմտություններին ներկայացում, ցուցադրում», «Չայրույթի ճանաչման նշանները», «Անփույթ ուղևորը», «Չայրույթի զսպման հմտություններ, մկանային ռելաքսացիա (լարվածության իջեցում)» (հավելված 2, էջ 221), հատկապես օգտակար են էմոտիվ և տազնապային տիպերի թուլացման համար:

Տասնչորսերորդ հանդիպումը («Ես քեզ հասկանում եմ: Փոխզնություն») ծառայում է հետևյալ նպատակներին.

- ինքնավերլուծական աշխատանքի շարունակում,
- արդյունավետ հաղորդակցման հմտությունների կատարելագործում,
- մարդկանց վրասեփական ազդեցության և իր կյանքում դրանշանակության գիտակցում,
- մարդկանց հետ հաղորդակցման բարեհաջող մթնոլորտի ստեղծում:

Այս հանդիպումը ներառում է մի շարք վարժանքներ («Չասկացում», «Մենք քեզ հետ ընդհանուր արյունն ունենք», «Իմ շփման շրջանակը», «Բարեգործներ». «Միմյանց համար», «Բարություն») (հավելված 2, էջ 222-224), որոնց մեջ առանձնահատուկ տեղ է գրավում «Մենք քեզ հետ ընդհանուր արյունն ունենք» վարժանքը: Այս վարժանքի ընթացքում մասնակիցները ընտրում են իրենց զույգին և փորձում են մտածել՝ ինչն է իրենց միավորում և գրել հոգեբանական նմանությունների մասին: Այնուհետև զույգերը թղթերը միմյանց են փոխանցում և յուրաքանչյուր հատկանիշի դիմաց դնում «+», եթե համաձայն են, «-»՝ եթե համաձայն չեն:

Այս վարժանքից հետո մասնակիցները կարծես համոզվում են, որ մարդիկ ինչքան էլ միմյանցից տարբերվում են, այնուամենայնիվ շատ հատկություններով նման են, որը հաղորդակցման գործընթացն ավելի արդյունավետ դարձնում:

Մասնակիցները շատ սիրով էին ներգրավվում «Միմյանց համար» վարժանքին: Յուրաքանչյուրին հանձնարարվում է մտածել այն մասին, թե մասնակիցներից ամեն մեկը որտեղ և ինչով կարող է իրեն օգտակար լինել: Օրինակ, Կարենի հետկարելի է բիզնես սկսել, գնալ ճանապարհորդության կամ խոսել ֆուտբոլից, կամ ընտանիք կազմել և երեխաներ դաստիարակել: Բոլոր մասնակիցները պետք է ներառվեն այդ ցուցակում: Մասնակիցները մեծ հետաքրքրություն և սուղ, թե ինչի համար են առավել պիտանի, որը նրանց մտածելու, ևս մեկ անգամ իրենց անցած ուղին իմաստավորելու տեղիք է տալիս: Այս վարժանքը հատկապես ռեֆլեքսիվությունն է զարգացնում:

Տասնհինգերորդ հանդիպումը («Ստեղծագործող անձ») ունի հետևյալ նպատակները.

- ճանաչողական գործընթացի զարգացում,
- մարդկանց միմյանցից տարբերակելու հմտության ձևավորում,
- իրավիճակից արդյունավետ ելքեր գտնելու հմտության ձևավորում,
- արժեհամակարգի վերանայում:

Այս հանդիպման ժամանակ իր արդյունավետությամբ հատկապես առանձնանում է «Ստեղծագործական ուժեր» վարժանքը (հավելված 2, էջ 224-225): Յուրաքանչյուր անձնավորությունն այս կամ այն չափով ստեղծագործական ուժերի պաշարունի: Յուրաքանչյուր մարդ իր ստեղծագործության մեջ անհատականությունն է: Սակայն միևնույն ժամանակ բոլորն ընհանուր գծեր ունեն: Մասնակիցները փորձում են կազմել ստեղծագործական անձնավորության ընդհանուր դիմանկարը՝ առանձնացնելով ստեղծագործական մարդուն բնութագրող ամենաբիչը տաս դրսևորում: Այնուհետև միահամուռ ուժերով քննարկվում, ընդհանրացվում և կազմվում է ստեղծագործող անձնավորության համընդհանուր դիմանկար:

Վերջում յուրաքանչյուր մասնակից գնահատում է իրեն ըստ այդ համընդհանուր որակների:

Այս վարժանքը հնարավորություն է տալիս յուրաքանչյուրին իրեն տեսնել որպես ստեղծագործող անձնավորություն, որն ազդում է նրա ինքնագնահատականի օբյեկտիվացման վրա:

Տասնվեցերորդ հանդիպման («Սիրիր քեզ: Ինքնաընդունում, ինքնահարգանք, ինքնախրախուսում») նպատակներն են.

- անձնային որակների պարզաբանում,
- ինքնավստահություն զարգացում,
- իր նկատմամբ դրական վերաբերմունքի ամրապնդում,
- սեփական դրական որակների հիման վրա ճանաչողական գործընթացի աճ:

Այս հանդիպման բոլոր վարժանքներն էլ («Չեմ կարող ինձ սիրել», «Ավտոպիլոտ», «Ինքնախրախուսանք», «Չաջողության բանաձև», «Ես նվեր եմ մարդկանց համար», «Ձեր ապագան», «Նամակ իր սիրելիին», «Գաղտնիք» (հավելված 2, էջ 226-229) մասնակիցները մեծ սիրով ու հետաքրքրությամբ են մասնակցում և խոստովանում են, որ հանդիպման վերջում նրանց ինքնագագողությունը փոխվում է և հոգնածության նշույլ անգամ չեն զգում: Նրանք նշում էին, որ կարծես նոր ուժերի աղբյուր հայտնաբերած լինեն իրենց մեջ, կարծես այսօր իրենց մասին ավելի բարձր կարծիք ունեն:

Տասնյոթերորդ հանդիպման («Կյանքը քո ընտանիքում») նպատակներն են.

- սեփական անձնային որակները վերլուծելու կարողության զարգացում,
- ձգտումների ճանապարհին խոչընդոտները հաղթահարելու կարողության զարգացում,
- ժամանակն արդյունավետ օգտագործելու հմտության ձևավորում:

Այս հանդիպումը ներառում է մի շարք վարժանքներ («Մեր կյանքի շրջանակը», «Ժամանակի մեքենա», «Իմ տիեզերքը», «Չենց

այսօր» (հավելված 2, էջ 230-233), որոնցից «Ժամանակի մեքենան» առանձնանում է մի շարք օգտակար գործողություններով: Վարողն առաջարկում է մասնակիցներին խոսել իրենց կյանքի մասին և մտածել, թե ինչը կարելի էր այլ կերպ անել: Նա առաջարկում է պատկերացնել, որ կարող են ետ բերել իրենց կյանքի որևէ ժամանակահատված, որը կցանկանային փոխել: Մասնակիցները նախ պատմում են անցյալի իրադարձությունը, հետո ասում, թե ինչ կերպ կփոխեին դրանք: Այնուհետև մասնակիցները միմյանց խորհուրդ են տալիս անցյալի իրադարձությունների փոփոխման ուղիների վերաբերյալ:

Այս վարժանքը նպաստում է ինքնավերլուծության, ինքնաճանաչման գործընթացների, ինչպես նաև ռեֆլեքսիվության, ապրումակցման, ադապտիվության զարգացմանը:

Տասնութերորդ հանդիպման («Երկար ճանապարհից առաջ») նպատակներն են.

- օգնություն անձնային արժեքների ինքնորոշման հարցում, անձի ուժեղ կողմերի բացահայտում,
- հակադարձ կապի հիման վրա առավել համապատասխան ինքնագնահատականի ձևավորում,
- անձնային ռեսուրսների մոբիլիզացում:

Այս հանդիպման վարժանքները՝ «Ինչ ստացվեց մեզ մոտ», «Ճամպրուկ», «Անմարդաբնակ կղզի», «Ինքնակենսագրություն», «Ես ձեզ եմ գրում ...», «Ամբողջ աշխարհը բեմ է», «Նվերներ» (հավելված 2, էջ 233-235), ամփոփում են վարժանքի զարգացնող փուլը՝ ապահովելով ինքնաճանաչման գործընթացի զարգացում, ձևավորելով իրատեսական ինքնագնահատականի և հասարակայնամետոդիքորոշման մոտիվացիա, ակտիվացնելով անձնային դրական որակները:

Մասնակիցները մեծագույն հաճույքով են ներգրավվում «Ճամպրուկ» խաղ-վարժանքին: Նրանցից մեկը դուրս է գալիս սենյակից, իսկ մյուսները նրա համար «հեռու ճանապարհորդության համար ճամպրուկ են պատրաստում»: Այդ ճամպրուկում դրվում են այն դրական որակները, որոնք խմբի կարծիքով կօգնեն այդ անձնավորությանը շփվել մարդկանց հետ: Սակայն հեռացողին

անպայման հիշեցնում են, թե ինչը կարող է նրան խանգարել ճանապարհին. նրա բացասական որակների մասին, որոնց հետևապես է աշխատի, որպեսզի նրա կյանքն ավելի հաճելի և արդյունավետ լինի: Այդ ճամպուուկը բոլոր մասնակիցների համար պետք է պատրաստվի:

Այս վարժանքը կարծես յուրաքանչյուր մասնակցի ուղղորդում է նոր կյանք, որտեղ նա ավելի ինքնավստահ է, գիտի իր հնարավորություններն ու ձեռքբերումները, տիրապետում է հույզերի և վարքագծի կառավարման, հաղորդակցման արդյունավետ հմտություններին, ունի օբյեկտիվ ինքնագնահատական, տիրապետում է խնդիրների լուծման, գայրույթի վերահսկման հմտություններին:

Վերոհիշյալ հանդիպումների ընթացքում բնավորության շեշտվածություն ունեցող մասնակիցների մոտ կատարվում է ինքնաճանաչման զարգացում, ինքնավերլուծության ունակության, օբյեկտիվ ինքնագնահատականի, կայուն հետաքրքրությունների, հանդուրժողականության, հաղորդակցման արդյունավետ հմտությունների ձևավորում և զարգացում: Այս ամենի արդյունքում փոփոխություններ են կրում ներքին դիրքորոշումները, ձևավորվում են իր և շրջապատի մարդկանց նկատմամբ դրական դիրքորոշումներ:

Այս հանդիպումներին հաջորդում է վարժանքի ամրապնդման փուլը (2-3 հանդիպում), որի նպատակն է փոփոխությունների ամրապնդումը, ապագայում խնդրահարույց իրավիճակների կանխատեսումն ու հաղթահարումը:

3.2 Բնավորության շեշտվածությունը 18-20 տարեկան անձանց հոգեբանական վարժանքի սրբյունքների համեմատական վերլուծությունն խմբային աշխատանքներից առաջ և հետո

Բնավորության շեշտվածության և նրա հետագա զարգացման վերաբերյալ կան տարբեր կարծիքներ:

Կ. Լեոնհարդը գտնում էր, որ անձի շեշտվածությունը միջանկյալ օղակ է պսիխոպաթիայի և նորմայի միջև, իրենից ներկայացնում է նորմայի ծայրահեղ դրսևորում և չի կարող լինել հոգեբանական «ախտորոշում»: Ըստ Լեոնհարդի՝ տարբեր երկրներում հասարակության կեսին բնորոշ է անձի շեշտվածություն: Նա, սակայն, նշում էր, որ եթե շեշտված անձնավորության կյանքն անբարենպաստ պայմաններում է ընթանում, ապա բնավորության գծերը կարող են ախտաբանական զարգացում ստանալ. նույնիսկ հնարավոր է, որ անձնավորության ամբողջական ձևախախտում (դեֆորմացիա) կատարվի, ընդհուպ մինչև պսիխոպաթիայի դրսևորման [43, էջ 6]:

Ա. Լիչկոն շեշտվածությունները դիտարկում է որպես բնավորության ժամանակավոր փոփոխություններ, որոնցից մի մասը կարող են պահպանվել ամբողջ կյանքի ընթացքում կամ էլ ախտաբանական զարգացում ստանալ և որ շեշտվածության հիման վրա առաջացող պաթոհոգեբանական հակազդումները բնավորության շեշտվածությունը անձանց գրեթե 80%-ի մոտ հարթվում են,

թուլանում և կարող են ենթարկվել բավարար սոցիալական հարմարման [45]:

Պ. Բ. Գանուշկինը բնավորության շեշտվածությունը բնորոշում է որպես «լատենտպսիխոպաթիա» [20]:

Մ. Բ. Կորկինան նշում էր, որ անբարենպաստ պայմանները բնավորության շեշտվածություն ունեցող անձանց մոտ կարող են ախտաբանական հակազդումներ առաջացնել [37, էջ 207]:

Մի շարք հետազոտողներ (Ջ. Քոչ, 1891 թ.; Ե. Կրեպին, 1915 թ.; Ե. Կրեչմեր, 1921 թ.; Կ. Շնայդեր, 1923 թ.; Ե. Կան, 1928 թ.; Պ. Բ. Գանուշկին, 1933 թ.) գտնում են, որ բնավորության շեշտվածությունը պսիխոպաթիայի առաջացման համար էնդոգեն հիմք է հանդիսանում [45]:

Ըստ Օ. Ա. Խաչինայի՝ բնավորության շեշտվածությունը կարող է հոգեծին խանգարումների զարգացման համար հիմք, նախապայման կամ նախահակվածություն լինել, որն էլ իր հերթին սոցիալական դեզադապտացիայի պատճառ է հանդիսանում [88, էջ 42]:

Բնավորության շեշտվածություն ունեցող 18-20 տարեկան անձանց հոգեբանական վարժանքից հետո և՛ ստուգիչ, և՛ փորձարարական խմբերում կատարվել են բնավորության շեշտվածության էմոտիվ, հոգեասթենիկ, պեդանտ և տազնապային տիպերի և անձնային հատկությունների արտահայտվածությունը ստուգող փորձեր: Եվ՛ ստուգիչ, և՛ փորձարարական խմբերի արդյունքները ենթարկվել են համահարաբերակցական վերլուծության:

Վարժանքից առաջ և հետո փոփոխություններ են նկատվել փորձարարական խմբերում: Այն հատկությունները, որոնք խմբային աջխառնանքների արդյունքում բարելավվել են, փորձարարական խմբում նպաստել են շեշտվածությունների թուլացմանը:

Ինքնագնահատականը փորձարարական խմբում նկատելի փոփոխությունների է ենթարկվել: Վերջինիս բարելավմանը նպաստել է «Ինքնաճանաչում խմբի օգնությամբ» թեմայով հանդիպումը (հավելված 2, էջ 197-200), որի նպատակներն են ինքնաճանաչման գործընթացի խորացումը, օբյեկտիվ ինքնագնահատականի ձևավորումն ու ամրապնդումը: Այս ուղղությամբ կատարված խմբային աջխառնանքները նպաստել են անհամազոր ցածր ինքնագնահատականի նվազմանը՝ 7-ից 2 ուսանողի մոտ (29%-ով) և անհամազոր բարձր ինքնագնահատականի նվազմանը՝ 5-

ից 3 ուսանողի մոտ (60%-ով): Ինքնագնահատականի դրական տեղաշարժը նպաստել է հոգեաթենիկ, էմոտիվ, պեդանտ և տագնապային տիպերի թուլացմանը, որոնց մոտ ինքնագնահատականը ցածր է արտահայտված: Ստուգիչ խմբում էական փոփոխություններ չեն գրանցվել. ցածր ինքնագնահատականը նվազել է 6-ից 1 ուսանողի մոտ (17%-ով) և անհամադր բարձր ինքնագնահատականն աճել է 2 ուսանողի մոտ՝ 5-ից դառնալով 7 (40%-ով):

Անդրադառնալով ինքնակառավարման բաղադրամասերին՝ նշենք, որ ոչ բոլոր բաղադրամասերն են համահարաբերակցային կապերի մեջ բնավորության շեշտվածության տիպերի հետևող բոլորն են վարժանքի արդյունքում ենթարկվել փոփոխության: Ինքնակառավարման հակադրությունների վերլուծության բաղադրամասի ցուցանիշներում փորձարարական խմբում դրական փոփոխություններ են գրանցվել 44 ուսանողից 4-ի մոտ (9,1%-ով): Այս բաղադրամասը ցածր էր արտահայտված հոգեաթենիկ և էմոտիվ տիպերի մոտ: Ստուգիչ խմբում փոփոխություններ չեն գրանցվել:

Փորձարարական խմբում վարժանքի ավարտից հետո ինքնակառավարման կանխատեսման բաղադրամասի բարձր ցուցանիշների աճ է գրանցվել 1 ուսանողի մոտ (2%-ով): Ցածր ցուցանիշները նվազել են 22-ից 1 ուսանողի մոտ (5%-ով): Դասայմանավորված է նրանով, որ կանխատեսումն իմացական ինտեգրալ գործընթաց է, և շեշտված տիպերի մոտ զգալի դրական տեղաշարժ դժվար է ստանալ: Ստուգիչ խմբում նույնպես նկատելի փոփոխություններ չեն գրանցվել:

Նպատակադրման բաղադրամասը փորձարարական խմբում զգալի փոփոխություններ է ենթարկվել: Ցածր ցուցանիշները նվազել են 3 ուսանողից 2-ի մոտ (66%-ով), իսկ միջինից բարձր ցուցանիշներն աճել են՝ 5 ուսանողի մոտ (56%-ով): Ստուգիչ խմբում ցածր ցուցանիշները նվազել են 3 ուսանողից 1-ի մոտ (33%-ով), իսկ միջինից բարձր ցուցանիշները նվազել են 5 ուսանողից 3-ի մոտ (60%-ով):

Փորձարարական խմբում ինքնակառավարման վերոհիշյալ բաղադրամասերի (հակադրությունների վերլուծություն, կանխատեսում, նպատակադրում) փոփոխություններին նպաստել են «Չաղորդակցման արդյունավետ հմտություններ» և «Չաղորդակցում և ինքնավերահսկում» թեմաներով (հավելված 2, էջ 219-221) հանդիպումների շրջանակներում կիրառվող խաղ-վարժանքները,

որոնց նպատակներն են արդյունավետ հաղորդակցման հմտությունների ծանոթացումը, ձևավորումը և կատարելագործումը, ինքնավերահսկման և ինքնակառավարման հմտությունների ձևավորումն ու ամրապնդումը:

«Կյանքը քո ընտանիք ամբ» թեմայով հանդիպման շրջանակներում անցկացված խաղ-վարժանքների (հավելված 2, էջ 229-233) արդյունքում անձնային հատկություններից ինքնուրույնության փոփոխությունները փորձարարական խմբում ավելի ակնհայտ են, քան ստուգիչ խմբում. փորձարարական խմբում ինքնուրույնության աճ է գրանցվել 7 ուսանողի մոտ (30%-ով), իսկ ստուգիչ խմբում՝ 1 ուսանողի մոտ (6%-ով): Սա նշանակում է, որ խմբային աշխատանքները նպաստել են ինքնուրույնության բարձրացմանը: Այս փոփոխությանը հանգեցրել են սեփական անձնային որակները վերլուծելու կարողության զարգացման, ձգտումների ճանապարհին խոչընդոտները հաղթահարելու ունակության մշակման և ինքնուրույն որոշումներ ընդունելու հմտության ձևավորման միջոցով:

«Անձնային դիֆերենցիալում» ինքնագնահատականն ու ինքնահարգանքը բնութագրող բաղադրամասի ցածր ցուցանիշները նվազել են 7 ուսանողից 5-ի մոտ (71%-ով): Ստուգիչ խմբում փոփոխություններ չեն գրանցվել: Այսինքն, խմբային աշխատանքները նպաստել են ինքնագնահատականի, ինքնահարգանքի բարձրացմանը, որի համար հիմք է հանդիսացել «Ինքնաճանաչում խմբի օգնությամբ» և «Ես իմ և այլ մարդկանց աչքերով» հանդիպումները (հավելված 2, էջ 197-200, 205-207): Վերջիններիս նպատակներն են խմբի օգնությամբ ինքնաճանաչումը, օբյեկտիվ ինքնագնահատականի ձևավորումն ու ամրապնդումը:

Փորձարարական խմբում փոփոխություններ են կրել կամքի ուժի ցածր միավորները՝ 16 ուսանողից 4-ի մոտ (25%-ով) դրանք նվազել են, իսկ ստուգիչ խմբում կամքի ուժի բարձր ցուցանիշները նվազել են 6 ուսանողից 2-ի մոտ (33%-ով): Այս ամենին նպաստել են հոլյզերի կառավարման, անձի ուժեղ և թույլ որակների բացահայտման, ինքնակառավարման հմտությունների ձևավորման և ամրապնդման նպատակներով «Չուզական կրթություն», «Իմ թուլությունները», «Չհաղորդակցում և ինքնավերահսկում» և «Չայրույթի վերահսկման հմտություններ» թեմաների շրջանակներում կիրառված վարժանքները (հավելված 2, էջ 207-210, 214-216, 220-221): Կամքի ուժը

ցածր էր արտահայտված հոգեաթենիկ և էմոտիվ տիպերի մոտ, որը խմբային աշխատանքների արդյունքում բարելավվել է՝ նպաստելով այդ շեշտված ությունների թուլացմանը:

Փորձարարական խմբում «Անձնային դիֆերենցիալի» երրորդ բաղադրամասի՝ ակտիվության ցածր միավորները նվազել են 18 ուսանողից 3-ի մոտ (17%-ով), իսկ ստուգիչ խմբում աճել 4 ուսանողի մոտ՝ դառնալով 8 (50%-ով): Սա նշանակում է, որ խմբային շարունակական աշխատանքների շնորհիվ ակտիվության, շփոխակցականության աճի միտում է գրանցվել: Ստուգիչ խմբում պատկերն այլ է. հետազոտվողների ակտիվությունը զգալիորեն նվազել է:

Վարժանքից առաջ և հետո դիտարկվել է նաև անձնային որոշ հատկությունների փոփոխություններ:

Անձնային հատկություններից ենթարկվողականությունը նույնպես նկատելի դրական փոփոխությունների է ենթարկվել: Խմբային աշխատանքները (հատկապես այն վարժանքները, որոնք նպաստում էին ինքնուրույնության զարգացմանը) փորձարարական խմբում նպաստել են ենթարկվողականության բարձր ցուցանիշների թուլացմանը (9 ուսանողից 6-ի մոտ - 67%-ով): Ստուգիչ խմբում այն թուլացել է 5 ուսանողից 1-ի մոտ (20%-ով): Սա նշանակում է, որ վարժանքը նպաստել է ենթարկվողականության շոշափելի նվազմանը, որը հոգեաթենիկի մոտ շատ բարձր էր արտահայտված:

Անձնային մյուս հատկությունները՝ կախյալությունը, որը ևս բարձր էր արտահայտված հոգեաթենիկ տիպի մոտ, վարժանքի արդյունքում զգալի դրական փոփոխությունների է կրել: Խմբային աշխատանքները, որոնք կիրառվում էին նաև ինքնուրույնության խրախուսման նպատակով, նպաստել են կախյալության բարձր արտահայտվածության նվազմանը 4 ուսանողի մոտ էլ: Ստուգիչ խմբում փոփոխությունների չեն գրանցվել:

Վարժանքի ժամանակ զգալի փոփոխությունների է ենթարկվել անձնային հատկություններից շփոխակցականությունը, որը ցածր էր արտահայտված հատկապես հոգեաթենիկների մոտ: Փորձարարական խմբում նորմայից ցածր հաղորդակցվողների թիվը նվազել է 3 ուսանողից 2-ի մոտ (67%-ով), իսկ ստուգիչ խմբում նույնքան աճել է: Այսպիսով, վարժանքները, որոնք ներառել են հաղորդակցման արդյունավետ հմտությունների ծանոթացման, ձևավորման, ամրագրման և զարգացման նպատակներով, նպաստել են

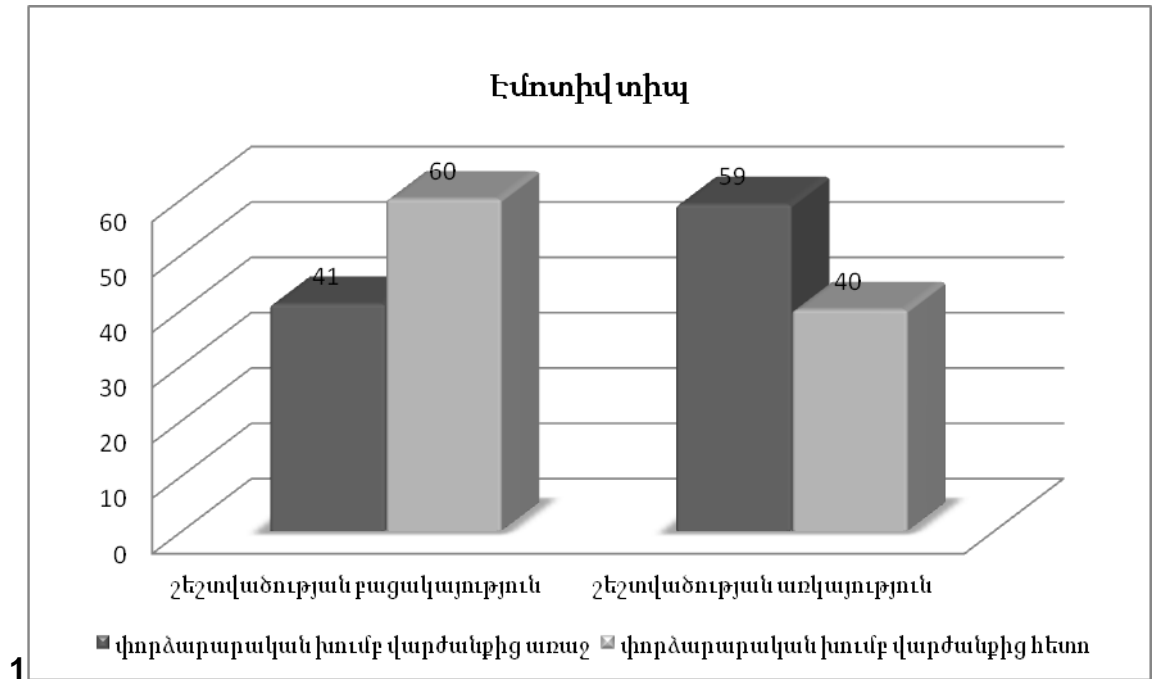
շփվողականության գործընթացի բարելավմանը, որն իր հերթին դրական է անդրադարձել բնավորության շեշտվածության հոգեասթենիկ տիպի թուլացման վրա:

Ինչպես ստուգիչ (3 ուսանողի մոտ. 38%-ով), այնպես էլ փորձարարական (1 ուսանողի մոտ. 13%-ով) խմբերում դեզադապտիվության աճ է գրանցվել: Խմբային աշխատանքներն իր բազնաբնույթ ուղղվածությունն ունեցող խաղ-վարժանքների շնորհիվ նպաստել են դեզադապտիվության նվազեցմանը: Ադապտացիայի մյուս բաղադրամասերում փորձարարական և ստուգիչ խմբերում առանձնակի փոփոխություններ չեն գրանցվել:

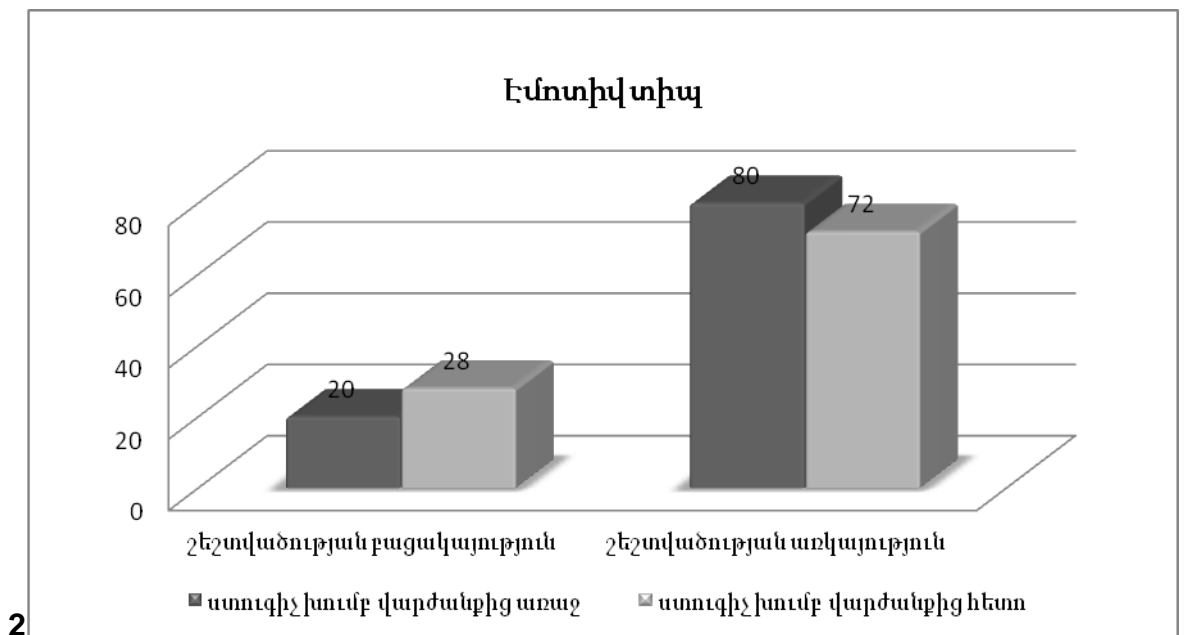
Խմբային աշխատանքներից հետո փոփոխություններ են գրանցվել փորձարարական խմբի ուսանողների առաջադիմության մեջ: Վարժանքից առաջ ուսումնական առարկաներից ստացված միջին գնահատականները վիճակագրորեն տարբերվում են վարժանքից հետո ստացված միջին գնահատականներից: Իսկ ստուգիչ խմբի մոտ նկատելի տարբերություններ չեն գրանցվել: Սա նշանակում է, որ խմբային աշխատանքները նպաստել են բնավորության շեշտվածության թուլացմանը, որն էլ իր հերթին դրական է անդրադարձել հետազոտվողների ուսումնական գործունեության արդյունավետության վրա:

Բնավորության շեշտվածության ոչ բոլոր տիպերի մոտ է վարժանքից հետո փոփոխություններ գրանցվել: Բնավորության շեշտվածության պեդանտ տիպը շատ կուռ կառուցվածք ունի և դժվար է ենթարկվում փոփոխությունների:

Էմոտիվ տիպն ինչպես փորձարարական, այնպես էլ ստուգիչ խմբերում փոփոխություններ է ենթարկվել: Վարժանքի արդյունքում դրական փոփոխություններ են կրել կամքի ուժն ու ինքնազնաատականը, որոնք փորձարարական խմբում նպաստել են այս տիպի թուլացմանը 26-ից 5 ուսանողի մոտ (19%-ով), իսկ ստուգիչ խմբում էմոտիվ տիպը շտկվել է ընդամենը 24-ից 2 ուսանողի մոտ (8%-ով): Այսպիսով, խմբային աշխատանքները որոշ չափով նպաստել են էմոտիվ տիպի թուլացմանը:



Էմոտիվ տիպի արդյունքների ցուցանիշները փորձարարական խմբում վարժանքից առաջ և հետո

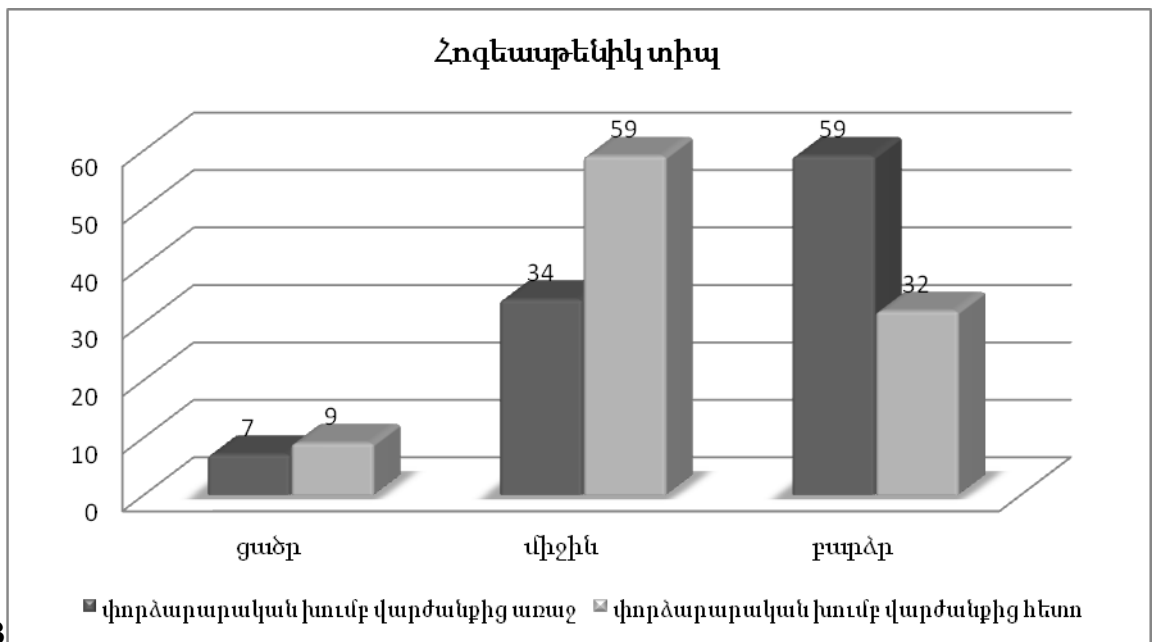


Էմոտիվ տիպի արդյունքների ցուցանիշները ստուգիչ խմբում վարժանքից առաջ և հետո

Բավականին բարդ պատկեր է ստացվել հոգեաթենսիկների մոտ: Այստեղ թուլացում է նկատվել փորձարարական (26 ուսանողից 7-ը. 27%-ով) և շատ քիչ ստուգիչ (21 ուսանողից 3-ը. 14%-ով) խմբերում: Այս տիպի հետքազմաբևեռը չի համահարաբերակցային կապեր ունեցող անձնային հատկություններում դրական փոփոխություններ են

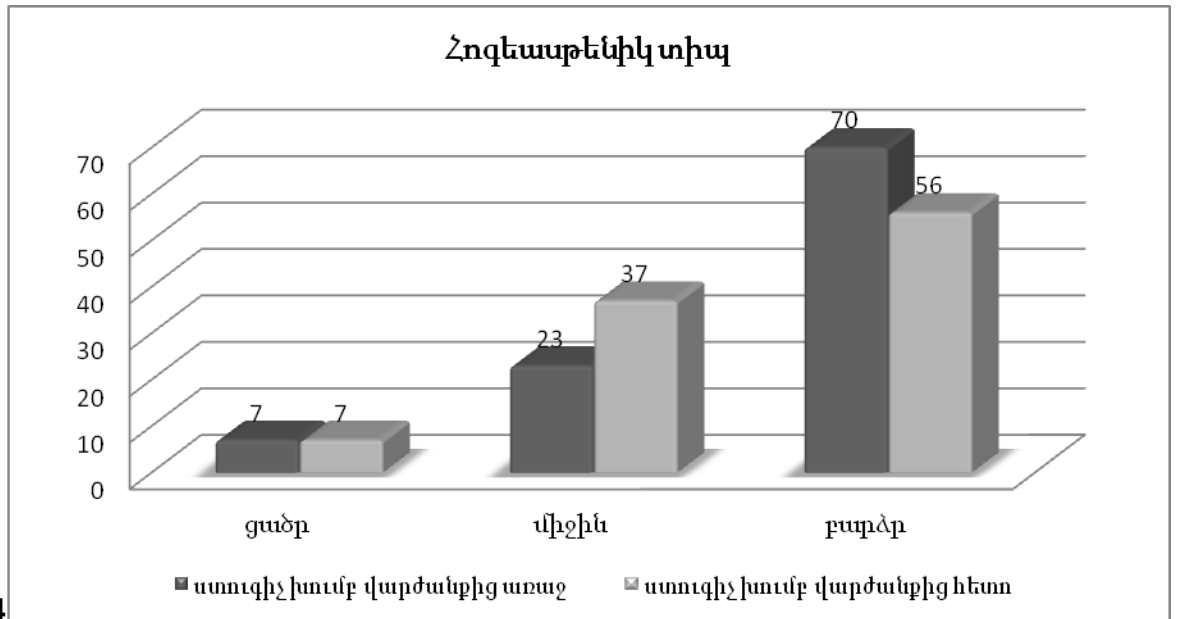
գրանցվել: Հոգեաթենիկի մոտ ցածր էր արտահայտված շփոթականությունը, կամքը, ինքնագնահատականը, ինքնակառավարման համակարգի հակադրությունների վերլուծության բաղադրամասը, որոնք, սակայն, վարժանքի արդյունքում նկատելի դրական տեղաշարժ են ունեցել: Ինչպես նաև ենթարկվողականության ու կախյալության թուլացում է նկատվել, որոնք հոգեաթենիկի մոտ բարձր էին արտահայտված: Հոգեաթենիկի մոտ օրանցվել էր բարձր արտահայտված դեզադապտիվություն, որի հետագա բացասական զարգացումը խմբային աշխատանքների շնորհիվ հնարավորինս կանխվել է: Փորձարարական խմբում այս հատկությունների թուլացումն ու ավագումը մեզ թույլ է տալիս ենթադրել, որ տևական աշխատանքների դեպքում բնավորության շեշտվածության այս տիպի մոտավելի մեծ փոփոխություններ կդրսևորվեն:

Գծանկար



3

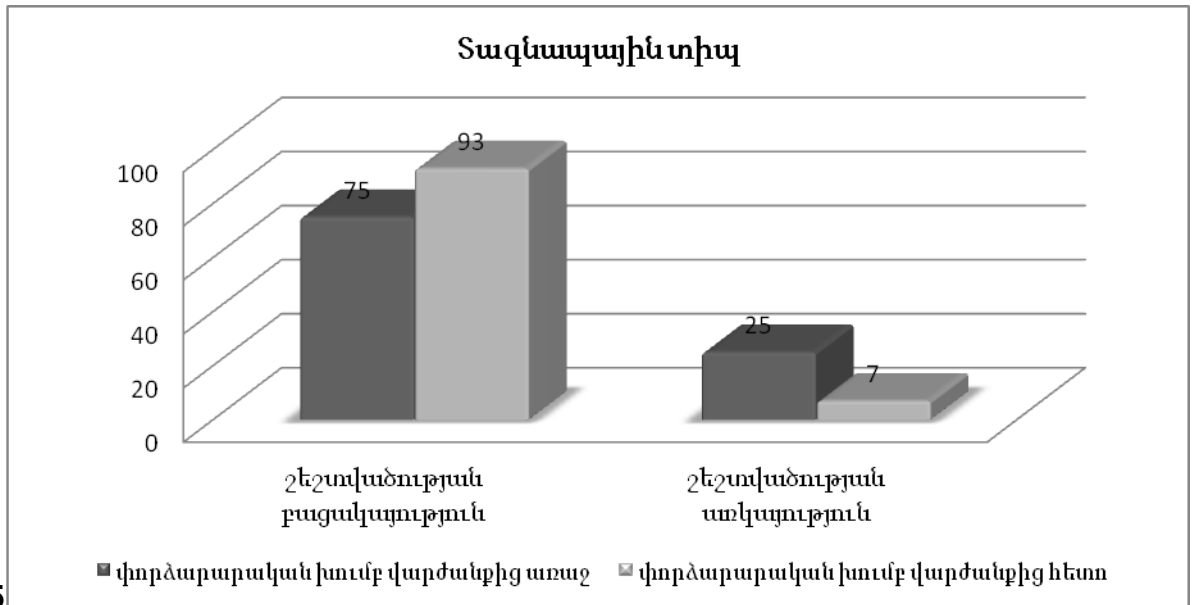
Հոգեաթենիկ տիպի արդյունքների ցուցանիշները փորձարարական խմբում վարժանքից առաջ և հետո



4

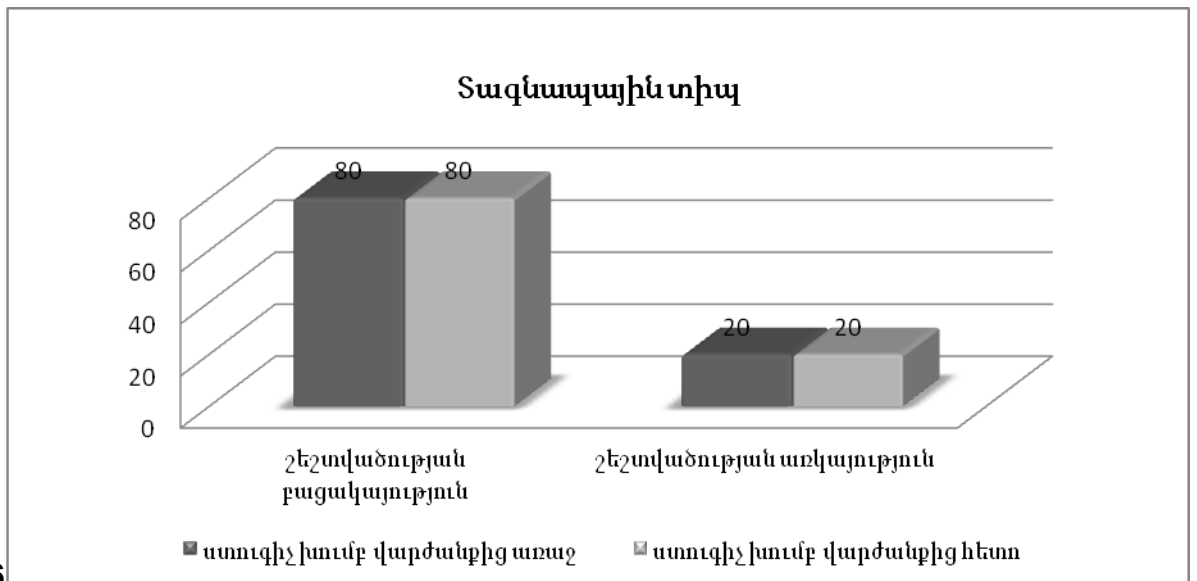
Հոգեաթենիկ տիպի արդյունքների ցուցանիշները ստուգիչ խմբում վարժանքից առաջ և հետո

Տազնապայ ին տիպի մոտ փորձարարական խմբում փոփոխություններ են դրսևորվել . այս տիպը շտկվել է ընդամենը 11-ից 2 անձի մոտ (18%)։ Ստուգիչ խմբում փոփոխություններ չեն գրանցվել : Այս տիպին բնութագրական ցածր ինքնագնահատականն ու արտահայտված դեգադապտիվությունը խմբային աշխատանքների շնորհիվ դրական տեղաշարժ են ունեցել , սակայն միայն դրանք բավարար չեն եղել նրա թուլացման համար , քանի որ վերջինս առանձնանում է ցածր ինտելեկտով և հուզական անկառավարելիությամբ : Ամենայն հավանականությամբ , վեցամսյա շարունակական աշխատանքները բավարար չեն այս տիպի մոտ նկատելի փոփոխության հասնելու համար :



5

Տազնապային տիպի արդյունքների ցուցանիշները փորձարարական խմբում վարժանքից առաջ և հետո



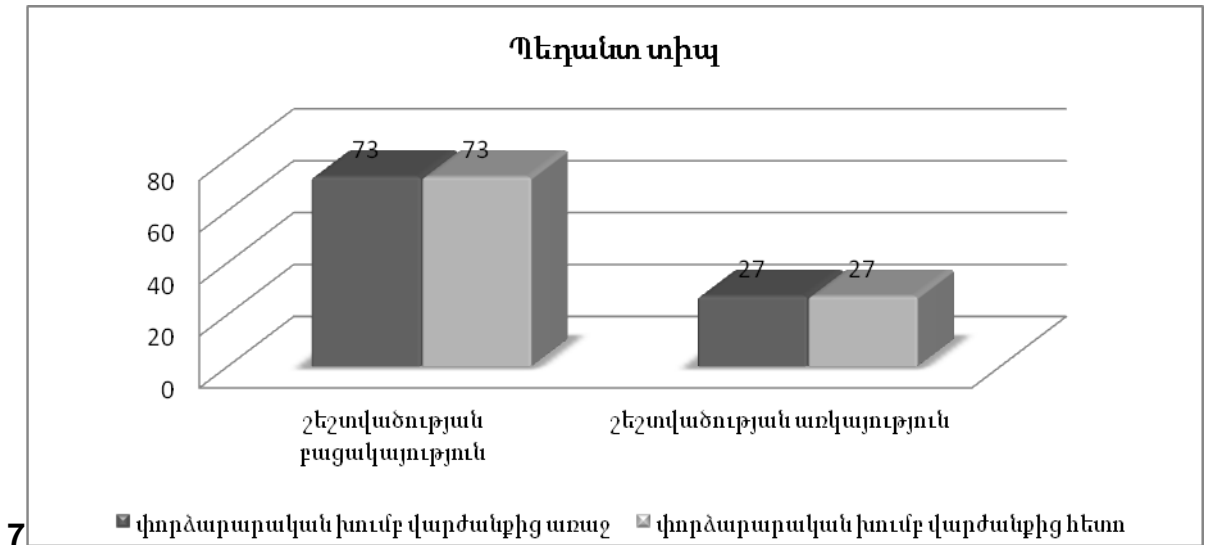
6

Տազնապային տիպի արդյունքների ցուցանիշները ստուգիչ խմբում վարժանքից առաջ և հետո

Պեդանտ տիպին բնութագրական ցածր ինքնագնահատականը նկատելի փոփոխությունների է ենթարկվել, սակայն միայն այդ փոփոխությունները բավարար չեն եղել պեդանտի թուլացման համար, քանի որ այս տիպը շատ դժվար է փոփոխվում: Դա բացատրվում է նրանով, որ վերջինս ունի հուզական անկառավարելիություն և նրան բնորոշ բացասական անձնային հատկություններ՝

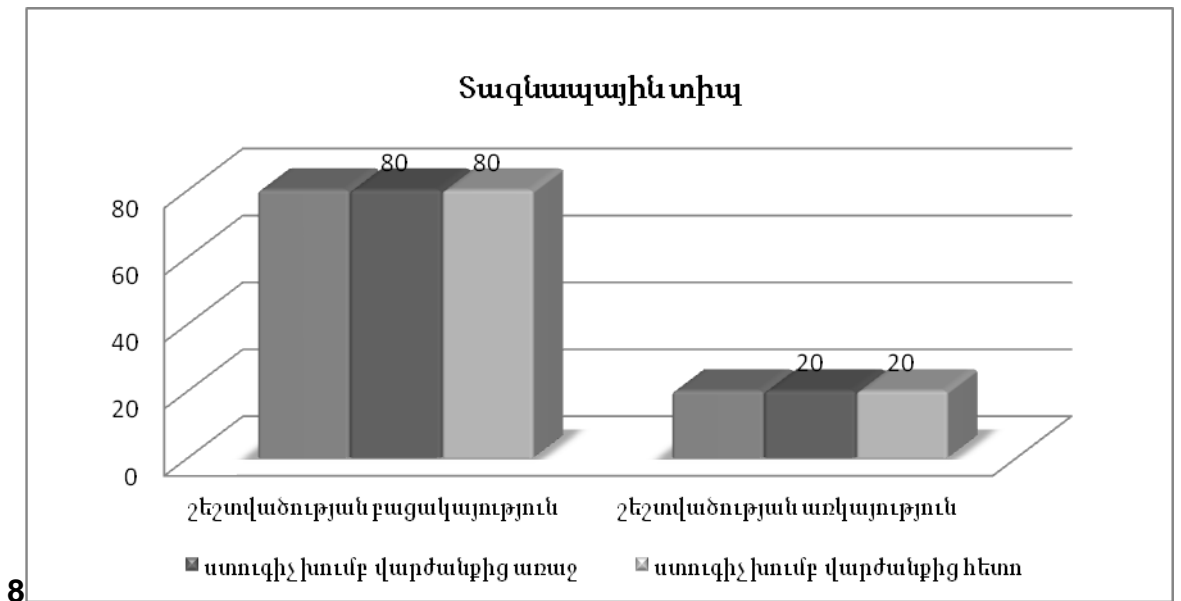
կասկածամտությանը, նույնպես դժվար են փոփոխության ենթարկվում:

Գծանկար



Պեղանտ տիպի արդյունքների ցուցանիշները փորձարարական խմբում վարժանքից առաջ և հետո

Գծանկար



Պեղանտ տիպի արդյունքների ցուցանիշները ստուգիչ խմբում վարժանքից առաջ և հետո

Ելնելով վարժանքի արդյունքում գրանցված փոփոխություններից՝ բնավորության շեշտվածության տիպերը պայմանականորեն կարող ենք խմբավորել .

Առաջին խումբ - մասնակի լավացում կամ դրական փոփոխությունների միտում է գրանցվել էմոտիվ, հոգեաթենսիկ և տազնապային տիպերի մոտ:

Էմոտիվ տիպի բարելավմանը նպաստել է կամքի ուժի և ինքնագնահատականի բարձրացումը, սակայն այս տիպի շտկմանը խանգարում է նրամոտոնևրոտիզմի առկայությունը:

Չոգեասթենիկի մասնակի լավացմանը նպաստել են նրա ինքնագնահատականի և ինքնակառավարման բաղադրամասերից հակադրության վերլուծության, անձնային հատկություններին շփոթականության և կամքի ուժի բարձրացումը, ինչպես նաև ենթարկվողականության, կախյալության և դեզադապտիվության թուլացումը: Սակայն այս տիպի ամբողջական շտկմանը խանգարում են նրան բնորոշ նևրոտիզմը և հուզական անկառավարելիությունը, ինչը հանգեցնում է ինքնակառավարման ցածր ցուցանիշների:

Տագնապային տիպի բարելավմանը նպաստել են ինքնագնահատականի բարձրացումն ու դեզադապտիվության թուլացումը, սակայն նրա ամբողջական շտկմանը խանգարում են նրամոտոնևրոտիզմի առկայությունը, ցածր ինտելեկտը և հուզական անկառավարելիությունը:

Այս խմբում ներառված տիպերը, ամենայն հավանականությամբ, երկարաժամկետ աշխատանքների արդյունքում ևս նկատելի դրական տեղաշարժ կունենան:

Երկրորդ խումբ - փոփոխություններ չեն գրանցվել:

Փոփոխություններ չի գրանցվել պեդանտ տիպի մոտ, որի վերականգնմանը խանգարում են նրա ցածր ինտելեկտը և ինքնագնահատականը, ինչպես նաև նրա անձնային հատկությունները՝ կասկածամտությունը, նևրոտիզմը, հուզականությունը:

Ընդհանրացնելով կարող ենք ասել, որ բնավորության շեշտվածության ոչ բոլոր տիպերն են ենթարկվել դրական փոփոխությունների: Առավել կայուն են պահպանել իրենց բացասական հատկությունները պեդանտ տիպը, որն ունի հուզական և կամային ոլորտի կառավարման դժվարություններ, առանձնանում են նաև այնպիսի անձնային հատկությամբ, ինչպիսին կասկածամտությունն է, որն իր ոչ ճկուն կառուցվածքի պատճառով դժվար են տրվում փոփոխության: Այն տիպը, որը անձի խանգարման իմաստով առավել խոցելի է համարվում, մասամբ է թուլացել: Դրական փոփոխությունների միտում է գրանցվել Էմոտիվ, հոգեասթենիկ և տագնապային շեշտվածություններին մոտ:

Շարունակական, սակայն կարճատև աշխատանքների ընթացքում նրանք դժվար են ենթարկվում փոփոխության:

Այսպիսով, խմբային աշխատանքներին ենթարկվել են ավելի շատ ձեռքբերովի հատկությունները: Ավելի բարդ է փոփոխություններ գրանցել հոլդերի կառավարման դժվարությունների դեպքում: Այն շեշտվածությունների մոտ, որոնք ունեն նմանատիպ դժվարություններ, վեցամսյա աշխատանքները բավարարչեն դրական արդյունք գրանցելու համար: Նույնքան ցանկալի արդյունքներ տեսնելու դժվարությունը պայմանավորված է նաև հոլդերի ոլորտի անկառավարելիության պատճառով, ինքնակառավարման և ինքնավերահսկման ոլորտներում արտահայտված դժվարություններով:

ԵԶՐԱԿԱՑՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ

1. Գիտական գրականության վերլուծությունից պարզ է դառնում.

- 1.1 Բնավորությունը շեշտվածությունը ուսումնասիրությունները սակավաթիվ են և համակարգային բնույթ չեն կրում:
 - 1.2 Բնավորությունը շեշտվածությունը բացասական ազդեցություն ունի հաղորդակցման, միջանձնային հարաբերությունների ձևավորման և գործունեության արդյունավետության վրա:
2. Բնավորությունը շեշտվածության յուրաքանչյուր տիպի հիմքում ընկած են նյարդային համակարգի հատկությունների, անձնային հիմնական կառույցների և հատկությունների որոշակի համադրություններ.
- 2.1. Բռնկվող տիպի հիմքում ընկած են նյարդային համակարգի անհավասարակշռությունը և շարժունությունը, իսկ անձնային հատկություններից՝ ակտիվությունը, ցածր ինքնավերահսկողությունը, ագրեսիվությունը, կասկածամտությունը, հուզական անկառավարելիությունը և դեզադապտիվությունը: Ինքնակառավարման գործընթացին խանգարում են ինքնավերահսկման, շտկման և որակի գնահատման բաղադրամասերի ցածր արտահայտվածությունը:
 - 2.2. Հոգեաթենիկ տիպի հիմքում ընկած են կամքի թուլությունը, ինքնազնահատականի խիստ ցածր մակարդակը, խնդիրների լուծումից խուսափումը, ենթարկվողականությունը, ներոտիզմը, հուզական անկառավարելիությունը և դեզադապտիվությունը: Ինքնակառավարման համակարգում թույլ արտահայտված է կանխատեսման և խիստ ցածր՝ որոշման ընդունման և հակադրությունների վերլուծության բաղադրամասերը:
 - 2.3. Ծիզոնի տիպի հիմքում ընկած են շփվողականության ցածր մակարդակը, խնդիրների լուծումից խուսափումը, հուզական անկառավարելիությունը և դեզադապտիվությունը: Ինքնակառավարման գործընթացի արդյունավետությանը խոչընդոտում է որոշման ընդունման ցածր մակարդակը:

- 2.4. Հիստերոիդ տիպի հիմքում ընկած են նյարդային համակարգի անհավասարակշռությունն ու շարժունությունը, անձնային հատկություններից՝ ակտիվությունը, էքստրավերսիան և մրցակցության հակվածությունը: Ինքնակառավարման գործընթացի արդյունավետ աշխատանքին խանգարում են ինքնավերահսկման և շտկման բաղադրամասերի ցածր արտահայտվածությունը:
- 2.5. Հիպերտիմ տիպի հիմքում նյարդային համակարգի հատկություններին ընկած է շարժունությունը, իսկ անձնային հատկություններին՝ ակտիվությունը, էքստրավերսիան, շփվողականությունը և իշխանականությունը: Ինքնակառավարման համակարգում թույլ արտահայտված է կանխատեսման և պլանավորման բաղադրամասերը:
- 2.6. Դիստիմիկ տիպի հիմքում ընկած են շփվողականության ցածր մակարդակը, հուզական անկառավարելիությունը և դեզադապտիվությունը: Ինքնակառավարման գործընթացին խանգարում են որոշման ընդունման, որակի գնահատման և շտկման բաղադրամասերի ցածր արտահայտվածությունը:
- 2.7. Տիկլոտիմիկ տիպի հիմքում ընկած են նյարդային համակարգի անհավասարակշռությունը և դեզադապտիվությունը: Ինքնակառավարման գործընթացի արդյունավետությանը խոչընդոտում են ինքնավերահսկման և որակի գնահատման բաղադրամասերի ցածր մակարդակը:
- 2.8. Էմոտիվ տիպի հիմքում ընկած են հուզականությունը և ներոտիզմի բարձր արտահայտվածությունը, ինչպես նաև ինքնակառավարման հակադրություններին վերլուծության գործընթացի ցածր արտահայտվածությունը:
- 2.9. Խցանվող տիպի հիմքում ընկած են անհանդուրժողականությունը, կասկածամտությունը և հույզերի պաթոլոգիկ կայունությունը:

Ինքնակառավարման համակարգի արդյունավետ աշխատանքին խանգարում է որոշման ընդունման և որակի գնահատման բաղադրամասերի թույլ արտահայտվածությունը:

2.10. Պեղանտ տիպի հիմքում ընկած է կասկածամտությունը: Ինքնակառավարման համակարգում թույլ արտահայտված են պլանավորման և որակի գնահատման բաղադրամասերը:

2.11. Տազնապային տիպի հիմքում անձնային հատկություններին ընկած են ինտելեկտի խիստ ցածր արտահայտվածությունը և հոլգական անկառավարելիությունը: Ինքնակառավարման համակարգում թույլ արտահայտվածություն և նիպլանավորում բաղադրամասը:

2.12. Եկզալ տացված տիպի հիմքում ընկած են նյարդային համակարգի անհավասարակշռությունը և մրցակցության հակվածությունը: Ինքնակառավարման համակարգի ամբողջական աշխատանքին խանգարում է որակի գնահատման բաղադրամասի ցածր արտահայտվածությունը:

3. Բնավորության շեշտվածության բոլոր տիպերի հիմքում ընկած են հոլգական ինքնակառավարման դժվարություններ, որոնք խոչընդոտում են այդ տիպերի շտկման գործընթացին:

4. Հոլգական անկառավարելիության պայմաններում իջնում է ինքնակառավարման տարբեր բաղադրամասերի արդյունավետությունը, ինչն այդ տիպերին մեծ մասի մոտ հանգեցնում է դեզադապտիվության:

Շեշտված տիպերին առավել բնորոշ են նյարդային համակարգի անհավասարակշռությունը, ներոտիզմը, կասկածամտությունը և ագրեսիվությունը:

Այսպիսով, տիպերի շեշտվածության հիմքում ընկած առավել կարևոր գործոններն են նյարդային համակարգի անհավասարակշռությունը, ներոտիզմը: Այս գործոնների ազդեցության պայմաններում առաջանում են հոլգական անկառավարելիություն, կասկածամտություն և

ագրեսիվություն, որոնք բացասաբար են ազդում
ինքնակառավարման առանձին բաղադրամասերի
արդյունավետության վրա, ինքնակառավարման ընդհանուր
մակարդակն իջնում է, ինչը հանգեցնում է դեզադապտիվության:

5. Բնավորության շեշտվածության էմոտիվ, հոգեասթենիկ և
տագնապային տիպերը, որոնց մոտ առկա են դրական
փոփոխությունների ենթակա անձնային հատկություններ,
կարճատև վերականգնողական խմբային աշխատանքների
արդյունքում որոշակի դրական փոփոխություններ են կրում:

6. Բնավորության շեշտվածության պեդանտ տիպի մոտ
փոփոխություններ չի գրանցվել: Նրա մոտ խիստ արտահայտված
է ոչ միայն նյարդային համակարգի անհավասարակշռությունը
և հուզական անկառավարելիությունը, այլ և
կասկածամտություն, ներոտիզմ անձնային հատկությունները,
որոնք նպաստում են այդ տիպերի կարծրացմանը:

ԳՈՐԾՆԱԿԱՆ ԱՌԱՋԱՐԿՆԵՐ

1. Բնավորության շեշտվածության տիպերի հիմքում ընկած գործոնների իմացությունը կարող է դրվել շեշտվածության ձևավորման և զարգացման հիմնահարցերի ուսումնասիրությունների հիմքում:
2. Բնավորության շեշտվածության ձևավորման հոգեբանական գործոնների վերաբերյալ մեր հետազոտության արդյունքները կարող են ներդրվել «Ընդհանուր հոգեբանություն», «Անձի հոգեբանություն» և «Տարիքային հոգեբանություն» առարկաների ծրագրերում և ուսումնական նյութերում:
3. Բնավորության շեշտվածության առանձին տիպերի հիմքում ընկած գործոնների վերաբերյալ մեր հետազոտության արդյունքները կարող են դրվել հոգեշտկողական ծրագրերի և վարժանքների հիմքում:

ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

1. Արզումանյան Ս., Մկրտչյան Ս., Սարգսյան Վ. «Կիրառական հոգեբանության պրակտիկում», Երևան «Չանգակ» 97, 2002., էջ 94-113:
2. Ղազարյան Ա., «Անձնային գծերի դասակարգման հարցի շուրջ», Պրոֆեսորադասախոսական անձնակազմի, ասպիրանտների, հայցորդների և գիտաշխատողների 54-րդ գիտաժողովի նյութերի ժողովածու, Լարակ, ՀՊՄՀ, Երևան «Մանկավարժ», 2010 թ., էջ .208-210:
3. Ղազարյան Ա., «Բնավորության շեշտվածությունը և նեցող անձանց կոնֆլիկտային վարքի նախատրամադրվածության առանձնահատկությունները», Հոգեբանությունը և կյանքը, 3-4, «Չանգակ» հրատ., 2011 թ., էջ . 46-51:
4. Ղազարյան Ա., Ծահինյան Չ., «Հոգեկան լարվածության պայմաններում ինքնակառավարման դրսևորման առանձնահատկությունները բնավորության շեշտվածությունը և նեցող պատանիների մոտ», Հոգեբանությունը և կյանքը, 1-2, «Չանգակ» հրատ., 2011 թ., էջ . 45-49:
5. Փիլոսյան Ս. Ս., «Բնավորության շեշտվածությամբ անձավորության ինքնավերահսկման արդյունավետության գործոնները», Տեսական և կիրառական հոգեբանության արդի հիմնախնդիրները, IV-րդ Միջազգային գիտաժողով, Երևան, 2013 թ., էջ . 185-187:
6. Алексеева Е. А., Выборщик И. В., Паршукова Л. П. Акцентуация характера: Учебное пособие. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2002. – 47 с.
7. Алиева Л. И. Влияние акцентуаций характера и стилей межличностных отношений на способы разрешения конфликтных ситуаций у студентов. Труды молодых ученых. Сборник материалов и докладов. – Орехово-Зуево: Изд-во МГОГИ, 2012. – 204 с.- с. 7-9.
8. Ананьев Б. Г. Строение характера. //Психология индивидуальных различий. Тексты. М., 1982. <http://psychology-online.net/articles/doc-1264.html>

9. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания. Питер, 2001. - 288 с.
10. Анн Л. Ф. Психологический тренинг с подростками. – СПб: Питер. 2007. – 271 с: ил. - (Серия «Эффективный тренинг»).
11. Анохин П. К. Узловые вопросы теории функциональной системы. М.: Наука, 1980, 197 с.
12. Анцупов А. Я., Шипилов А. И. Словарь конфликтологии. 2009 г.. <http://vocabulary.ru/dictionary/887/word/akcentuaci-haraktera>.
13. Артефакты: Древний мир глазами Гиппократ и Платона. http://publicistik.blogspot.com/2010/10/blog-post_3739.html.
14. Бодалев А. А. Психология о личности. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1988. — 188 с.
15. Вартамян В. М. Эмпатия в структуре индивидуально-психотипологических особенностей личности.: Автореф. дис.канд. психол. наук. М., 2007. - с. 26.
16. Вачков И. В. Основы технологии группового тренинга. Учеб. пособие. – М: Издательство "Ось-89", 1999. – 176 с.
17. Вдовина Д. В., Огородова Т. В. Волевая организация и акцентуация сферы личности спортсменов подросткового возраста. //Вестник Челябинского государственного университета. Образование и здравоохранение. Вып. 1. 2013.- с. 31–33.
18. Волков П. В. Психологический лечебник: Руководство по профилактике душевных расстройств. – М.: РИПОЛ классик, 2004. – 480 с.
19. Выготский Л. С. Психология. М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. - 1008 с. (Серия «Мир психологии»).
20. Ганушкин П. Б., Клиника психопатии. Их статистика, динамика, систематика. Медицинская книга; М.; 2007. – 329 с.
21. Гарнаева А. Ю., Титова Л. А. Соответствие типов акцентуации характера и темперамента общему уровню и структурным компонентам эмпатии. http://www.rusnauka.com/13_EISN_2009/Psihologia/45355.doc.htm
22. Гиппенрейтер Ю. Б., Романова В. Я. У нас разные характеры... Как быть? Астрель; М.; 2012. 91 с.
23. Гоноболин Ф.Н. Психология. М.: Просвещение, 1973. - 240 с.

24. Гребень Н. Ф., Психологические тесты для профессионалов. Минск, Современная школа, 2007 г., 488 с.
25. Еникеев М. И. Общая и социальная психология. Учебник для вузов.— М.: Издательская группа НОРМА–ИНФРА, М, 1999. – 624 с.
26. Жердева Е. К., Анализ акцентуации характера в контексте изучения личностной идентичности. //Вестник Новосибирского государственного педагогического университета. 2011. № 2. 76 с. - с. 28-45.
27. Земскова А. А., Взаимосвязь типов семейного воспитания и акцентуаций характера у подростков. //Проблемы здоровья личности в теоретической и прикладной психологии: Материалы Международной науч.-практ. конф. /Под ред. Н. А. Кравцовой. – Владивосток: Мор. гос.ун-т им. адм. Г. И. Невельского, 2011. – 364 с. - с. 118-122.
28. Ильин Е. П. Психология воли. 2-е изд.— СПб: Питер, 2009. — 368 с: ил. — (Серия «Мастера психологии»).
29. Ильин Е. П. Психология общения и межличностных отношений. — СПб: ил. — (Серия «Мастера психологии». Питер, 2009. — 576 с.
30. Ильин Е. П. Эмоции и чувства. — СПб: Питер, 2001. — 752 с: ил. — (Серия «Мастера психологии»).
31. Климов Е. А., Основы психологии.— М.: ЮНИТИ, 1997. —295 с.
32. Кобзева О. В. Динамика агрессивности и ее взаимодействия с личностными особенностями в подростковом и юношеском возрастах: Автореф. дис.канд. психол. наук. М., 2006. - 22 с.
33. Коваленко Е. А. Специфические особенности общительности при некоторых типах акцентуации характера. Вестник МГОУ. Серия «Психологические науки». – № 3. – 2007. – М.: Изд-во МГОУ. – 400 с. – с. 224-228.
34. Коломиец А. Ю. Акцентуация характера индивидов как предпосылки, детерминирующие возникновение девиантного поведения у подростков. //Современный взгляд на будущее науки: сборник статей Международной научно- практической конференции 10 апреля 2014 г.: Ч.3 / отв. ред. А. А. Сукиасян. - Уфа: Аэтерна, 2014. – с. 174-177.

35. Кондратьев М. Ю., Ильин В. А., Азбука социального психолога-практикум: Справочно-энциклопедическое издание. – М.: ПЕР СЭ, 2007. – 464 с.
36. Кон И. С. Психология ранней юности: Кн. для учителя.— М.: Просвещение, 1989.— 252 с.
37. Коркина М. В. Психиатрия: Учебник для студ. мед. вузов / М. В. Коркина, Н. Д. Лакосина, А. Е. Личко, И. И. Сергеев. — 3-е изд. — М.: МЕДпресс-информ, 2006. — 576 с.
38. Краткий психологический словарь. /Под общей ред. А. В. Петровского и М. Г. Ярошевского /ред.-составитель Л. А. Карпенко - Ростов-на-Дону: ФЕНИКС, 1998. – 512 с.
39. Кречмер Э. Строение тела и характер: <http://www.psychology-online.net/articles/doc-1833.html>
40. Лазурский А. Ф. Классификация личностей. М., 1924. 290 с.
41. Лазурский А., Очерк науки о характерах, 3-е дополненное издание, Петроград. Издание К. Л. Риккера, 1917, - 386 с.
42. Левитов Я. Д.. Проблема характера в современной психологии. — «Вопросы психологии», 1970, № 5, с. 12. <http://yourlib.net/content/view/6018/70/>
43. Леонгард К. Акцентуированные личности. Ростов н/Д: изд-во «Феникс», 2000. — 544 с.
44. Лихачев Д. С. Заметки и наблюдение. Л., Советский писатель, 1989, с. 72-74.
45. Личко А. Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков. Ленинград: «Медицина», 1983г., 126 с.
46. Лоуэн А. Анализ характера. //Психология и психоанализ характера: хрестоматия /ред.-сост. Д. Я. Райгородский. Самара: Издательский дом «БАРАХ-М», 2007. - 640 с.
47. Маклаков А. Г. Общая психология. — СПб: Питер, 2001. — 592 с.: ил. — (Серия «Учебник нового века»)
48. Манолова, О. Н. Темпераментальные основы характера: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. — М., 2005. 27 с.

49. Матасова И. Л. Проблемы внедрения ФГОС в контексте профилактики психологической зависимости в подростковом возрасте. // Бюллетень Учебно-методического объединения вузов Российской Федерации по психолого-педагогическому образованию № 1 (4) — 2013. С. 86-98.
50. Мерлин В. С. Психология индивидуальности /— Воронеж: МОДЭК; Москва: Институт практической психологии, 1996. — 448 с.
51. Морозова С. В., Черняева Ю. Е. Акцентуация характера: Профессиональная и индивидуально-типологическая особенность личности. // Вестник интегративной психологии. Журнал для психологов. Часть 3, Раздел 4, Выпуск 9. Ярославль, Москва 2011, 248 с. — с. 68-71.
52. Моросанова В. И. Акцентуация характера и стиль саморегуляции у студентов. // Вопросы психологии. 1997. №6. - с. 30-38.
53. Николаенко Я. Н. Агрессивное поведение старших школьников с нарушением интеллекта при различных типах акцентуаций характера. // Известия Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена. Киев, 2009 г. с. 183-188. <http://cyberleninka.ru/article/n/agressivnoe-povedenie-starshih-shkolnikov-s-narusheniem-intellekta-pri-razlichnyh-tipah-aktsentuatsiy-haraktera>
54. Общая психология: Учебник /Под ред. Тугушева Р. Х. и Гарбера Е. И. — М.: Изд-во Эксмо, 2006. — 560 с.
55. Овчарова Р. В. Практическая психология образования.- М., 2003.- 448 с.
56. Олпорт Г. Становление личности. Избранные труды. М.: "Смысл", 2002, с. 166-216
57. Пейсахов Н. М., Шевцов М. Н. Практическая психология: (Науч. основы) - Казань: Изд-во Казан. ун-та, 1991. 119 с.
58. Платонов К. К. О системе психологии. М., «Мысль», 1972. -216 с.
59. Плохинский А. Н. Биометрия, М., 1970 г. -368 с.
60. Пономаренко В. В. Практическая характерология с элементами прогнозирования и управления поведением (методика «семь радикалов») /В.В. Пономаренко. — Ростов н/Д: Феникс, 2006. — 252 с. — (Психологический практикум).

61. Практикум по общей психологии: Учеб. пособие /Н. С. Глуханюк, Е. В. Дьяченко, С. Л. Семенова. — 3-е изд. — М.: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2006. — 224 с. — (Серия «Библиотека психолога»)
62. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие./ред.-сост. Райгородский Д. Я. — Самара: Издательский Дом «БАХРАХ». — 2001. — 672 с.
63. Принцип системности в психологических исследованиях. М., Флинта Наука, 2011. 478 с.
64. Психологические основы межличностных конфликтов: Учебное пособие /Составитель Н. И. Петрова – Н. Новгород, 2006. - 46 с., с. 29-34/:
65. Психологические теории и концепции личности. Краткий справочник. Под. ред. Горностай П., Титаренко Т. Психология личности: словарь-справочник. К.: "Рута", 2001.- <http://psylib.ukrweb.net/books/psiteol/index.htm>.
66. Психологические тесты. Под редакцией А. А. Карелина, Том 1, 1999, 312 с.
67. Психология и педагогика: Учебное пособие /Николаенко В. М., Залесов Г. М., Андрюшина Т. В. и др.; Отв. ред. канд. филос. наук, доцент В. М. Николаенко. — М.: ИНФРА-М; Новосибирск: НГАЭиУ, 2000. - 175 с.
68. Психология развития. /Под ред. Болотовой А. К. и Молчановой О. Н. — М: ЧеРо, 2005, 524 с.
69. Райгородский Д. Я. Психология и психоанализ характера. Хрестоматия по психологии и типологии характеров. М.:Бахрах-М, 2009, 640 с.
70. Реан А. А. Психология изучения личности: Учеб. пособие. — СПб., Изд-во Михайлова В. А., 1999. — 288 с.
71. Рогов Е. И. Настольная книга практического психолога: Учеб. пособие: В 2 кн. — 2-е изд., перераб. и доп. — М.: Гума-нит. изд. центр ВЛАДОС, 1999. — Кн. 1: Система работы психолога с детьми разного возраста. — 384 с.
72. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. //Составители, авторы комментариев и послесловия А. В. Брушлинский, К. А. Абульханова-Славская. СПб: Издательство "Питер", 2000. 578 с.

- 73.Руководство по психиатрии: /Под ред. А. С. Тиганова, Снежневский А. В., Орловская Д. Д.и др.Т.2— М.: Медицина, 1999. — 784 с.
- 74.Руководство по психиатрии/Под. ред. А. В. Снежевского. - Т. 2. – М.: Медицина, 1983. - 544 с.
- 75.Русалов В. М. Взаимосвязь характера и темперамента в структуре индивидуальности / В. М. Русалов, О. Н. Манолова //Психологический журн.— 2005.—Т. 26, №3.— с. 65—73./
- 76.Садовский В. Н., Людвиг фон Берталанфи и развитие системных исследований в XX веке, в Сб.: Системный подход в современной науке, М., «Прогресс-Традиция», 2004 г., с. 8, <http://vikent.ru/>
- 77.Самохвалова А. Г.Акцентуации характера как фактор затрудненного общения подростков. //Вестник КГУ им. Н. А. Некрасова. 2013, Том 19 Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика № 4, 200 с. - с. 47-53.
- 78.Сборник психологических тестов. Часть I: Пособие /Сост. Е.Е.Миронова – Мн.: Женский институт ЭНВИЛА, 2005. – 155 с.
- 79.Словарь практического психолога. /Сост. С. Ю. Головин. -- Минск: Харвест, 1998. – 2129 с.
- 80.Смага А. А., Изергина Т. Н. Взаимосвязь самооценки и типов акцентуаций характера у подростков.//Психолого-педагогические условия развития личности: Сборник научных статей студентов, магистров, аспирантов и преподавателей /Подред. М. Ю. Двоеглазовой. - Мурманск: МГГУ, 2011. – Вып. 9. – 169 с.
- 81.Смулевич А. Б. Малопрогрессирующая шизофрения и пограничные состояния. ОнлайнБиблиотека <http://www.koob.ru>
- 82.Столяренко Л. Д. Основы психологии. Издание третье, переработанное и дополненное. Серия «Учебники, учебные пособия». Ростов-на-Дону: «Феникс», 2000. - 672 с.
- 83.Столяренко Л. Д. Основы психологии. Практикум, Ростов-на-Дону, 2006. – 704с.

- 84.Суворова Г. А.,Теория системогенеза деятельности В. Д. Шадрикова и дальнейшее развитие деятельностного подхода в психологии.
<http://yspu.org/images/>.
- 85.Тугушев Р. Х. Проблемы развития системного подхода в психологии личности.
[/http://www.psycheya.ru/lib/st_tug_3.html](http://www.psycheya.ru/lib/st_tug_3.html)
- 86.Фетискин Н. П., Козлов В. В., Мануйлов Г. М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. – М., Изд-во Института Психотерапии. 2002. –490 с.
- 87.Фромм Э. Человек для самого себя. Психология и этика. М., 1993. 340 с.
- 88.Хашина О. А. Социально-психологическая коррекция акцентуаций характера путём формирования личностного самоопределения: дис. канд. психол. наук. Самара, 1998. - 152 с.
- 89.Хромов А. Б. Пятифакторный опросник личности: Учебно-методическое пособие Курган: Изд-во Курганского гос. университета, 2000. - 23 с.
- 90.Хьелл Л., Зиглер Д., Теории личности, СПб.:Питер Пресс, 1997
Терминологическая справка В. Данченко К.:PSYLIB, 2006,
<http://www.psylib.org.ua/books/hjelz01/index.htm>
- 91.Шелдон У. Анализ конституционных различий по биографическим данным:
[/http://www.psychology-online.net/articles/doc-1293.html](http://www.psychology-online.net/articles/doc-1293.html)
- 92.Шилова М. Н. Непрерывное образование: актуальное состояние, проблемы и перспективы [Текст]: сб. статей /Подред. Ю. В. Братчиковой. – Екатеринбург: Урал.гос.пед.ун-т., 2013 - 132 с. – с. 74-77.
- 93.Шмелев А. Г. Психодиагностика личностных черт. — СПб.: Речь, 2002. 480 с.
- 94.Шнейдер Л. Б. Девиантное поведение детей и подростков. – М.: Академический Проект; Трикста, 2005. – 336 с. - (Психологические технологии)
95. Юрьева Л. Н. История. Культура. Психические и поведенческие расстройства. Киев «Сфера» 2002. - 224 с.
- 96.Bloomquist M. L., Schinell S. V. Helping children with aggression and conduct problems. Best practices for intervention. The Guilford Press, New York, London, 2002. – 419 p.

97. Caspi A., Roberts B. W., Shiner R. L., Personality development: Stability and change. //Annual Review of Psychology. 2005. p. 453-487.
98. Cattell R. B. & Cattell H. E. P. (1995). Personality structure and the new fifth edition of the 16PF. Educational and Psychological Measurement, 55, p. 926-937.
99. Dolan M., Psychopathic personality in young people. Advances in Psychiatric Treatment (2004), vol. 10, p. 466–473.
100. Dolan M., Doyle M., Psychopathy: Diagnosis and implications for treatment. //PSYCHIATRY 6:10. © 2007 Published by Elsevier Ltd. – p. 404-408.
101. Fisher R. A., Frank Y. Statistical Tables for Biological, Agricultural and Medical Research, 6th ed., published by Longman Group, Ltd., London (previously published by Oliver and Boyd, Edinburgh), Table VII. WWW.drva.info/Guide/GuideMathematics/TheTheoryOfProbabilityAndStatistics/PirsonVsSingificance/
102. Glenn A. L., Raine A., Andrea L., Psychopathy and instrumental aggression: Evolutionary, neurobiological and legal perspectives. //International Journal of Law and Psychiatry. © 2009 Elsevier Ltd. All rights reserved. - p. 253-258.
103. Handbook of Clinical Rating Scales and Assessment in Psychiatry and Mental Health. Edited by Lee Baer, Mark A. - Humana Press, a part of Springer Science+Business Media, LLC 2010. 320 p.
104. James R., Blair R., Neurobiological basis of psychopathy. //British journal of psychiatry (2003), 182. - p. 5-7.
105. Raven G. Progressive Matrices. Psychodiagnostica, narodny podnik. Bratislava. P.60.
106. Roccas S., Sagiv L. The big five personality factors and personal values. //Pers. Soc. Psychol. Bull., 2002, p. 788-801.
107. Trull T. J. Dimensional models of personality disorder: Coverage and cutoffs. //Journal of Personality Disorders, © 2005 The Guilford Press, p. 262-282.
108. Widiger T. A., Mullins-Sweatt S. N., Five-Factor Model of Personality Disorder: A Proposal for DSM-V. //Annu. Rev. Clin. Psychol. 2009. 5:- p. 197–222.
109. Yang Y. Raine A. Functional neuroanatomy of psychopathy. //PSYCHIATRY 7:3. © 2008 Elsevier Ltd. All rights reserved. – p. 133-136.

ՀԱՎԵԼ ՎԱՃ 1

Աղյուսակ 1

Բնալորության շեշտվածության ու նների և ինքնակառավարման /նրա բաղադրամասերի/ պոլիտիկայի ներքին համահարաբերակցային վերլուծության ցուցանիշները

		Բնալորության շեշտվածության ու ններ											
		բռնկվող	հոգեապթենի	շիզոֆրենի	հիստերոիդ	միսոսթիմ	դիսսոսիալ	ցիկլոպսիխիկ	էմոսիվ	իցանյո	սեդատ	սոսոսիալ	էկզոսոսոս
Ինքնակառավարում	Հակալորության ու նների վերլուծության ու ն	0,048	-0,361	- 0,216	0,174	0,046	-0,212	-0,068	-0,273	-0,069	-0,140	0,043	0,112
	Կանխատեսում	0,202	0,278	0,113	-0,010	-0,288	0,070	0,064	-0,018	-0,160	0,034	0,153	0,196
	Նպատակալորում	- 0,120	-0,048	- 0,107	0,132	0,152	0,100	-0,133	0,022	0,117	0,040	-0,193	-0,025
	Պատկերում	0,172	-0,009	0,188	0,060	-0,301	0,035	0,176	0,121	0,074	0,451	0,455	0,211
	Որակի գնահատում	- 0,380	-0,160	- 0,156	0,218	0,002	-0,634	-0,309	0,087	0,541	0,443	-0,121	-0,260
	Որոշման ընդունում	- 0,214	-0,354	- 0,513	0,118	0,151	-0,642	-0,035	-0,070	0,532	-0,006	-0,046	-0,143
	Ինքնավերահսկում	- 0,486	-0,027	0,223	-0,310	-0,062	0,036	-0,304	-0,141	0,114	-0,030	-0,187	-0,006
	Շակում	- 0,488	-0,157	- 0,194	-0,304	-0,010	-0,631	-0,027	0,077	0,074	-0,010	0,078	0,169
	Ընդհանուր մակարդակը	- 0,107	-0,277	- 0,120	0,191	0,059	-0,029	-0,102	-0,047	0,131	-0,012	-0,032	0,080

Աղյ ու սակ 1 /2 պոռու նակոլթյ ու ն/

բռնկվող	հոգեաթե նիկ	շիզոիդ	հիստերոիդ
P*≤0,05, երբ r=0,380-0,388	P*≤0,05, երբ r =0,273-0,287	P*≤0,05, երբ r=0,513-0,532	P*≤0,05, երբ r=0,304-0,324
P**≤0,01, երբ r=0,486-0,496	P**≤0,01, երբ r=0,354-0,372	P**≤0,01, երբ r=0,641-0,661	P**≤0,01, երբ r=0,393-0,418
հիպերտիմ	դիստիմիկ	ցիկլ ոստիմիկ	էմոտիվ
P*≤0,05, երբ r=0,287-0,304	P*≤0,05, երբ r=0,631-0,666	P*≤0,05, երբ r=0,304-0,324	P*≤0,05, երբ r=0,273-0,287
P**≤0,01, երբ r=0,372-0,393	P**≤0,01, երբ r=0,764-0,797	P**≤0,01, երբ r=0,393-0,418	P**≤0,01, երբ r=0,354-0,372
խցանվող	աֆդանտ	տագնապայ ին	էկզալ տացված
P*≤0,05, երբ r=0,532-0,552	P*≤0,05, երբ r=0,443-0,455	P*≤0,05, երբ r=0,455-0,468	P*≤0,05, երբ r=0,250-0,273
P**≤0,01, երբ r=0,661-0,683	P**≤0,01, երբ r=0,561-0,575	P**≤0,01, երբ r=0,575-0,589	P**≤0,01, երբ r=0,324-0,354

Աղյ ու սակ 2

Բնավորոլթյ ան շեշ տվածոլթյ ու նների և ինտել էկտի պոռյ ու նք ների համահարաբերակցայ ին վերլ ու ծոլթյ ան ցոլ ցանիշ ները

Բնավորոլթյ ան շեշ տվածոլթյ ու ններ

	բռնկվող	հոգեաթենիկ	շիզոֆր	հիստերոֆր	հիպերտիմ	դիստիմիկ	ցիկլոտիմիկ	էմոտիվ	խցանկող	աֆդանտ	տագնապայի	էկզալտացված
Ինտելեկտ	-0,051	0,030	0,045	-0,120	-0,109	0,046	-0,307	-0,110	-0,082	-0,449	-0,581	0,057

բռնկվող

P*≤0,05, երբ r=0,380-0,388
P**≤0,01, երբ r=0,486-0,496

հիպերտիմ

P*≤0,05, երբ r=0,287-0,304
P**≤0,01, երբ r=0,372-0,393

խցանկող

P*≤0,05, երբ r=0,532-0,552
P**≤0,01, երբ r=0,661-0,683

հոգեաթենիկ

P*≤0,05, երբ r=0,273-0,287
P**≤0,01, երբ r=0,354-0,372

դիստիմիկ

P*≤0,05, երբ r=0,631-0,666
P**≤0,01, երբ r=0,764-0,797

աֆդանտ

P*≤0,05, երբ r=0,443-0,455
P**≤0,01, երբ r=0,561-0,575

շիզոֆր

P*≤0,05, երբ r=0,513-0,532
P**≤0,01, երբ r=0,641-0,661

ցիկլոտիմիկ

P*≤0,05, երբ r=0,304-0,324
P**≤0,01, երբ r=0,393-0,418

տագնապային

P*≤0,05, երբ r=0,455-0,468
P**≤0,01, երբ r=0,575-0,589

հիստերոֆր

P*≤0,05, երբ r=0,304-0,324
P**≤0,01, երբ r=0,393-0,418

էմոտիվ

P*≤0,05, երբ r=0,273-0,287
P**≤0,01, երբ r=0,354-0,372

էկզալտացված

P*≤0,05, երբ r=0,250-0,273
P**≤0,01, երբ r=0,324-0,354

Աղյուսակ 3

Բնախորու թյան շեշտված ու թյ ու նների և արու մակցման մակարդակի արդյ ու նքների համահարաբերակցային վերլ ու ծ ու թյ ան ց ու ցանիշ ները

Բնախորու թյան շեշտված ու թյ ու ններ

	բռնկվող	հոգեաթենսիկ	շիզոֆիդ	հիստերոիդ	հիպերտիմ	դիստիմիկ	ցիկլոստիմիկ	էմոտիվ	խցանկող	սֆերանտ	տագնապային	էկզալտացիա
Սարոլեմանյան մանկարդան	0,023	0,092	0,052	0,321	0,209	-0,140	-0,086	0,285	0,054	0,165	0,069	-0,072

բռնկվող

P*≤0,05, երբ r=0,380-0,388

P**≤0,01, երբ r=0,486-0,496

հիպերտիմ

P*≤0,05, երբ r=0,287-0,304

P**≤0,01, երբ r=0,372-0,393

հոգեաթենսիկ

P*≤0,05, երբ r=0,273-0,287

P**≤0,01, երբ r=0,354-0,372

դիստիմիկ

P*≤0,05, երբ r=0,631-0,666

P**≤0,01, երբ r=0,764-0,797

շիզոֆիդ

P*≤0,05, երբ r=0,513-0,532

P**≤0,01, երբ r=0,641-0,661

ցիկլոստիմիկ

P*≤0,05, երբ r=0,304-0,324

P**≤0,01, երբ r=0,393-0,418

հիստերոիդ

P*≤0,05, երբ r=0,304-0,324

P**≤0,01, երբ r=0,393-0,418

էմոտիվ

P*≤0,05, երբ r=0,273-0,287

P**≤0,01, երբ r=0,354-0,372

Աղյուսակ 3 / 2 սրոլեմանյան թյուրեմ /

խցանկող

P*≤0,05, երբ r=0,532-0,552

P**≤0,01, երբ r=0,661-0,683

սֆերանտ

P*≤0,05, երբ r=0,443-0,455

P**≤0,01, երբ r=0,561-0,575

տագնապային

P*≤0,05, երբ r=0,455-0,468

P**≤0,01, երբ r=0,575-0,589

էկզալտացիա

P*≤0,05, երբ r=0,250-0,273

P**≤0,01, երբ r=0,324-0,354

Աղյուսակ 4

Բնավորության և շեշտվածության ու նների և կամքի ու ժիտի սրբի ու նքների համահարաբերակցային վերլուծության ցուցանիշները

Բնավորության և շեշտվածության ու ններ												
	բռնկվող	հոգեաթենիկ	շիզոիդ	հիստերոիդ	հիպերտիմ	դիստիմիկ	ցիկլոստիմիկ	էմոտիվ	խցանկոլ	սոբրանտ	սոսոսային	էկզալտացիան
կամքի	0,061	-0,360	0,103	0,104	0,291	-0,141	0,006	-0,287	-0,081	-0,019	0,033	0,183

բռնկվող

P*≤0,05, երբ r=0,380-0,388

P**≤0,01, երբ r=0,486-0,496

հոգեաթենիկ

P*≤0,05, երբ r=0,273-0,287

P**≤0,01, երբ r=0,354-0,372

շիզոիդ

P*≤0,05, երբ r=0,513-0,532

P**≤0,01, երբ r=0,641-0,661

հիստերոիդ

P*≤0,05, երբ r=0,304-0,324

P**≤0,01, երբ r=0,393-0,418

հիպերտիմ

P*≤0,05, երբ r=0,287-0,304

P**≤0,01, երբ r=0,372-0,393

դիստիմիկ

P*≤0,05, երբ r=0,631-0,666

P**≤0,01, երբ r=0,764-0,797

ցիկլոստիմիկ

P*≤0,05, երբ r=0,304-0,324

P**≤0,01, երբ r=0,393-0,418

էմոտիվ

P*≤0,05, երբ r=0,273-0,287

P**≤0,01, երբ r=0,354-0,372

խցանկոլ

P*≤0,05, երբ r=0,532-0,552

սոբրանտ

P*≤0,05, երբ r=0,443-0,455

սոսոսային

P*≤0,05, երբ r=0,455-0,468

էկզալտացիան

P*≤0,05, երբ r=0,250-0,273

**Աղյուսակ 4
/շարունակության ու ն/**

P**≤0,01, երբ r=0,661-0,683 P**≤0,01, երբ r=0,561-0,575 P**≤0,01, երբ r=0,575-0,589 P**≤0,01, երբ r=0,324-0,354

Աղյ ու սակ 5

Բնավորության շեշտվածության ներքի և ինքնուրույնության արդյունքների համահարաբերակցային վերլուծության ցուցանիշները

Բնավորության շեշտվածության ներքի												
	բռնկվող	հոգեաթենսիկ	շիզոֆր	հիստերոիդ	հիպերտիմ	դիստիմիկ	ցիկլոտիմիկ	եմոտիվ	իցամակող	աֆդանո	տագնապի	էկզալտացիվ
Ինքնուրույնություն	0,191	-0,025	0,190	0,317	0,093	0,013	-0,130	-0,144	0,022	-0,099	-0,210	0,092

Աղյ ու սակ 5 /2 արուևակության ուև/

բռնկվող

P*≤0,05, երբ r=0,380-0,388
0,324

P**≤0,01, երբ r=0,486-0,496

հիպերտիմ

P*≤0,05, երբ r=0,287-0,304

P**≤0,01, երբ r=0,372-0,393

իցամակող

հոգեաթենսիկ

P*≤0,05, երբ r=0,273-0,287

P**≤0,01, երբ r=0,354-0,372

դիստիմիկ

P*≤0,05, երբ r=0,631-0,666

P**≤0,01, երբ r=0,764-0,797

աֆդանո

շիզոֆր

P*≤0,05, երբ r=0,513-0,532

P**≤0,01, երբ r=0,641-0,661

ցիկլոտիմիկ

P*≤0,05, երբ r=0,304-0,324

P**≤0,01, երբ r=0,393-0,418

տագնապի

հիստերոիդ

P*≤0,05, երբ r=0,304-

P**≤0,01, երբ r=0,393-0,418

եմոտիվ

P*≤0,05, երբ r=0,273-0,287

P**≤0,01, երբ r=0,354-0,372

էկզալտացիվ

$P^* \leq 0,05$, երբ $r=0,532-0,552$ $P^* \leq 0,05$, երբ $r=0,443-0,455$ $P^* \leq 0,05$, երբ $r=0,455-0,468$ $P^* \leq 0,05$, երբ $r=0,250-0,273$
 $P^{**} \leq 0,01$, երբ $r=0,661-0,683$ $P^{**} \leq 0,01$, երբ $r=0,561-0,575$ $P^{**} \leq 0,01$, երբ $r=0,575-0,589$ $P^{**} \leq 0,01$, երբ $r=0,324-0,354$

Աղյուսակ 6

Բնավորության շեշտվածության նների և շփոթականության անարդյունքների համահարաբերակցային վերլուծության ցուցանիշները

Բնավորության շեշտվածության ններ													
	բռնկվող	հոգեաթենիկ	շիզոֆր	հիստերոիդ	հիպերտիվ	դիստիմիկ	ցիկլոտիմիկ	էմոտիվ	խցանկող	աֆոանտ	տագնապային	էկզալտացված	...
Շփոթ...	0,148	-0,285	-0,641	-0,020	0,384	-0,782	-0,016	0,070	0,090	0,112	0,042	0,182	...

Աղյուսակ 6 / 2 արունակության ն /

բռնկվող

$P^* \leq 0,05$, երբ $r=0,380-0,388$
 $P^{**} \leq 0,01$, երբ $r=0,486-0,496$

հիպերտիվ

$P^* \leq 0,05$, երբ $r=0,287-0,304$
 $P^{**} \leq 0,01$, երբ $r=0,372-0,393$

խցանկող

$P^* \leq 0,05$, երբ $r=0,532-0,552$
 $P^{**} \leq 0,01$, երբ $r=0,661-0,683$

հոգեաթենիկ

$P^* \leq 0,05$, երբ $r=0,273-0,287$
 $P^{**} \leq 0,01$, երբ $r=0,354-0,372$

դիստիմիկ

$P^* \leq 0,05$, երբ $r=0,631-0,666$
 $P^{**} \leq 0,01$, երբ $r=0,764-0,797$

աֆոանտ

$P^* \leq 0,05$, երբ $r=0,443-0,455$
 $P^{**} \leq 0,01$, երբ $r=0,561-0,575$

շիզոֆր

$P^* \leq 0,05$, երբ $r=0,513-0,532$
 $P^{**} \leq 0,01$, երբ $r=0,641-0,661$

ցիկլոտիմիկ

$P^* \leq 0,05$, երբ $r=0,304-0,324$
 $P^{**} \leq 0,01$, երբ $r=0,393-0,418$

տագնապային

$P^* \leq 0,05$, երբ $r=0,455-0,468$
 $P^{**} \leq 0,01$, երբ $r=0,575-0,589$

հիստերոիդ

$P^* \leq 0,05$, երբ $r=0,304-0,324$
 $P^{**} \leq 0,01$, երբ $r=0,393-0,418$

էմոտիվ

$P^* \leq 0,05$, երբ $r=0,273-0,287$
 $P^{**} \leq 0,01$, երբ $r=0,354-0,372$

էկզալտացված

$P^* \leq 0,05$, երբ $r=0,250-0,273$
 $P^{**} \leq 0,01$, երբ $r=0,324-0,354$

Աղյուսակ 7

Բնավորու թյ ան շ եշ տված ու թյ ու ն ների և ի նք նավեր ա հ ս կ մ ան արդյ ու նք ների հ ամ ա հ ար աբ եր ա կ ց ա յ ի ն վերլ ու ծ ու թյ ան ց ու ց ան ի շ ն եր ը

Բնավորու թյ ան շ եշ տված ու թյ ու ն ներ												
	բ ո ն կ յ լ ո ղ	հ ո գ ե ա թ ե ն ի կ	շ ի գ ղ ի դ	հ ի ս ա ե թ ռ ի դ	հ ի աբ ո ս ր մ	դ ի ս ա տ ր մ ի կ	ց ի կ լ ո ս ր մ ի կ	է մ ո ս ր մ յ	ի ց ան վ ո ղ	աբ դ ան ս	տ ա գ ն ա ա պ յ ի ն	է կ զ ա տ ա ց վ ած
Ի նք ն ա լ լ	-0,486	0,171	0,003	-0,154	0,212	0,080	-0,234	-0,077	0,133	0,056	-0,127	-0,124

Ա ղ յ ու ն ս ա կ 7 / 2 ար ու ն ն ա կ ու թ յ ու ն /

բ ո ն կ յ լ ո ղ

P*≤0,05, երբ r=0,380-0,388
P**≤0,01, երբ r=0,486-0,496

հ ո գ ե ա թ ե ն ի կ

P*≤0,05, երբ r=0,273-0,287
P**≤0,01, երբ r=0,354-0,372

շ ի գ ղ ի դ

P*≤0,05, երբ r=0,513-0,532
P**≤0,01, երբ r=0,641-0,661

հ ի ս ա ե թ ռ ի դ

P*≤0,05, երբ r=0,304-0,324
P**≤0,01, երբ r=0,393-0,418

հ ի աբ ո ս ր մ

P*≤0,05, երբ r=0,287-0,304
P**≤0,01, երբ r=0,372-0,393

դ ի ս ա տ ր մ ի կ

P*≤0,05, երբ r=0,631-0,666
P**≤0,01, երբ r=0,764-0,797

ց ի կ լ ո ս ր մ ի կ

P*≤0,05, երբ r=0,304-0,324
P**≤0,01, երբ r=0,393-0,418

է մ ո ս ր մ յ

P*≤0,05, երբ r=0,273-0,287
P**≤0,01, երբ r=0,354-0,372

ի ց ան վ ո ղ

P*≤0,05, երբ r=0,532-0,552
P**≤0,01, երբ r=0,661-0,683

աբ դ ան ս

P*≤0,05, երբ r=0,443-0,455
P**≤0,01, երբ r=0,561-0,575

տ ա գ ն ա ա պ յ ի ն

P*≤0,05, երբ r=0,455-0,468
P**≤0,01, երբ r=0,575-0,589

է կ զ ա տ ա ց վ ած

P*≤0,05, երբ r=0,250-0,273
P**≤0,01, երբ r=0,324-0,354

Ա ղ յ ու ն ս ա կ 8

Բնավորու թյ ան շ եշ տված ու թյ ու ն ների և ռ ե ֆ լ եք ս ի վ ու թ յ ան արդյ ու նք ների հ ամ ա հ ար աբ եր ա կ ց ա յ ի ն վերլ ու ծ ու թյ ան ց ու ց ան ի շ ն եր ը

Բնավորու թյ ան շ եշ տված ու թյ ու ն ներ

	բռնկվող	հոգեաթենսիկ	շիզոֆիդ	հիստերոիդ	հիպերտիմ	դիստիմիկ	ցիկլոտիմիկ	էմոտիվ	խցանկող	աֆոզանտ	տագնապիկ	էկզալտացիված
Ռեֆլեքս	0,074	0,213	0,222	-0,310	-0,164	0,354	0,117	0,067	0,178	0,087	0,076	0,195

Աղյուսակ 8 /2 արող նակոթյ ու ն/

բռնկվող

P*≤0,05, երբ r=0,380-0,388
P**≤0,01, երբ r=0,486-0,496

հիպերտիմ

P*≤0,05, երբ r=0,287-0,304
P**≤0,01, երբ r=0,372-0,393

խցանկող

P*≤0,05, երբ r=0,532-0,552
P**≤0,01, երբ r=0,661-0,683

հոգեաթենսիկ

P*≤0,05, երբ r=0,273-0,287
P**≤0,01, երբ r=0,354-0,372

դիստիմիկ

P*≤0,05, երբ r=0,631-0,666
P**≤0,01, երբ r=0,764-0,797

աֆոզանտ

P*≤0,05, երբ r=0,443-0,455
P**≤0,01, երբ r=0,561-0,575

շիզոֆիդ

P*≤0,05, երբ r=0,513-0,532
P**≤0,01, երբ r=0,641-0,661

ցիկլոտիմիկ

P*≤0,05, երբ r=0,304-0,324
P**≤0,01, երբ r=0,393-0,418

տագնապիկ

P*≤0,05, երբ r=0,455-0,468
P**≤0,01, երբ r=0,575-0,589

հիստերոիդ

P*≤0,05, երբ r=0,304-0,324
P**≤0,01, երբ r=0,393-0,418

էմոտիվ

P*≤0,05, երբ r=0,273-0,287
P**≤0,01, երբ r=0,354-0,372

էկզալտացիված

P*≤0,05, երբ r=0,250-0,273
P**≤0,01, երբ r=0,324-0,354

Աղյուսակ 9

Բնավորող անշեշտված ու նների և ինքնզնահատման արդյ ու նների համահարաբերակցայիկ վերլ ու ծողթյ անցողցանիշները

Բնավորող անշեշտված ու ններ

	բռնկվող	հոգեաթենիկ	շիզոֆր	հիստերոիդ	հիպերտիմ	դիստիմիկ	ցիկլոտիմիկ	էմոտիվ	խցանկող	աֆդանտ	տագնապիտ	էկզալտացված
Ինքնզննող	-0,002	-0,368	-0,173	0,070	0,098	-0,030	-0,306	-0,281	0,200	-0,443	-0,466	-0,153

Այլ ուսակ 9/2 սրող նակող թյ ու ն/

բռնկվող

P*≤0,05, երբ r=0,380-0,388
P**≤0,01, երբ r=0,486-0,496

հոգեաթենիկ

P*≤0,05, երբ r=0,273-0,287
P**≤0,01, երբ r=0,354-0,372

շիզոֆր

P*≤0,05, երբ r=0,513-0,532
P**≤0,01, երբ r=0,641-0,661

հիստերոիդ

P*≤0,05, երբ r=0,304-0,324
P**≤0,01, երբ r=0,393-0,418

հիպերտիմ

P*≤0,05, երբ r=0,287-0,304
P**≤0,01, երբ r=0,372-0,393

դիստիմիկ

P*≤0,05, երբ r=0,631-0,666
P**≤0,01, երբ r=0,764-0,797

ցիկլոտիմիկ

P*≤0,05, երբ r=0,304-0,324
P**≤0,01, երբ r=0,393-0,418

էմոտիվ

P*≤0,05, երբ r=0,273-0,287
P**≤0,01, երբ r=0,354-0,372

խցանկող

P*≤0,05, երբ r=0,532-0,552
P**≤0,01, երբ r=0,661-0,683

աֆդանտ

P*≤0,05, երբ r=0,443-0,455
P**≤0,01, երբ r=0,561-0,575

տագնապիտ

P*≤0,05, երբ r=0,455-0,468
P**≤0,01, երբ r=0,575-0,589

էկզալտացված

P*≤0,05, երբ r=0,250-0,273
P**≤0,01, երբ r=0,324-0,354

Այլ ուսակ 10

Բնավորող ան շեշտվածող ու նների և հող զականող ան սրդյ ու նքների համահարաբերակցային վերլ ու ծող ան ցող ցանիշ ները

Բնավորող ան շեշտվածող ու նների												
բռնկվող	հոգեաթենիկ	շիզոֆր	հիստերոիդ	հիպերտիմ	դիստիմիկ	ցիկլոտիմիկ	էմոտիվ	խցանկող	աֆդանտ	տագնապիտ	էկզալտացված	տ

Հոլզայանություն	Փսիխոմոտոր	0,028	0,007	0,002	-0,009	-0,085	0,029	0,224	0,370	0,147	0,563	0,455	0,080
	Ինտելեկտուալ	0,163	0,279	0,110	0,072	-0,046	0,065	0,083	0,287	-0,682	0,568	0,459	0,164
	Կոմունիկատիվ	0,386	0,231	0,529	0,081	-0,141	0,063	0,124	0,279	0,164	0,570	0,581	0,163
	Ընդհանուր	0,381	0,183	0,118	0,062	-0,088	0,048	0,144	0,371	-0,680	0,571	0,580	0,123

Աղյուսակ 10/2 սրու նակություն

բռնկվող

P*≤0,05, երբ r=0,380-0,388

P**≤0,01, երբ r=0,486-0,496

հիպերտիվ

P*≤0,05, երբ r=0,287-0,304

P**≤0,01, երբ r=0,372-0,393

խցանկող

P*≤0,05, երբ r=0,532-0,552

P**≤0,01, երբ r=0,661-0,683

հոգեաթեթիկ

P*≤0,05, երբ r=0,273-0,287

P**≤0,01, երբ r=0,354-0,372

դիստիմիկ

P*≤0,05, երբ r=0,631-0,666

P**≤0,01, երբ r=0,764-0,797

սֆեդանտ

P*≤0,05, երբ r=0,443-0,455

P**≤0,01, երբ r=0,561-0,575

շիզոիդ

P*≤0,05, երբ r=0,513-0,532

P**≤0,01, երբ r=0,641-0,661

ցիկլոստիկ

P*≤0,05, երբ r=0,304-0,324

P**≤0,01, երբ r=0,393-0,418

տագնապային

P*≤0,05, երբ r=0,455-0,468

P**≤0,01, երբ r=0,575-0,589

հիստերոիդ

P*≤0,05, երբ r=0,304-0,324

P**≤0,01, երբ r=0,393-0,418

էմոտիվ

P*≤0,05, երբ r=0,273-0,287

P**≤0,01, երբ r=0,354-0,372

էկզալտացված

P*≤0,05, երբ r=0,250-0,273

P**≤0,01, երբ r=0,324-0,354

Աղյուսակ 11

Բնավորություն շեշտվածություն ներքի և մենակություն անհավասարություն անսրայ ու նքների համահարաբերակցային վերլուծություն անցում ցանկ ներք

Բնավորություն շեշտվածություն ներք											
բռնկվող	հոգեաթեթիկ	շիզոիդ	հիստերոիդ	հիպերտիվ	դիստիմիկ	ցիկլոստիկ	էմոտիվ	խցանկող	տագնապային	հիստերոիդ	էկզալտացված

Մե նակ ու թ յ ան հավաճ ու	0,036	-0,094	0,521	-0,173	-0,197	0,651	-0,088	-0,215	-0,084	-0,164	-0,197	-0,229
---------------------------------	-------	--------	-------	--------	--------	-------	--------	--------	--------	--------	--------	--------

Աղյ ու սակ 11 /շ աղ ու նակ ու թյ ու ն/

բռնկվող

P*≤0,05, երբ r=0,380-0,388

P**≤0,01, երբ r=0,486-0,496

հիպերտիմ

P*≤0,05, երբ r=0,287-0,304

P**≤0,01, երբ r=0,372-0,393

խցանկող

P*≤0,05, երբ r=0,532-0,552

P**≤0,01, երբ r=0,661-0,683

հոգեաթե նիկ

P*≤0,05, երբ r=0,273-0,287

P**≤0,01, երբ r=0,354-0,372

դիստիմիկ

P*≤0,05, երբ r=0,631-0,666

P**≤0,01, երբ r=0,764-0,797

սֆ դանտ

P*≤0,05, երբ r=0,443-0,455

P**≤0,01, երբ r=0,561-0,575

շիզոիդ

P*≤0,05, երբ r=0,513-0,532

P**≤0,01, երբ r=0,641-0,661

ցիկլ ոստիմիկ

P*≤0,05, երբ r=0,304-0,324

P**≤0,01, երբ r=0,393-0,418

տագնապյ ի ն

P*≤0,05, երբ r=0,455-0,468

P**≤0,01, երբ r=0,575-0,589

հիստերոիդ

P*≤0,05, երբ r=0,304-0,324

P**≤0,01, երբ r=0,393-0,418

էմոտիվ

P*≤0,05, երբ r=0,273-0,287

P**≤0,01, երբ r=0,354-0,372

էկզալ տացված

P*≤0,05, երբ r=0,250-0,273

P**≤0,01, երբ r=0,324-0,354

Բնավորու թյ ան շ եշ տված ու թյ ու ն ների և նյ արդայ ի ն համակարգի առանձ նահասկ ու թյ ու ն ների արդյ ու նք ների համահարաբերակցայ ի ն վերլ ու ծ ու թյ ան ց ու ց անի շ ները

		Բնավորու թյ ան շ եշ տված ու թյ ու ն ներ											
		բռնկվող	հոգեաթենիկ	շիզոիդ	հիստերոիդ	հիպերտիմ	դիստիմիկ	ցիկլ ոստիմիկ	էմոտիվ	իցանվող	աֆդանտ	տագնապյ ի ն	էկզալ տացված
Նյ արդայ ի ն համակարգ	Ու ժ	0,380	-0,015	0,063	0,181	0,304	-0,174	-0,052	-0,069	0,017	-0,020	0,177	0,078
	Հավասարակշռ ու թյ ու ն	-0,490	-0,157	-0,121	-0,400	-0,160	-0,176	-0,393	-0,007	-0,139	-0,054	-0,163	-0,351
	Շարժ ու ն ու թյ ու ն	0,486	-0,129	0,078	0,399	0,391	-0,199	0,086	0,166	-0,053	0,030	0,071	0,264

բռնկվող

P*≤0,05, երբ r=0,380-0,388
P**≤0,01, երբ r=0,486-0,496

հիպերտիմ

P*≤0,05, երբ r=0,287-0,304
P**≤0,01, երբ r=0,372-0,393

հոգեաթենիկ

P*≤0,05, երբ r=0,273-0,287
P**≤0,01, երբ r=0,354-0,372

դիստիմիկ

P*≤0,05, երբ r=0,631-0,666
P**≤0,01, երբ r=0,764-0,797

շիզոիդ

P*≤0,05, երբ r=0,513-0,532
P**≤0,01, երբ r=0,641-0,661

ցիկլ ոստիմիկ

P*≤0,05, երբ r=0,304-0,324
P**≤0,01, երբ r=0,393-0,418

հիստերոիդ

P*≤0,05, երբ r=0,304-0,324
P**≤0,01, երբ r=0,393-0,418

էմոտիվ

P*≤0,05, երբ r=0,273-0,287
P**≤0,01, երբ r=0,354-0,372

իցանվող

աֆդանտ

տագնապյ ի ն

**Աղյ ու սակ 12 /2 ար ու նակ ու թյ ու ն /
էկզալ տացված**

P*≤0,05, երբ r=0,532-0,552

P*≤0,05, երբ r=0,443-0,455

P*≤0,05, երբ r=0,455-0,468

P*≤0,05, երբ r=0,250-0,273

P**≤0,01, երբ r=0,661-0,683

P**≤0,01, երբ r=0,561-0,575

P**≤0,01, երբ r=0,575-0,589

P**≤0,01, երբ r=0,324-0,354

Աղյ ու սակ 13

Բնավորու թյ ան շ եշ տված ու թյ ու ն ների և անձ նայ ի ն դիֆերենցյ ալ ի առանձ նահատկ ու թյ ու ն ների արդյ ու նք ների համահարաբերակցայ ի ն վերլ ու ծ ու թյ ան ց ու ց անիշ ները

		Բնավորու թյ ան շ եշ տված ու թյ ու ն ներ											
		բռնկվող	հոգեաթենիկ	շիզոիդ	հիստերոիդ	հիպերտիմ	դիստիմիկ	ցիկլ ոստիմիկ	էմոտիվ	խցանվող	աֆորանո	տագնադայ ի ն	էկզալ տացվա ծ
Անձ նայ ի ն դիֆերենցյ Լ ն	Գնահատու մ	-0,120	0,073	-0,089	0,055	0,005	0,078	-0,158	0,075	0,051	-0,011	-0,010	0,026
	Ու ժ	0,108	-0,371	0,023	0,178	0,290	-0,100	-0,211	-0,281	0,202	-0,218	-0,142	-0,031
	Ակտիվ ու թյ ու ն	0,488	-0,007	-0,080	0,308	0,393	-0,124	0,177	0,090	-0,048	0,122	0,120	0,271

բռնկվող

P*≤0,05, երբ r=0,380-0,388

P**≤0,01, երբ r=0,486-0,496

հոգեաթենիկ

P*≤0,05, երբ r=0,273-0,287

P**≤0,01, երբ r=0,354-0,372

շիզոիդ

P*≤0,05, երբ r=0,513-0,532

P**≤0,01, երբ r=0,641-0,661

հիստերոիդ

P*≤0,05, երբ r=0,304-0,324

P**≤0,01, երբ r=0,393-0,418

հիպերտիմ

P*≤0,05, երբ r=0,287-0,304

դիստիմիկ

P*≤0,05, երբ r=0,631-0,666

ցիկլ ոստիմիկ

P*≤0,05, երբ r=0,304-0,324

էմոտիվ

P*≤0,05, երբ r=0,273-0,287

Աղյ ու սակ 13 /2 ար ու նակ ու թյ ու ն /

P**≤0,01, երբ r=0,372-0,393

խցանվող

P*≤0,05, երբ r=0,532-0,552

P**≤0,01, երբ r=0,661-0,683

P**≤0,01, երբ r=0,764-0,797

ափդանտ

P*≤0,05, երբ r=0,443-0,455

P**≤0,01, երբ r=0,561-0,575

P**≤0,01, երբ r=0,393-0,418

տագնապային

P*≤0,05, երբ r=0,455-0,468

P**≤0,01, երբ r=0,575-0,589

P**≤0,01, երբ r=0,354-0,372

Էկզալ տացված

P*≤0,05, երբ r=0,250-0,273

P**≤0,01, երբ r=0,324-0,354

Աղյուցակ 14

Բնավորության շեշտվածության ու նների և միջանձնային հարաբերության ու նների պատրոշման արդյունքների համահարաբերակցային վերլուծության ցուցանիշները

Բնավորության շեշտվածության ու ններ											
բռն կվո	հոգ եամ	շիզ ոհո	հիս սեյ	հիլ երտ	դիս սփմ	ցիկ լոտ	Էմո սփվ	խցա նվո	սփո անտ	տու նտո	Էկզ ալ տ

Միջանձնային	Իշխանականություն	0,210	-0,178	0,094	0,205	0,389	0,030	0,021	-0,163	0,146	-0,082	-0,106	0,086
	Եսասիրություն	0,231	-0,229	0,159	0,190	0,289	-0,026	-0,050	-0,166	0,550	-0,042	-0,098	0,027
	Արեսիվություն	0,491	0,034	0,513	0,187	0,065	0,072	0,134	-0,215	0,135	0,084	0,020	0,271
	Կասկածամտություն	0,487	0,198	0,530	0,059	-0,042	0,217	0,068	0,007	0,661	0,571	0,217	0,272
	Ենթարկվողականություն	-0,023	0,466	0,189	-0,100	-0,290	0,142	0,018	0,212	-0,017	0,193	0,143	0,071
	Կախյալություն	0,043	0,282	0,111	-0,054	-0,294	0,142	0,018	0,212	-0,017	0,193	0,143	0,071
	Ընկերասիրություն	0,065	0,225	0,113	0,059	0,002	0,096	0,035	0,147	-0,127	0,450	0,131	0,103
	Մարդասիրություն	-0,093	0,276	0,094	0,014	-0,111	0,116	0,020	0,224	0,060	0,448	0,014	0,048

բռնկվող

P*≤0,05, երբ r=0,380-0,388

P**≤0,01, երբ r=0,486-0,496

հիպերսոփ

P*≤0,05, երբ r=0,287-0,304

P**≤0,01, երբ r=0,372-0,393

հոգեաթենիկ

P*≤0,05, երբ r=0,273-0,287

P**≤0,01, երբ r=0,354-0,372

դիսսոփիկ

P*≤0,05, երբ r=0,631-0,666

P**≤0,01, երբ r=0,764-0,797

շիզոֆ

P*≤0,05, երբ r=0,513-0,532

P**≤0,01, երբ r=0,641-0,661

ցիկլոսոփիկ

P*≤0,05, երբ r=0,304-0,324

P**≤0,01, երբ r=0,393-0,418

հիստերոֆ

P*≤0,05, երբ r=0,304-0,324

P**≤0,01, երբ r=0,393-0,418

Էմոսոփ

P*≤0,05, երբ r=0,273-0,287

P**≤0,01, երբ r=0,354-0,372

Աղյուսակ 14 / 2 սրող նակոթյուն /

խցանվող

P*≤0,05, երբ r=0,532-0,552

P**≤0,01, երբ r=0,661-0,683

սֆեդանտ

P*≤0,05, երբ r=0,443-0,455

P**≤0,01, երբ r=0,561-0,575

տագնապյին

P*≤0,05, երբ r=0,455-0,468

P**≤0,01, երբ r=0,575-0,589

Էկզակ տացված

P*≤0,05, երբ r=0,250-0,273

P**≤0,01, երբ r=0,324-0,354

Աղյուսակ 15

Բնալորու թյ ան շեշ տված ու թյ ու նների և անձի հի նգ հի մնական գործ ո նների արդյ ու նք ների համահարաբերակցայ ի ն վերլ ու ծ ու թյ ան ց ու ց անի շ ները

		Բնալորու թյ ան շեշ տված ու թյ ու ններ											
		բռնկվող	հոգեաթե նիկ	շիզոիդ	հիստերոիդ	հիաբր սիմ	դիստի միկ	ցիկլ ոստի միկ	եմոտիվ	խց անվող	սոտոնյի	սոտոնյի	Էկզալ տաց ված
Անձի հի նգ հի մնական	Ներ ո սի գ մ	-0,026	0,372	0,091	-0,139	-0,386	0,233	0,157	0,359	0,107	0,451	0,583	0,073
	Էքս տր ալ եր սի ա	0,382	0,041	-0,151	0,398	0,382	-0,633	0,123	0,280	-0,030	-0,106	-0,045	0,153
	Նոր ու յ թի նկատմամբ հակ ված ու թյ ու ն	0,380	0,187	0,201	0,309	0,074	0,113	0,243	0,069	0,028	-0,075	0,061	0,158
	Չանդ ու ը ժողակ ան ու թյ ու ն	-0,384	0,196	-0,165	-0,134	-0,109	0,131	0,117	0,211	-0,535	0,082	0,058	-0,079
	Բար եխղ ճ ու թյ ու ն	-0,102	0,025	-0,057	0,048	0,121	0,236	0,003	0,045	0,533	-0,161	-0,086	0,140

Այդ ու սակ 15 /2 ար ու նակ ու թյ ու ն/

բռնկվող

P*≤0,05, երբ r=0,380-0,388

P**≤0,01, երբ r=0,486-0,496

հիաբր սիմ

P*≤0,05, երբ r=0,287-0,304

հոգեաթե նիկ

P*≤0,05, երբ r=0,273-0,287

P**≤0,01, երբ r=0,354-0,372

դիստի միկ

P*≤0,05, երբ r=0,631-0,666

շիզոիդ

P*≤0,05, երբ r=0,513-0,532

P**≤0,01, երբ r=0,641-0,661

ցիկլ ոստի միկ

P*≤0,05, երբ r=0,304-0,324

հիստերոիդ

P*≤0,05, երբ r=0,304-0,324

P**≤0,01, երբ r=0,393-0,418

եմոտիվ

P*≤0,05, երբ r=0,273-0,287

P**≤0,01, երբ r=0,372-0,393

P**≤0,01, երբ r=0,764-0,797

P**≤0,01, երբ r=0,393-0,418

P**≤0,01, երբ r=0,354-0,372

խցանվող

ափսոսանք

տախտակային

էկզալտացված

P*≤0,05, երբ r=0,532-0,552

P*≤0,05, երբ r=0,443-0,455

P*≤0,05, երբ r=0,455-0,468

P*≤0,05, երբ r=0,250-0,273

P**≤0,01, երբ r=0,661-0,683

P**≤0,01, երբ r=0,561-0,575

P**≤0,01, երբ r=0,575-0,589

P**≤0,01, երբ r=0,324-0,354

Աղյուսակ 16

Բնավորության շեշտվածության ու ներքին և անձի ադապտիվության անհեղափոքական/ինչպես նաև մի շարք ինտեգրալ բաղադրամասերի/արդյունքների համահարաբերակցային վերլուծության ցուցանիշները

	Բնավորության շեշտվածության ու ներքին											
	բռնկվող	հոգեաթե նիկ	շիզոֆր	հիստերի կ	հիպոսթի մ	դիսսթիմի կ	ցիկլոսթի մ	էմոսիվ	խցանվող	ափսոսանք	տախտակայ ին	էկզալտաց ված
Ադապտիվության ու ն	- 0,488	-0,354	-0,660	0,024	0,302	-0,771	-0,394	-0,070	-0,013	-0,095	-0,457	-0,060
Դեզադապտիվության ու ն	0,486	0,369	0,641	-0,068	-0,289	0,766	0,401	0,017	0,076	0,198	0,455	0,125
Ինքնաընդունում	- 0,015	-0,131	0,153	0,092	0,012	0,010	-0,082	-0,021	0,024	0,020	-0,080	-0,104
Ինքնամերժում	0,051	0,214	0,122	-0,049	-0,203	-0,036	-0,029	0,023	0,061	0,082	-0,031	-0,123
Հանդուրժողականության ու ն	- 0,380	0,203	-0,114	0,018	-0,050	-0,024	-0,010	0,236	-0,667	0,150	0,143	-0,102
Կոնֆլիկտայնություն	0,101	0,179	0,527	0,046	-0,113	0,223	0,045	-0,016	0,123	0,095	0,020	0,060

Ինտերնալ ություն	- 0,381	0,271	0,041	-0,135	0,045	-0,067	-0,304	0,054	-0,048	0,175	0,040	-0,016
Էքստերնալ ություն	0,386	-0,287	-0,188	0,078	-0,054	0,110	0,321	0,161	-0,143	0,172	0,226	0,073
Չուղակակալարելի ություն	- 0,491	-0,354	-0,641	-0,047	0,101	-0,765	-0,210	0,083	0,051	-0,451	-0,580	-0,110
Չուղակակալարելի ություն	0,490	0,370	0,652	0,073	-0,182	0,790	0,119	-0,144	-0,039	0,448	0,575	0,214
Լիդերություն	0,171	-0,197	0,019	0,165	0,301	0,071	-0,213	-0,133	0,152	-0,449	-0,151	0,176
Կախվածություն	0,056	0,282	-0,060	-0,124	-0,294	-0,058	-0,154	0,125	-0,139	0,118	0,036	-0,068
Խնդիրների լուծումից խուսափում	0,226	0,358	0,649	0,015	0,237	0,631	0,135	0,172	-0,092	0,453	0,197	0,205

Աղյուսակ 16 / շարունակություն /

բռնկվող

P*≤0,05, երբ r=0,380-0,388

P**≤0,01, երբ r=0,486-0,496

հիպերտիվ

P*≤0,05, երբ r=0,287-0,304

P**≤0,01, երբ r=0,372-0,393

հոգեաթենիկ

P*≤0,05, երբ r=0,273-0,287

P**≤0,01, երբ r=0,354-0,372

դիստիմիկ

P*≤0,05, երբ r=0,631-0,666

P**≤0,01, երբ r=0,764-0,797

շիզոիդ

P*≤0,05, երբ r=0,513-0,532

P**≤0,01, երբ r=0,641-0,661

ցիկլոստիկ

P*≤0,05, երբ r=0,304-0,324

P**≤0,01, երբ r=0,393-0,418

հիստերոիդ

P*≤0,05, երբ r=0,304-0,324

P**≤0,01, երբ r=0,393-0,418

էմոտիվ

P*≤0,05, երբ r=0,273-0,287

P**≤0,01, երբ r=0,354-0,372

խցանվող

P*≤0,05, երբ r=0,532-0,552

P**≤0,01, երբ r=0,661-0,683

սփռանտ

P*≤0,05, երբ r=0,443-0,455

P**≤0,01, երբ r=0,561-0,575

տագնապային

P*≤0,05, երբ r=0,455-0,468

P**≤0,01, երբ r=0,575-0,589

Էկզալ տացված

P*≤0,05, երբ r=0,250-0,273

P**≤0,01, երբ r=0,324-0,354

Աղյուսակ 17

Բնավորության շեշտվածության ու նների և անձի կոնֆլիկտային վարքագծի նախատամարտի վածության ախտորոշման արդյունքների համահարաբերակցային վերլուծության ցուցանիշները

Բնավորության շեշտվածության ու ններ

		բռնկվող	հոգեաթեևիկ	շիզոիդ	հիստերոիդ	սիստոիդ	պիստոիդ	գիկոսիկ	էմոսիվ	խցանվող	սփռանտ	տագնապային	Էկզալ տացված
Կոնֆլիկտային վարքագծի	Մրցակցության ու ն	0,202	-0,229	0,135	0,411	0,138	-0,043	-0,110	-0,134	0,143	-0,129	0,076	0,354
	Ջամագործակցության ու ն	-0,076	0,128	0,128	-0,220	-0,153	-0,041	-0,114	-0,183	-0,160	0,001	-0,093	0,098
	Փոխզիջում	-0,160	0,085	-0,042	-0,099	-0,114	0,132	0,061	0,080	0,154	0,189	0,125	-0,093
	Խուսափում	0,072	0,127	-0,036	0,033	-0,053	0,203	0,110	0,191	0,125	0,161	0,148	-0,085
	Ջարմարում	-0,119	0,011	-0,100	-0,140	0,039	-0,166	-0,020	0,187	-0,194	0,014	-0,092	-0,269

Աղյուսակ 17/2 արու նակության ու ն/

բռնկվող

P*≤0,05, երբ r=0,380-0,388

հոգեաթեևիկ

P*≤0,05, երբ r=0,273-0,287

շիզոիդ

P*≤0,05, երբ r=0,513-0,532

հիստերոիդ

P*≤0,05, երբ r=0,304-0,324

$P^{**} \leq 0,01$, երբ $r=0,486-0,496$

հիպերտիվ

$P^* \leq 0,05$, երբ $r=0,287-0,304$

$P^{**} \leq 0,01$, երբ $r=0,372-0,393$

խցանվող

$P^* \leq 0,05$, երբ $r=0,532-0,552$

$P^{**} \leq 0,01$, երբ $r=0,661-0,683$

$P^{**} \leq 0,01$, երբ $r=0,354-0,372$

դիստրոֆիկ

$P^* \leq 0,05$, երբ $r=0,631-0,666$

$P^{**} \leq 0,01$, երբ $r=0,764-0,797$

աֆդանտ

$P^* \leq 0,05$, երբ $r=0,443-0,455$

$P^{**} \leq 0,01$, երբ $r=0,561-0,575$

$P^{**} \leq 0,01$, երբ $r=0,641-0,661$

ցիկլոստրոֆիկ

$P^* \leq 0,05$, երբ $r=0,304-0,324$

$P^{**} \leq 0,01$, երբ $r=0,393-0,418$

տագնապային

$P^* \leq 0,05$, երբ $r=0,455-0,468$

$P^{**} \leq 0,01$, երբ $r=0,575-0,589$

$P^{**} \leq 0,01$, երբ $r=0,393-0,418$

էմոտիվ

$P^* \leq 0,05$, երբ $r=0,273-0,287$

$P^{**} \leq 0,01$, երբ $r=0,354-0,372$

էկզալտացված

$P^* \leq 0,05$, երբ $r=0,250-0,273$

$P^{**} \leq 0,01$, երբ $r=0,324-0,354$

ՀԱՎԵԼ ՎԱՃ 2

Բնավորության և շեշտվածության ու ն ու նեցող 18-20 տարեկան անձանց հոգեբանական վարժանքի հանդիպումները

ՀԱՆԴԻՊՈՒՄ 1. Ծանոթացում

Վարժանք 1: «Ծանոթություն և գրություն ներքին միջոցով»

Յուրաքանչյուր մասնակից թղթի վրա գրում է իր մասին 5-10 նախադասություն, հետո այդ թուղթը փակցնում է իր կրծքավանդակին: Մասնակիցները մոտենում են միմյանց և կարդում գրառումները, այնպես, որ բոլոր մասնակիցները ծանոթանան միմյանց գրառումների հետ:

Վարժանք 2: «Անավարտ նախադասություններ»

Հանձնարարվում է ավարտել հետևյալ բառերով սկսվող նախադասությունները՝ «Ես երբեք...», «Ես ցանկանում եմ, բայց երևի չկարողանամ...», «Եթե ես իսկապես ցանկանամ...»:

Վարժանք 3: «Խմբային նորմերի հաստատում»

Միասին ասում են նորմերը, հետևում են, որ յուրաքանչյուրը գրանցի այդ նորմերն իր տետրում: Նորմերը կրկնում են մի քանի անգամ: Նշել, որ նորմի խախտման դեպքում կրկին վերհիշելու են դրանք:

Խմբային նորմեր

- Խմբի յուրաքանչյուր անդամ ենթարկվում է նրա կանոններին:
- Այն, ինչ կատարվում է խմբի ներսում, դուրս չի գալիս այնտեղից:
- Չուշանալ:
- Լինել հարգալից դիմացինի նկատմամբ, չքննադատել, չվիրավորել և չծաղրել:
- Լինել անկեղծ և ազատ, չվախենալ սխալ վե՛լուց:
- Լինել ակտիվ, մասնակցել վարժանքներին անգամ, եթե թվում է, որ դու չես կարող ինչ-որ բան անել:

- Կանոնների խախտման դեպքում խմբի անդամը կարող է ենթարկվել որոշակի պատժամիջոցների՝ օր. «Time-out», երբ նա չի մասնակցում հետաքրքիր խաղին:

Վարժանք 4: «Ակնկալ իքներ խմբային աջխառանքից»

Յուրաքանչյուրն ասում է, թե ինչ ակնկալ իքներ ունի հանդիպումներից, ինչ կցանկանար ձեռք բերել աջխառանքի ավարտին:

ՀԱՆԴԻՊՈՒՄ 2. Ինքնաճանաչ ման հմտություններ

Վարժանք 1: Տարբերակ վարժություն «Հիփ-հոփ»

Մասնակիցները կանգնում են շրջանաձև: Յուրաքանչյուրն ասում է իր անունը: Վարողը ասում է որևէ մեկի անունը և բացականչում «Հիպ», այդ դեպքում տվյալ մասնակիցը պետք է ասի աջ կողմի ընկերոջ անունը, իսկ եթե «Հոպ», ապա ձախ կողմի ընկերոջ անունը:

Վարժանք 2: «Ընդունիր ինքդ քեզ»

Փորձենք աջխառել ձեր որոշ թերությունների հետ: Հինգ րոպեի ընթացքում գրում եք ձեր թերությունները և յուրաքանչյուրի կողքը մի առավելություն, որը դուք ունեք:

Այնուհետև 4-5 հոգանոց խմբերով քննարկում եք դրանք, ընդ որում նախընտրելի է, որ այդ խմբում լինեն ձեզ անծանոթ անձիք: Դուք կարող եք միմյանց հարցեր տալ, սակայն ոչ քննադատել: Պարզապես խրախուսեք միմյանց անկեղծ արտահայտվելու համար: Քննարկմանը տրամադրվում է 10 րոպե:

Վարժանք 3: Խաղ «Հաշվել մինչև 10-ը»

Բոլորը շրջան են կազմում այնպես, որ պեսզի ուսերն ու արմունկները չդիպեն իրար: Երբ տրվի «սկսել» հրամանը, փակում են աչքերը, գլուխն ուղղում ներքև և հաշվում մինչև 10-ը: Խորամանկությունը նրանում է, որ հաշվել սկսելու եք հերթականությամբ, մեկը կասի «1», մյուսը՝ «2», երրորդը «3» և այլն: Խաղը միայն մի կանոն ունի. թիվը պետք է արտասանի միայն մեկը, եթե երկու ձայն միաժամանակ ասեն, օրինակ «4», ապա սկսում են նորից:

Ունեք 10 փորձի հնարավորություն, եթե այդ ընթացքում կարողանաք հաշվել մինչև 10-ը, ապա կարող եք Ձեզ համարել հրաշագործներ, իսկ ձեր խումբը՝ անսովոր համաձայնեցված: Ամեն սխալ փորձից հետո դուք կարող եք բացել աչքերը, նայել միմյանց, բայց առանց խոսքի: Փորձեք իրար հասկանալ առանց խոսքի. բացատրվեք հայացքներով, ժեստերով:

Դուք կնկատեք մի շատ կարևոր հոգեբանական օրինաչափություն, երբ ինչ-որ բան չի ստացվում, մարդիկ սկսում են զայրանալ, նյարդայնանալ, ագրեսիվանալ, միմյանց նկատմամբ անբարյացկամ են դառնում: Պետք է սովորել համբերատար լինել, չարտահայտել բարկությունը: Փորձեք մեկ անգամ ևս:

Վարժանք 4: «Ո՞վ է մ ես»

Յուրաքանչյուրն ունի այսպիսի մի տեսակետ, որ նա առանձնահատուկ է և տարբեր-վում է այլ մարդկանցից: Յարգ է ծագում. իմ տեսակետը կիսու՞մ են ուրիշները:

Խմբի մասնակիցները թուղթը բաժանում են երեք մասի: 1-ին մասում պատասխանում են այն հարցին՝ «Ով է մ ես»: Դրա համար մասնակիցները գրում են 10 ածական իր մասին այն հերթականությամբ, որով որ դրանք ծագում են իրենց գլխում: 2-րդ մասում գրվում է՝ ինչպես այդ հարցին կպատասխանեին իրենց ծնողները, ծանոթները: 3-րդ մասում այդ հարցին պատասխանում է խմբից որևէ մեկը: Այնուհետև բոլորը թղթերը դնում են սեղանին, խառնում են, և յուրաքանչյուրը վերցնում է մի պատահական թուղթ և գրում է այդ մարդու մասին, այնուհետև թղթերը նորից դնում են սեղանին և յուրաքանչյուրը վերցնում է իրենը:

Այդ գործընթացի արդյունքների քննարկման ժամանակ կարելի է ուշադրություն դարձնել հետևյալին.

- երեք սյունյակներում կրկնվում է արդյոք ինչ-որ մի որակ
- ինչի՞ մասին այն կարող է վկայել (օրինակ՝ անձի շփման մեջ բաց լինել ու մասին)
- վերաբերմունքն իր նկատմամբ (դրական և բացասական ածականների հարաբերակցությունը)

- անձնավորությունն ինչքա՞ն էլավ ինքն իրեն գիտի (1-ին սյունն յակի բառերի քանակը)
- արդյո՞ք համընկնում են, թե ոչ «ես» կոնցեպցիան և այլոց կարծիքն իր մասին
- ինչի՞ց էլնելով են այլ մարդիկ կարծիք կազմում այդ անձնավորության մասին (այստեղ կարող է ինքը՝ անձնավորությունը, փորձի պատասխանի այն հարցերին, թե իր կարծիքով ինչու՞ են մարդիկ իր մասին այդպես գրել) և այլն:

Վարժանք 5: «ԻՆՉՊԻՍԻ՞Ն ԵՄ ԵՍ»

Բոլորն ունենք բազմադեմ «ես»-եր: Փորձենք ձեր ես-ը արտապատկերել ծառի տեսքով՝ տարբեր ճյուղերով և խորը արմատներով: Գյուղերից մեկը արտաքին ես-ն է, նկարեք այն և սիմվոլ մտածեք նրան համապատասխան, որը կարող է լինել գրաֆիկական կամ խոսքային:

Մյուս ճյուղը կարող է լինել ես-ը ուսման մեջ, մյուսը՝ ես-ն ընտանիքում, ես-ն ընկերական կամ ծանոթների շրջանակում, այնուհետև ես-ն այլ բազմաթիվ միջավայրերում՝ հաշվի առնելով նախասիրությունները, հետաքրքրությունները, նախընտրելի գործունեության տեսակները և այլն:

Յուրաքանչյուր ճյուղ արտացոլում է ձեր բազմադեմությունը: Արմատները նկարելով՝ յուրաքանչյուրի տակ գրեք ձեր հիմնական որակները՝ կայունություն, բարություն, երազկոտություն, \$անտազիաները, հետաքրքրությունները, թուլությունները, թերությունները, հակումները, կապվածությունները, հումորի զգացումը, ... Ձեր հիմնական որակների խումբը: Գրեք այդ ամենը ինքնաքննադատորեն:

Յուրաքանչյուրն իր կողքինի հետքննարկի իր «ես»-ի ծառը:

Վարժանք 6: Ինքնակենսագրություն

Մասնակիցները գրում են իրենց կենսագրությունը:

ՅԱՆԴԻՊՈԼՄ 3. Ինքնաճանաչում խմբի օնություն

Վարժանք 1: Զուգորդություն «Ողջուն»

Յուրաքանչյուր մասնակից բացի միմյանց ողջունելուց, նմանեցնում է կողքինին ինչ-որ հայտնի կերպարի՝ հեռուստատեսության կամ գրքի հերոսի հետ: Օրինակ՝ Բարև, Աշոտ, դու ինձ հիշեցնում ես Փոքրիկ իշխանին:

Յուրաքանչյուրը կարող է հարցնել՝ ինչու՞ այս կամ այն հերոսի հետ են իրեն նմանեցնում: Խորհուրդ է տրվում գրել ողջույնի ժամանակ ասվածները, դա մտածելու համար հետաքրքիր նյութ է:

Վարժանք 2:Յաճելի խոսքի ազդեցությունը

Յիշեք և գրեք՝ ի՞նչ հաճելի խոսքերով եք դիմում ձեր հարազատներին, մտերիմներին, ծանոթներին:

Մտածեք՝ ո՞ր դեպքերում եք դուք դա անում ավելի հաճախ (երբ ձեզ ինչ-որ բան է անհրաժեշտ և դուք խնդրանքով դիմում եք այդ մարդուն կամ երբ պարզապես բարձր տրամադրություն ունեք): Յաճախ եք այդպես վարվում: Եթե ոչ, ապա ինչու՞: Ի՞նչն է ձեզ խանգարում այդ մարդկանց նկատմամբ այդպիսի հաճելի զգացմունքներ տածել: Ի՞նչ եք զգում, երբ մարդկանց հաճելի անուններով եք դիմում: Իսկ մարդիկ, ում դուք այդպես եք վերաբերվում, ինչպե՞ս են արձագանքում ձեր հաճելի վերաբերմունքին:

Վարժանք 3:Խաղ - վարժանք «Յաճելի է ասել»

Միմյանց մոտենք կանգնում և ձեռքերը կենտրոն ենք ուղղում: Երբ հրահանգ է տրվում, յուրաքանչյուրը բռնում է մասնակիցներից մեկի ձեռքը: Աշխատում ենք չբռնել ձեզ մոտ կանգնած մարդու ձեռքը: Այնուհետև, ում ձեռքը բռնել ենք, նրան ասում ենք հաճելի խոսքեր:

Վարժանք 4:Իմ նկարն արևի շողերի ներսում

Նկարում եք արև և կենտրոնում գրում եքձեր անունը կամ նկարում եք ձեր դիմանկարը: Այնուհետև, արևի շողերի վրա գրում եք այն բոլոր արժանիքները, այն բոլոր դրականը, ինչ դուք ձեր մասին գիտեք: Աշխատեք, որպեսզի արևի շողերը շատլ իննեն:

Դա կլինի հետևյալ հարցի պատասխանը. «Ինչու՞ եմ արժանի հարգանքի»:

Վարժանք 5: «Մենք - բոլորս»

Խմբի բոլոր մասնակիցների *զուգորդային - դերային դիտարկարն* է: Այն ցույց կտա՝ ինչպես է յուրաքանչյուրը տեսնում իրեն:

Մասնակիցներից մեկը դուրս է գալիս: Վարողը խնդրում է մասնակիցներից յուրաքանչյուրին նրա մասին ինչ-որ լավ բան ասել: Դա ձայնագրվում է: Հետո մասնակիցը ներս է գալիս և վարողն ասում է՝ օրինակ, «... երբ դուք այստեղ չեիք, մենք պատահաբար ձեր մասին էինք խոսում: Չեք հավատա՝ ինչքան լավ բաներ էին ձեր մասին ասում ...»: Մասնակիցը պետք է գուշակի՝ ով ինչ էր ասել և ինչու:

Վարժանք 6: Ոչ ոք չգիտի

Մասնակիցները նստում են շրջանով, վարողը գնդակը գցում է, և մասնակիցներն այն փոխանցում են միմյանց, երբ վարողը տալիս է կանգ առ հրահանգը: Այն մարդը, ում ձեռքին մնում է գնդակը, ավարտում է հետևյալ նախադասությունը՝ «Ձեզանից ոչ ոք չգիտի, որ ես/իմ մոտ...»: Ուշադիր եղեք, որ մասնակիցներից յուրաքանչյուրը կատարի առաջադրանքը:

Վարժանք 7: Իմ արժանիքը «Հակադարձ կապ»

Ցանկացողներից մեկը կարդում է իր արժանիքների ցանկը, որը նկարված էր արևի շողերի տեսքով նախորդ պարապմունքներից մեկում: Այնուհետև, դիմում ենք մի մասնակցի «հետադարձ կապ»-ի ակնկալիքով:

Նախադասում:

Հետադարձ կապը ուղղված է այլ մարդու և հաղորդում է, թե ինչ են մտածում նրա մասին, ինչպես են ընդունում իրեն, ինչ գագացողություններ է արթնացնում նրա խոսքը, գործողությունները, արարքները:

Հիշեցում:

- Յետադարձ կապ տվեք միայն այն դեպքում, երբ ձեզ այդ մասին խնդրում են:
- Երբ խոսում եք ձեր մտքերի կամ զգացմունքների մասին, ասեք, թե ինչ կոնկրետ բաներ կամ արարքներ են դրանք առաջացրել: Մի խոսեք մարդու մասին ընդհանուր:
- Խոսեք այնպես, որ չվիրավորեք այդ մարդուն:
- Մի գնահատեք:
- Մի տվեք խորհուրդներ: «Ես քո փոխարեն ...», «Դու պետք է ...» արտահայտում չունենե՞ր:

Ուշադրություն:

Յետադարձ կապը չի կարող պատճառ դառնալ, որպեսզի դուք ասեք այն ամենը, ինչը վաղուց ձեզ դուր չի գալիս դիմացինի մոտ: Եթե զգում եք, որ չեք կարող օբյեկտիվ լինել, ավելի լավ է լռեք: Յետադարձ կապը ձեր մասին վկայում է նույնքան, ինչքան դուք արտահայտվում եք ուրիշի մասին: Խոսեք այն մասին, ինչը ձեզ հաճելի է և ինչը ձեզ հաճելի չէ:

Վարժանք 8: Զիջումներ

Հայտնի է, որ մարդն, ինչ-որ մեկին մի բան նվիրելով, ավելի շատ ստանում է, սակայն առաջին հայացքից դա այդքան էլ պարզ չէ: Ուրիշի նկատմամբ ցանկացած դրական քայլ շատ երկար է մնում հիշողության մեջ: Յուրաքանչյուր մարդու մեջ կասեփականատիրական սկիզբ, որը խնդրնդոտում է նրա բարեգործական մղումներին: Փորձեք հակադրել այդ երկու սկիզբը: Բաժանվեք զույգերի և քննարկեք ձեր նվիրական երազանքները: Չէ որ յուրաքանչյուրն ունի իր երազանքը՝ հեռակա, մոտիկ, իրական, անիրական: Կիսվեք երազանքների մասին միմյանց հետ: Իսկ այժմ փորձեք բարձրաձայն մտածել՝ ինչով յուրաքանչյուրը կարող է օգնել իրականացնել ձեր նվիրական երազանքները: Ի՞նչ կարող եք միմյանց գիջել, նվիրել, տալ հենց այնպես, ի սրտե: Երբեմն կարողանում են օգնել նույնիսկ լավ խորհրդով: Փորձեք խոսել այս թեմայով: Երբևէ զգացել եք, որ նվերներ տալն երբեմն ավելի հաճելի է, քան ստանալը: Կիսվեք ձեր տպավորություններով:

ՅԱՆԴԻՊՈՒՄ 4. Վստահելի և անվստահելի վարքագիծ: Իմ և ուրիշների իրավունքները

Վարժանք 1: Խաղ - վարժանք «Վերարտադրում»

Մասնակիցները նստում են շրջանաձև: Օրը սկսում ենք այսպես – միմյանց գնդակ ենք նետում և տալիս են նրա անունը: Ով գնդակը ստանում է, ընդունում է ցանկացած կեցվածք և մյուսները պետք է կրկնեն: Այնուհետև գնդակը նետում են մեկ ուրիշին և շարունակում այնքան ժամանակ, մինչև որ բոլորը ներգրավված լինեն:

Վարժանք 2: Վստահության քաղաք

Մասնակիցները շրջանաձև նստում են: Բոլորը միասին գրում են պատմություն մի քաղաքի մասին, որտեղ հավաքվել և ապրում են աշխարհի ամենամեծ ստահ մարդիկ: Իմջ-որ մեկը մի երկու արտահայտությամբ սկսում է պատմվածքը, այնուհետև շրջանաձև յուրաքանչյուրը հերթականությամբ ասում է իր նախադասությունը:

Վարժանք 3: Ես - սեփականատեր

Ինչպիսի՞ն են ձեր պատկերացումները սեփականատիրոջ մասին: Յնարավոր տարբերակները՝ նա ուժեղ է, ինքնավստահ, գնահատականի չսպասող, պատրաստ է ինքը գնահատել, հանգիստ է, կարող է ղեկավարել ուրիշներին:

Սեփականատիրոջ ամենազլ խավոր գծերից է իր ուժերի վրավստահությունը: Ով ձեզանից վստահ է իր ուժերին, թող կանգնի: Շնորհավորենք նրան, ով առաջինը կանգնեց, իսկ մյուսները թող նստեն: Յավատում ենք, որ դու սեփականատեր ես, սակայն փորձիր ապացուցել դա մյուսներին: Ասա կամ արա ինչ-որ մի բան, կազմակերպիր այնպես, որ բոլորը հասկանան, որ դու ես այստեղ սեփականատերը:

Այժմ որպես ղեկավար շարադրիր քո իրավունքները՝ նշանակիր այլ ղեկավար առաջադրված թեկնածուներից: Թեկնածուները պետք է արտահայտվեն այնպես, որ բոլորը հասկանան՝ դա ասաց մի մարդ, ով այդ տարածքում ղեկավար է:

Վարժանք 4: Ազատխոսակող

Դուք արդեն բավականին լավ գիտեք միմյանց և պատրաստ եք պատասխանել խմբի անդամների յուրաքանչյուր հարցերին: Այժմ հերթականությամբ տվեք ձեր հարցերը նրան, ով առաջինը կցանկանա օգտվել հետևյալ հնարավորությունից՝ «լինել ուշադրության կենտրոնում»: Հիմնական կանոնը՝ պատասխանել որքան հնարավոր է ամբողջական և անկեղծ: Դրա շնորհիվ դուք կարող եք ավելի լավ հասկանալ ինքներդ ձեզ, քանի որ հարցերը վերաբերվում են ձեր բնավորության առանձնահատկություններին, սովորություններին և հերաբրքություններին, կապվածություններին և կարծիքներին կյանքի այս կամ այն բարդ խնդիրներին: Մեկ բառով ասած՝ դուք շատ հետաքրքիր մարդ եք և շրջապատողները ձեզ շատ հարցեր ունեն:

Մասնակիցը, ով առաջինը կպատասխանի հարցերին, կնստի այնպես, որ տեսնի խմբի բոլոր անդամներին: Մյուսները կսկսեն հերթականությամբ տալ հարցեր, օգտագործելով «ազատ խոսակողի» սկզբունքը: Հենց որ մարդը կվերջացնի պատասխանելը հերթական հարցին, խմբի հաջորդ անդամը կարող է տալ իր նախապես պատրաստած հարցը: Եվ այսպես շարունակ, մինչև բոլոր ցանկացողները կօգտվեն ազատ խոսակողին մոտենալու իրենց իրավունքից:

Վարժանք 5: Իմ իրավունքները

Հոգեբանը խոսում է մարդու իրավունքների հասկացման մասին, որոնց հետևելուց է կախված նրա ինքնավստահությունը:

Հետո մասնակիցներին առաջարկվում է 3-4 խմբի բաժանվել և գրել իրենց՝ «ուսանողների իրավունքների հռչակագիր»:

Հանձնարարության կատարման համար տրվում է 10-15 րոպե:

Դրանից հետո սկսում են քննարկել առաջադրված իրավունքները: Դրանից հետո հոգեբանը կազմում է իրավունքների վերջնական ցուցակը: Օրինակ, մասնակիցները ծնվելու պահից սկսած, ինչպես բոլոր մարդիկ, ունեն իրավունք՝ լինել այնպիսին, ինչպիսին կան: Գոյություն ունեն անձնական իրավունքներ, որոնցից բոլորը կարող են օգտվել՝ որպես պաշտպանական մեխանիզմ բոլոր հնարավոր կոնֆլիկտների լուծման ժամանակ:

Յոգեբանը ներկայացնում է, որ այդպիսի իրավունքներ կազմել են շատ մարդիկ, և ծանոթացնում է մասնակիցներին դրանցից մի քանիսի հետ: Այդ իրավունքները տարբերվում են իրավաբանականից: Ձեր անձնական իրավունքների պաշտպանման համար դուք իրավունք չունեք դիմել դատարան, այլ կարող եք հույսը միայն ձեզ վրա դնել և ձեր սեփական հնարավորությունների: Բայց դրա համար պետք է իմանալ, թե ինչ իրավունքներ ունի յուրաքանչյուր ոք:

Ձալոն առաջադրում է հետևյալ իրավունքները:

Դուք ունեք իրավունք.

- ձեզ երբեմն առաջին տեղում դնել,
- խնդրել օգնություն և էմոցիոնալ աջակցություն,
- պայքարել անարդար վերաբերմունքի և քննադատությունների դեմ,
- ունենալ ձեր սեփական կարծիքը և համոզմունքները,
- սխալներ թույլ տալ, միևնույն ժամանակ չգտնել ընդդեմ,
- մարդակնց թողնել լուծելու իրենց սեփական խնդիրները,
- ասել «ՈՉ, շնորհակալություն», «ներեցեք, ՈՉ»,
- ուշադրություն չդարձնել շրջապատողների խորհուրդներին և հետևել ձեր սեփական համոզմունքներին,
- մենակ մնալ, եթե անգամ ուրիշներին ցակալի է ձեր ներկայությունը,
- ձեր սեփական զգացմունքների՝ անկախ նրանից, հասկանում են արդյոք դրանք շրջապատողները,
- փոխել ձեր որոշումները կամ ընտրել գործողությունների այլ տեսակ,
- փոփոխել պայմանավորվածությունը, որը ձեզ հարմար ձեռնտուք է:

Դուք երբեք պարտավոր չեք.

- Լինել կատարյալ, «100%-ոց»,
- հետևել ամբողջին,
- սիրել մարդկանց, որոնք ձեզ վնաս են պատճառում,
- հաճել ինքնին տիպիկ մարդկանց համար,
- ներողություն խնդրել այն բանի համար, որ եղել եք այնպիսին, ինչպիսին որ կաք,
- ուժերից վեր բան անել ուրիշների համար,
- ձեր ցանկությունների համար ձեզ մեղավոր զգալ,
- հանդուրժել տիպիկ իրավիճակը,
- ձեր ներաշխարհը զոհաբերել ցանկացած մեկի համար,
- պահպանել վիրավորական հարաբերությունները,
- ավելի անել, քան ժամանակը ներում է,
- անել անկարելին,
- կատարել անհեթեթ պահանջներ,
- տալ մի բան, որը չեք ցանկանում,
- ոչ ճիշտ արարքի համար ձեր վրածանրություն կրել,
- ձեր Ես-ից հրաժարվել ցանկացած մեկի կամ բանի համար:

Ձեր իրավունքները բարձրաձայնելիս պետք է հիշել, որ դա բոլորին է հատուկ: Ուրիշների իրավունքները պետք է հարգել այնպես, ինչպես որ կցանկանաիք որ ձերը հարգեն:

Քննարկում:

Վարժանք 6: Իմ գինանշանը

Չնում սովորույթ կար դարպասներին պատկերել գինանշան կամ նշանաբան, որը խորհրդանշում էր տանտիրոջ նպատակները:

Յուրաքանչյուրը թող նկարի իր գինանշանը, որը կարտացոլի նրա արժեհամակարգը, իր և աշխարհի նկատմամբ վերաբերմունքը:

Ունենք 7 բոլոր: Մի կաշկանդվեք, եթե չեք կարող լավ նկարել, պարզապես փորձեք և կստացվի: Այնուհետև կցուցադրեք նկարները: Յուրաքանչյուր նկար կունենա իր համարը: Յուրաքանչյուր մասնակից կքայլի և կփորձի գուշակել ում նկարն է: Պետք է թղթի վրա գրել նկարի համարը և այն մասնակցի անունը, ով կարծում էք նկարել է այն: Այնուհետև կարծիքներ կփոխանակեք, կընդանրացնեք և կփորձենք առանձնացնել ամենախորաթափանց նկարը և նրան, ով ամենից շատն էր ճիշտորոշել գիտանշանի հեղինակներին:

Վարժանք 7: Իմ արտացոլ ումը

Մեր մշակույթում գոյություն ունի ավանդական պատկերացում այն մասին, որ մարդը լավն է, եթե ապրում է ուրիշների համար, երբ նա եսասեր չէ և իր մասին մտածում է միայն վերջում: Այս միտքը սրտին մոտեն ընդունում հատկապես այն մարդիկ, ովքեր առանց այդ էլ բարեխիղճ են և եսասեր չեն: Հոգեբանները կարծում են, որ մարդը շրջապատող աշխարհը կարող է սիրել այնքան և այնպես, ինչպես իրեն: Մենք տեսնում ենք, որ հաջողակ են այն մարդիկ, ովքեր լավ գիտեն իրենց արժանիքները և դրանց համար հարգում են իրենց, նաև կարողանում են զարգացնել դրանք, ինչպես լավ ծնողներն են հոգ տանում իրենց երեխաների զարգացման համար:

Այս խաղը կօգնի դրսևորել ձեր վերաբերմունքը ձեր նկատմամբ:

Նստում եք շրջանաձև: Փոխանցում եք հայելի: Յուրաքանչյուրը պետք է ուշադիր նայի հայելու մեջ և փորձի իրեն ընկալել այնպես, կարծես ուրիշի, անձանոթի դեմք է տեսնում, ով գրավել է իր ուշադրությունը: Կենտրոնացված ուսումնասիրեք այդ մարդուն և փորձեք պատասխանել հետևյալ հարցերին.

- Ի՞նչն է ուշադրավ այդ մարդու մեջ:
- Ինչի՞ համար կարելի է սիրել նրան:
- Ի՞նչն է նրանում հարգանք, միգուցե հիացմունք առաջացնում:

Փորձեք լուրջ լինել և հնարավորինս անկեղծ:

Քննարկում:

Փորձեք քննարկել այն ներքին աշխատանքը, որը ստիպված էիք կատարել: Եթե կա մեկը, ով ուժեղ ընդդիմացավ և այդպես էլ չկարողացավ իր հասցեին ինչ-որ էլ ավ բան ասել, ապա դանշան է, որ պետք է լուրջ մտածի իր կյանքի մասին:

Վարժանք 8: Ուզեմ ես

Մասնակիցները պետք է պատասխանեն «Ո՞ւզեմ ես» հարցին՝ ավարտելով առաջադրված նախադասությունները.

Ես կարծես թռչուն էլ ինձ, քանի որ ...

Ես վագր եմ դառնում, երբ ...

Ես կարող եմ քամի էլ ինձ, քանի որ ...

Ես կարծես մրջյուն էլ ինձ, երբ ...

Ես - բաժակով ջուր եմ ...

Ես զգում եմ, որ հավ վող սառնայցի կտոր եմ ...

Ես հիասթափ ծաղիկ եմ ...

Ես արահետ եմ ...

Ես կարծես ձուկ էլ ինձ ...

Ես հետաքրքիր գրքույկ եմ ...

Ես երգ եմ ...

Ես մուկ եմ ...

Ես կարծես «Օ» տառը էլ ինձ ...

Ես մի տուփ մակարոն եմ ...

Ես լուսատիկ եմ ...

Ես զգում եմ, որ համեղ նախաճաշ եմ ...

ՀԱՆԴԻՊՈՒՄ 5. Ես իմ և այլ մարդկանց աչքերով

Վարժանք 1: Ողջունյ նի արարողություն «Նվեր»

Ձեզանից յուրաքանչյուրը հերթականությամբ թողնվեր անի իր հարևանին ձախից (ըստ ժամացույցի սլաքի): Նվերը պետք է հանձնել լուռ, առանց խոսքի, բայց այնպես, որ ձեր հարևանը հասկանա, որ նրան նվեր եք հանձնում: Մինչև բոլորը չստանան նվերները, ոչինչ ասել պետք չէ: Ամեն ինչ անում եք լուռ:

Վարժանք 2: Իմ «Ես»-ի մասերը

Նյութերը. թուղթ, գունավոր մատիտներ (6 գույնի)

Հոգեբանը առաջարկում է մասնակիցներին վերհիշել՝ ինչ պիսիկ են նրանք լինում տարբեր իրավիճակներում, իրադրությունից կախված (երբեմն իրենք իրենց նման չեն լինում, կարծես ուրիշ մարդիկ լինեն), պատահում է՝ վարում են ներքին երկխոսություն, և թող փորձեն նկարել իրենց «Ես»-ի տարբեր կողմերը: Դա կարելի է անել այնպես, ինչպես կստացվի, կարող են այդ մասերը լինել սիմվոլիկ:

Հանձնարարությունը կատարելուց հետո մասնակիցները և վարողը հերթականությամբ ցույց են տալիս իրենց նկարները խմբին և բացատրում են՝ ինչ է դրանց վրաարտացոլված:

Մասնակիցները փոխանակվում են տպավորություններով այն մասին, թե դժվար էր արդյոք կատարել հանձնարարությունը, դժվար էր պատմել՝ ինչ են ստեղծագործել: Մասնակիցներից յուրաքանչյուրի համաձայնությամբ վարողը հավաքում է նկարները (ցանկացողները կարող են թողնել դրանք իրենց) պայմանով, որ դրանք ցույց չեն տրվի ոչ մեկին:

Վարժանք 3: Չու գործողություն

Մասնակիցներից մեկը սենյակից դուրս է գալիս: Մնացածները ընտրում են խմբի անդամներից որևէ մեկին, ում նա պետք է գուշակի ըստ գուգորդության: Դուրս եկածը մտնում է և փորձում է հարցեր տալ ով գուշակել նրան, ում պետք է գտնի. «Ո՞ր ծաղիկին է նանման, ինչ պիսիկ՞ համ ունի, ո՞ր երգին է նման, ո՞ր գրքին և այլն»: Բացի այդ, դուրս եկած անձնավորությունը պետք է ասի, թե ով պետք է իր հարցին պատասխանի: Նատալիս է նախապես պայմանավորված քանակով հարցեր, որից հետո պետք է գտնի նրան, ում մտապահել են: Եթե գուշակում է, ապա տվյալ անձնավորությունն է դուրս գալիս: Եթե

ոչ՝ նորից նա է դուրս գալիս: Եթե չի գուշակել երկու անգամից ավել, ապախաղից է դուրս գալիս:

Քննարկումներ:

- Ե՞րբ էր հեշտ գուշակել. երբ պատասխանում էր նա, ում մտապահել էին, թ՞ե որևէ մեկ ուրիշը:
- Դաինչի՞ հետե կապված:
- Տարբերություն կա այն բանի մեջ, թե ինչպիսին ենք մենք ներկայ անում իրքներս մեզ և ինչպիսին են մեզ պատկերացնում ուրիշները:

Վարժանք 4: Թերթիկը թիկու նքի ետևում

Յուրաքանչյուր մարդու հետաքրքիր է, թե ինչ են մտածում իր մասին ուրիշները, ինչպես են իրենց զգում իր կողքին: Չնայած ոչ միշտ է կարելի լինել վստահ նրանում, որ ձեզ կասեն ողջ՝ հաճելի կամ տհաճ ճշմարտությունը: Այս վարժանքը ձեզ կօգնի հաղթահարել այդ խոչընդոտը, այն անանուն է:

Յուրաքանչյուրի մեջքին փակցվում է մի թուղթ, դուք քայլում եք, կանգնում նրանց կողքին, ովքեր ձեզ հետաքրքրել են, նայում եք նրան, որպեսզի տպավորություն կազմեք նրա մասին և այն գրեք թղթի վրա: Այժմ նայեք միմյանց. ի՞նչ դեմքեր են ձեզ հետաքրքրում: Ինչ ու՞: Ու՞մ կցանկանաիք մոտենալ: Պատրաստեք անկեղծ լինել:

Քննարկում

Լավ կլինի, եթե կիսվեք ձեր զգացողություններով: Յուրաքանչյուրը թղթում գրվածի կապակցությամբ թող փորձի արտահայտի իր զգացողությունները:

Թող ձեռք բարձրացնեն նրանք, ովքեր խաղի ժամանակ անկեղծ էին: Լրիվ անկեղծ լինելը շատ դժվար է:

ՀԱՆԴՊՈՒՄ 6. Հուզական կրթություն

Վարժանք 1: Ողջույնի արարողություն «Երևակայական նվերի փոխանցում»

Մասնակիցները բաժանվում են զույգերի, առանց խոսքերի մեկը փոխանցում է որևէ երևակայական նվեր, մյուսը պետք է ընդունի այն և շնորհակալություն հայտնի, առանց խոսքերի միայն ժեստերով և միմիկայով:

Վարժանք 2: Զույգերի ներկայացում

Յուրաքանչյուր մասնակից գրում է իր իմացած հույզերը և հետո վարողը գրում է հույզերի անունները գրատախտակին: Մասնակիցները հաշվում են համընկած հույզերի քանակը, փորձում են առանձնացնել և տարբերակել հույզն ու հուզական վիճակը: Առանձնացնում են առավել հայտնի հույզերը:

Առանձին սյուննյակում գրում են հույզեր, որոնք իրենց հատուկ են և հույզեր, որոնք այսօր ունեցան:

Մի անկյունում գրվում է հույզի անվանումը, իսկ մյուսում՝ թե որտեղ է այն առաջացել: Մի մասում գրվում են հույզեր, որոնք առավել հաճախ են ունենում վերջին կես տարում, իսկ մյուս մասում՝ հույզեր, որոնք այսօր ապրեցին: Կարող եք 5-10 միավորով գնահատել այդ հույզերի դրսևորման հաճախականությունը:

Մասնակիցները փորձում են պարզաբանել, թե ինչպես են մարդիկ հասկանում իրենց հույզերը:

Զույգերի անունները	Վայրը, որտեղ սովորաբար ունենում եք այդ հույզը					
	Տանը	Փողոցում	Համալսարանում	Նոր խմբում	Ընկերների հետ	Այլ վայրերում
սովորաբար						
բարկություն						
ուրախություն						
ձանձրություն						
այսօր						

ձանձրույթ						
վախ						
հիացմունք						

Վարժանք 3: «Յուրաքանչյուրի պատկերագրող բառարանի» քննարկում

Մասնակիցները միասին քննարկում են «Յուրաքանչյուրի պատկերագրող բառարանը» և փորձում են հիշել՝ ունեցել են այդ հույզը, թե ոչ:

Վարժանք 4: Յուրաքանչյուրի էքսպրեսիա

Յուրաքանչյուր մասնակից ցուցադրում է իրեն բաժին ընկած հույզը և մյուսները փորձում են գուշակել այն:

Վարժանք 5: Խաղ «Լաբիրինթոս»

Մասնակիցներից մեկի աչքերը կապում են, մյուսը պետք է լինի ուղեկցորդը և անցկացնի նրան «Լաբիրինթոսի» միջով: Մնացած մասնակիցները կանգնում են այնպես, որ դժվարացնեն նրանց ընթացքը: Սենյակի կահույքը, մասնակիցները հանդիսանում են Լաբիրինթոսի պատերը:

Քննարկում:

- Ձեր կյանքում որքա՞ն կարևոր է վստահել մարդկանց առկայությունը: Հա՞մա է ձեզ դա պակասում և շատ բան ենք կորցնում վստահության բացակայության պատճառով:
- Ձեզ վստա՞հ էիք զգում հյուրի դերում:
- Ցանկություն կա՞ր խաղընկերոջն ամբողջովին վստահելու:
- Ի՞նչն էր ձեզ այդքան վստահություն ներշնչել:

Վարժանք 6: Պատասխաններ ուրիշի փոխարեն

Այս վարժանքը ստուգում է ապրումակցումը, մյուսներին ճանաչելու կարողությունը: Մեկին հանձնարարվում է պատասխանել

ոււրիշի փոխարեն, տրվում են որոշակի հարցեր. «Քո սիրած արական անունը, քո սիրած իգական անունը, քո սիրած գույնը, քո սիրած գիրքը, կյանքում ինչն էք առավել արժևորում և այլն»: Այն մարդը, ում փոխարեն տվյալ մասնակիցը պատասխանում է, լռում է, վերջում ասում է, թե որ հարցերին է ճիշտ պատասխանել:

Քննարկում:

ՅԱՆԴԻՊՈԼՄ 7. Վիրավորանք

Վարժանք 1: Տաքացնող վարժույթ ուն «Անուն և շարժում»

Մասնակիցները կանգնում են շրջանաձև, յուրաքանչյուրն ասում է իր անունը և միաժամանակ որևէ պարզ շարժում է անում: Երբ բոլորը իրենց անուններն ասում, վերջացնում են, վարողը տալիս է մասնակիցներից որևէ մեկի անունը, բոլորը պետք է կրկնեն նրա կատարած շարժումը: Վարողը խառը հերթականությամբ տալիս է բոլորի անունները:

Վարժանք 2: Յուլյ զերի օգուտի և վնասի մասին

Քննարկում

- Լինում է անօգուտ և բացարձակ վնասակար հույզեր:
- Լինում է բացարձակ անվնաս հույզեր:

Բաժանվում են 3-4 հոգանոց խմբերի և միասին լրացնում աղյուսակը:

Յուլյ զը	Օգուտը	Վնասը
սեր		
կարեկցանք		
տխրություն		
վախ		
զայրույթ		

...		
-----	--	--

Առաջակվում է վերցնել հետևյալ հոլյզերը՝ սեր, կարեկցանք, տխրություն, վախ, զայրույթ: Մի քանիսն էլ դուք առաջարկեք:

Վարժանք 3: Հակահիշներ

Նստում եք շրջանաձև: Մասնակիցները միյանց գնդակ են նետում և ասում մի հոլյզ կամ հոգեվիճակ, ով բռնում է գնդակը պետք է ասի այդ հոլյզի հակահիշը: Այնպես անել, որ բոլորը մասնակցեն:

Վարժանք 4: Մանկական վիրավորանք

Հիշեք դեպք, որը փոքր ժամանակ է կատարվել, որի ժամանակ ուժեղ վիրավորվել եք: Հիշեք ձեր ապրումները և նկարեք կամ նկարագրեք այն ցանկացած ձևով՝ ընդհանուր կամ մասնակի: Ինչպես եք այժմ վերաբերվում այդ վիրավորանքին:

Քննարկում.

- Ի՞նչ է վիրավորանքը:
- Ինչ քա՞ն երկար է պահպանվում վիրավորանքը:
- Վիրավորանքներն արդարացի են, թե անարդարացի և այլն:

Վարժանք 5: Վիրավորված անձնավորություն

Ավարտել նախադասությունը. «Ես վիրավորվում եմ, երբ ...»: Նկարել վիրավորված մարդու դեմքի արտահայտությունը: Մտաբերել, գրել կամ նկարել, թե վիրավորանքին ինչ պիսի արձագանք կտան վստահ և անվստահ մարդիկ:

Վարժանք 6: Ու՞ր է գնում զայրույթը

Մտածեք, թե ի՞նչն է այս պահին ձեզ անհանգստացնում, նյարդայնացնում: Օրինակ՝ մարդիկ, տխրությունը, լույսը և այլն: Արտահայտվեք:

Պատկերացրեք, որ մենք եկել ենք այստեղ վիճելու և ներկայացնելու մեր պահանջները:

Փորձեք արտահայտել այն, ինչ ձեր մեջ կուտակվել է: Կարող եք կտրուկ քննադատություններ անել, մի անհանգստացեք, սախաղ է: Արձագանքել նկատողություններին չի թույլ լատրվում:

Այժմ պատկերացրեք այսպիսի մի պատկեր. ինչ որ ասվեց այստեղ վեր է ածվում գոլորշու, կամացորեն վեր է բարձրաբևում և անհայտանում պատուհանից կամ բաց դռնից: Փորձեք փակ աչքերով պատկերաց

ՅԱՆԴԻՊՈԼՄ 8. Ինչպես վարվել վատտրամադրության հետ

Վարժանք 1: Տաքացնող վարժություն

Շարվել ըստ անունների/ազգանունների այբբենական կարգի, ըստ հասակի, ըստ հագուստի գույնի և այլն

Վարժանք 2: Ի՞նչ գույն եմ ես

Մասնակիցները շրջանաձև են նստում:

Առաջադրվում է օրը սկսել նրանով, որ մասնակիցներից յուրաքանչյուրը մտածելուց հետո ասի. թե ինչ գույն է նահիմա: Խոսքը ոչ թե հագուստի գույնի մասին է, այլ՝ հոգեվիճակի: Այժմ պատմեք այն մասին, թե ինչպես է փոխվել ձեր վիճակը սկսած այն պահից, երբ արթնացել եք, մինչ այն պահը, ինչ եկել էք այստեղ: Ինչի՞ հետ են կապված այդ փոփոխությունները: Վերջում բնութագրեք, թե ինչ վիճակում եք հիմագտնվում և պարզաբանեք, թե ինչու այդ հոգեվիճակի համար ընտրեցիք հենց այս գույնը:

Վարժանք 3: Ձեր տրամադրությունը

Մտածեք և որոշակիացրեք, թե ինչ հուզական վիճակում եք գտնվում ամենից շատ՝ ուրախ, լավատես, տխուր, մռայլ և այլն: Դա է ձեր տրամադրությունը: Յուրաքանչյուրն ունի իր ամենօրյա տրամադրության տոնը: Մեկին ասում եք կենսուրախմարդ է, չնայած նա երբեմն կարող է տխրել կամ ճնշված լինել: Ամենահետաքրքիրն այն է, որ դուք ոչ մեկին հաշվետու չենք լինում ձեր տրամադրության համար, սակայն ձեր խոսքերը, շարժումները, դեմքի արտահայտությունը, գլխի շարժումները, ձայնի տոնը, շնչառությունը, ժպիտը շատ բան են հուշում: Ունե՞ք արդյոք այնպիսի տրամադրություն, որում դուք հիմնականում լինում եք:

Ի՞նչ եք կարծում, ինչպիսին են ձեզ տեսնում ձեր ընկերները, համակուրսեցիները, ծնողները: Ցավոք սրտի ձեր տրամադրությունը ձեզանից անկախ փոխանցում եք ուրիշներին: Հոգեբանական հետազոտությունները ցույց են տվել, որ կայուն մռայլ տրամադրությամբ մարդն իր հոգվիճակը տարածում է իր հետ փոխներգործության մեջ գտնվող մարդկանց վրա: Արդյունքում բոլորի մոտ կարող է տրամադրության ճնշվածություն առաջանալ, երբ չես ցանկանում կատակել, զրուցել, տպավորություններ փոխանակել: Սակայն մշտական բուռն կենսուրախությունը ևս ճնշում է շրջապատին, հոգնեցնում և նյարդայնացնում է, հատկապես, երբ այդ մարդու լավատեսությունը չի համընկնում մյուսների տրամադրության հետ: Ուստի շատ կարևոր է իմանալ սովորաբար դրսևորվող ձեր տրամադրությունը և ձեր վարքագծում նրա դրսևորման աստիճանը:

Այսինքն, դուք պետք է կառավարեք ձեր տրամադրությունը, այլ ոչ թե այն կառավարի ձեզ:

Վարժանք 4: «Ինձ լավ եմ զգում»

Թվարկեք 5 իրավիճակ, որոնք առաջացնում են հետևյալ զգացողությունը. «Ինձ լավ եմ զգում»: Վերհիշեք այն ձեր մտքում, մտապահեք այդ ժամանակ առաջացող զգացողությունները: Այժմ պատկերացրեք, որ դուք այդ զգացողությունները դնում եք մի ապահով տեղ, որտեղից ցանկացած ժամանակ կարող եք հանել: Նկարեք այդ տեղը և անվանեք այդ զգացողությունը:

Քննարկում:

Վարժանք 5: Ցուցահանդես

Ցուցահանդեսի նման առաջադրեք որքան հնարավոր է շատ վատ տրամադրությունը փոփոխող միջոցներ: Բոլորը գրանցել տետրում:

Վարժանք 6: Լիցքաթափում եմ

Մասնակիցներին ասվում է, թե ինչ կարող են անել, երբ լարված են, ինչպես օգնեն իրենց, փոքրիկ հնաքրների օգնությամբ լիցքաթափվել, որի օգնությամբ ոչ միայն հարմարավետ և հանգիստ կզգան, այլև հնարավոր կլինի այդ պարագայում դրսևորել

հավասարակշռված, մտածված վարքագիծ, որը վնաս չի պատճառի այլ ոչ հետաքրքրություններին.

- Նստում եք հարմարավետ: Մեջքը լիցքաթափված է, հենվում եք աթոռի մեջքին, ձեռքերը հանգիստ դրված են ծնկներին: Կարող եք փակել աչքերը: Ներշնչում և արտաշնչում եք խորը և դանդաղ 10 անգամ: Ներշնչելիս հաշվվում եք 7-ը, արտաշնչելիս՝ 9-ը: Սկսեք:
- Այնուհետև բացում եք աչքերը: Պատմում եք, թե ինչ եք զգացել այդ վարժություննը կատարելիս: Վարողը կարող է ինքը սկսել առաջ ինը:
- Լիցքաթափման մյուս միջոցը կարող եք անվանել «հրաշագործ բառ»: Օրինակ, երբ անհանգիստ եք, կարող եք արտասանել այդ հրաշագործ բառերը և ձեզ մի քիչ վստահ և հանգիստ զգալ: Դրանք կարող են տարբեր բառեր լինել: Օրինակ՝ «հանգստություն», «լռություն», «հաճելի սառնություն» և այլն: Կարևորը, որ դրանք օգնեն ձեզ: Այնուհետև վարողը հարցնում է, թե ինչ հրաշալի բառեր է ընտրել յուրաքանչյուր մասնակից և ինչ է զգացել:
- Մասնակիցները կանգնում են, փակում աչքերը, խորը շնչում և պատկերացնում, որ ներշնչելիս բարձրանում է ծիածանով վեր, իսկ արտաշնչելիս՝ սահում ներքև, ինչպես սարից: Կրկնել 3 անգամ: Այնուհետև ցանկացողները կիսվում են իրենց տաավորություններով: Նույնը կատարել բաց աչքերով և կրկնել 7 անգամ: Քննարկվում է և առաջարկվում այլ մկանային լիցքաթափող հնարներ:

Վարժանք 7: Աղբարկղ

Վարողը ցույց է տալիս նկարված աղբարկղ և խնդրում է բացատրել ինչի սիմվոլ է հանդիսանում այն: Խնդրում են նկարել աղբարկղ, և վարողը առաջակցում է մասնակիցներին պատկերացնել, թե իրենց հնարավորությունն է տրվել իր կյանքից այնտեղ նետել ինչ-որ անպետք բան: Դա կարող է լինել մարդ, անպետք իր, վայր, զգացողություն: Պատկերացնել պետք է այնպես, որ կարծես այն ընկնում է աղբարկղը:

Այնուհետև նկարագրում են այդ բացասական պահը: Վարողն օգնում է նույնականացնել զգացողությունները:

ՉԱՆԴԻՊՈՒՄ 9. Իմ թուլությունները

Վարժանք 1: Ողջույնի արարողություն «հաճոյախոսություն»

Կանգնում են շրջանով: Մասնակիցներից մեկն անցնում է շրջանով և երբ ինչ-որ մի մասնակցի կողքին է կանգնում, այդ մասնակիցը նրան հաճոյախոսություններ է ասում: Չորսի կողքին կանգնելուց հետո խաղը շարունակում է երկրորդ մասնակիցը:

Վարժանք 2: Մանրադիտակ

Բոլորս ինչ-որ մի թուլություն ունենք, մի սովորություն, որից կցանկանաինք հնարավորինս շուտ հրաժարվել: Դրանք այդքան նշանակալից և երևացող չեն, սակայն հաճախ են մեզ խանգարում կյանքում: Երևի մենք բոլորս ունենք խոսքեր, որոնք երբեք չեինք ցանկանա արտաբերել, առավել ևս բարձրաձայն: Փորձենք դուրս բերել այդ տհաճ մանրուքները, կարծես փորձում եք ձեզ նայել մանրադիտակով: Ի՞նչ եք տեսնում:

Վարժանք 3: Քննարկում - «Պատասխանատվությունն ինձ վրա եմ վերցնում»

Եկեք խոսենք այն մասին, թե ձեզանից յուրաքանչյուրն ինչի համար է պատասխանատու: Չավանաբար կհամաձայնվեք, որ մարդն անձնավորություն է դառնում, երբ ինքնակամ և գիտակցորեն իր վրա պատասխանատվություն է վերցնում: Եթե այդպես չլիներ մենք փոքր երեխա կմնայինք: Այսպիսով, այս կյանքում ինչի՞ համար եք պատասխանատու դուք՝ յուրաքանչյուրդ՝ հաց գնելու, փոքր եղբորը դպրոց տանելու, տունը հավաքելու և այլն: Մտածեք և գրեք ինչ-որ ձեր մտքին կգա: Դուք ունեք 5 րոպե ժամանակ:

Այնուհետև 3-4 հոգանոց խմբերում քննարկեք դա և յուրաքանչյուր խմբում գտեք ամենապատասխանատու անձնավորությանը, ով կհամոզի, որ ավելի մեծ պատասխանատվություն է իր վրավերցնում, քան մյուսները:

Վարժանք 4: Մետադարձի մյուս կողմը

Դուք շատ բան գիտեք ձեր և միմյանց մասին: Շատ բան եք կարողացել հասկանալ, ձեզ այլ տեսանկյունից եք դիտել: Այժմ յուրաքանչյուր մասնակից մյուսներին կասի իր թույլ կողմերի մասին, այսինքն, որն է իր բարդությունը, ներքին խռչընդոտը, բացթողումը: Պետք է խոսել միայն ձեր բնավորության վատ գծերի և բացասական սովորությունների մասին: Կարևոր է նշել այն, թե ինչը կարող է տարբեր իրավիճակներում կոնֆլիկտների հիմնական պատճառ դառնալ, բարդացնել ձեր կյանքը, դժվարեցնել փոխհարաբերությունները: Կարևոր է, որ դուք ձեր այդ խոսքերը չվերցնեք փակագծերի մեջ՝ ներքուստ հրաժարվելով դրանցից: Ներքե ձեզ ձեր թերությունները և խոսեք այդ մասին ուղիղ և բաց:

Վարժանք 5: Ինչ պիսի՞ն են ինձ տեսնում շրջապատողները

Պատասխանեք այս հարցին. «Ինչ պե՞ս է ինձ ընկալում խումբը և նրա առանձին անդամները»: Մանրամասն նկարագրեք՝ ինչ պես են ձեզ գնահատում խմբում:

Վարժանք 6: Հաղթահարում

Հաճախ ենք լսել հետևյալ արտահայտությունը՝ կյանքը դա պայքար է: Կարող եք համաձայնվել կամ չհամաձայնվել: Հաճախ կյանքը ձեզ մեծ դժվարությունների առաջ է կանգնեցնում, որոնք պետք է հաղթահարեք: Դա էլ հենց մեծապես խթանում է ձեր անձնային աճն ու զարգացումը:

Փորձեք հիշել այն խռչընդոտները, որոնք ստիպված էիք հաղթահարել վերջին ժամանակներում: Այդ ամենի արդյունքում հիշեք այն ընդհանուրը, որը օգնում էր ձեզ հաղթահարել այդ դժվարությունները:

Այժմ ուշադրությամբ լսում եք բոլորին և հատկապես ուշադրություն են դարձնում այն միջոցներին, որոնք օգնել են հաղթահարել դժվարությունները:

Արդյունքում ստանում եք դժվարությունները հաղթահարելու հաջողված փորձերի ցանկ:

Վարժանք 7: Կախարդական խանութ

Մտածեք, թե ինչ անձնային որակներ ունեք: Պատկերացրեք, որ դուք մի կախարդական խանութում եք, որտեղ վարողը վաճառող է, իսկ մասնակիցը կարող է վաճառել իր այն որակները, որոնցից շատունի կամ իրեն պետք չեն, և նա կարող է ստանալ այլ անձնային որակներ, որոնք իրեն պետք են: Գնորդը տալիս է իր որակները և հարցնում այն որակները, որոնք ցանկանում է: Ի՞նչ արժեն դրանք և այլն:

Քննարկում են իրենց զգացողությունները, ինչ անձնային որակներ են արժեքավոր:

ՉԱՆԴԻՊՈՒՄ 10. Ինձ համար նշանակալից մարդիկ

Վարժանք 1: Ողջ ույնի արարողություն և «հաճելի խոսքը»

Այսօր փորձում եք աջակցել մարդուն ասելով, թե նա ինչ երբեք չէր անի: Օրինակ, «Բարև Արմեն, ուրախ եմ քեզ տեսնել, ես կարծում եմ, որ դուք երբեք չեք նեղացնի քեզանից թույլ ին»:

Վարժանք 2: Նշանակալից մարդիկ

Վարողն առաջարկում է առանձնացնել կամ նկարել իր համար կարևոր երեք անձնավորություն: Պարտադիր չէ, որ դրանք լինեն այն մարդիկ, ում հետ նա շփվում է, սակայն կարևոր է, որ իր համար ավելի կարևոր լինեն, քան մյուսները: Այժմ ու հետևյալը րաքանջյունը ասում է, թե ովքեր են նրանք, ինչի համար են կարևոր, թանկ, մտերիմ են այժմ, կցանկանային նրան ինչ-որ բան ասել: Եթե հենց հիմա հնարավորություն ունենային, ինչ կասեին:

Վարժանք 3: Չայ տարարություն

Փորձեք թերթի համար գրել հայտարարություն հետևյալ վերնագրով՝ «Փնտրում եմ ընկեր»։ Այստեղ պետք է նշված լինեն ձեր հիմնական հետաքրքրությունները, նախասիրությունները. ինչն՞վ եք զբաղվում ազատ ժամանակ, ինչն՞վ կարող եք հետաքրքրել այլ մարդկանց: Չայ տարարությունը չպետք է մեկ էջից ավելի լինի:

Վարժանք 4: Իդեալ

Ներկայացրեք ձեր մարդկային իդեալին, ում հետ կցանկանայիք միջտշփվել, դառնալ նրա ընկերը:

Գրավոր ներկայացրեք այդ անձնավորության բնավորության գծերը: Այդ գծերը գրեք թղթի ձախ անկյունում մի շարքով: Այնուհետև մասնակիցները փորձում են գրել նրա անունը, ով համապատասխանում է նշված գծերին:

Այնուհետև նայում եք, թե ում անունն է առավել շատ շոշափվում այդ թղթում: Այդ անձնավորությունը ձեր առավել մոտ իդեալն է:

Վարժանք 5: «Ճիշտն ասած»

Փորձե՛ք կրկին անգամ անկեղծանալ միմյանց հետ:

Ընտրում եք առաջադրված քարտերից մեկը և շարունակում եք առաջադրված նախադասությունը: Եթե մասնակիցները զգում են, որ անկեղծ չեք, նորից եք քարտվերցնում:

Քարտերի օրինակներ.

- «Ճիշտն ասած, երբ ես համալսարան եմ գալիս ...»
- «Ճիշտն ասած, ես կարոտում եմ, երբ ...»
- «Ճիշտն ասած, ինձ շատ դժվար է մոռանալ ...»
- «Ճիշտն ասած, ես մինչև այժմ չգիտեմ ...»
- «Ճիշտն ասած, ինձ մինչև հիմա ...»
- «Ճիշտն ասած, երբ ես երեխա եմ տեսնում ...»
- «Ճիշտն ասած, ես ուրախ եմ, երբ ...»
- «Ճիշտն ասած, ես շատ եմ ուզում ...»
- «Ճիշտն ասած, ես մտածում եմ, որ կյանքում ամենակարևորը ...»
- «Ճիշտն ասած, ես ամբողջ սրտով ատում եմ ...»
- «Ճիշտն ասած, երբ գեղեցիկ տղա եմ տեսնում ...»
- «Ճիշտն ասած, երբ գեղեցիկ աղջիկ եմ տեսնում ...»
- «Ճիշտն ասած, երբ հիվանդ եմ լինում ...»

Վարժանք 6: Ուրիշների մտքերի և զգացմունքների քննարկում

Իրավիճակներ (օր. ուսանողը չի կատարել առաջադրանքը, ինչ է անուժմ դասախոսը, տանը խառնաշփոթի պատճառ եք դարձել, ինչ է անուժմ մայրիկը) է քննարկում և խաղարկում: Յուրաքանչյուր մասնակից պետք է լինի սկզբում մի դերում, ապա հակադիրում: Խաղից հետո քննարկում են, թե ինչ էին զգում յուրաքանչյուր դերում:

Վարժանք 7: Ուրիշների արարքները հասկանալ ու հմտություներ

Քննարկվում են իրադրություններ (օր. ընկերը չի վերադարձրել իր գիրքը: Արդյոք դա նպատակադրված էր, պատահական, թե այլ պատճառով: Կամ անձնավորությունը մտնում է լսարան և լսում, որ իր անունն է հնչում: Ինչ՞ էր պատահել: Միգուցե իրեն են քննադատում և այլն): Քննարկվում են ուրիշների արարքների մեկնաբանման սխալները: Մասնակիցները կարող են օրինակներ բերել անձնական փորձից, երբ իրենք են սխալ մեկնաբանել ուրիշի արարքը կամ իրենց արարքն է սխալ մեկնաբանվել:

ՅԱՆԴԻՊՈԼՄ 11. Հաղորդակցման արդյունավետ հմտություններ

Վարժանք 1: Ողջույնի արարողություն «գտեք ձեր զույգին»

Բաժանվում են քարտեր, որտեղ գրված է կենդանու անուն: Անունները կրկնվում են երկու ական քարտերի վրա: Քարտի վրայ ինը միայն դուք եք կարդում: Այնուհետև քարտերը հավաքում եք: Յուրաքանչյուրի խնդիրն է գտնել իր զույգին: Կարող եք օգտագործել ցանկացած միջոց՝ բացառությամբ խոսքային և ձայնային: Երբ գտնեք ձեր զույգին լռեք և շարունակեք սպասել, մինչև բոլորը վերջացնեն:

Վարժանք 2: Ինչպես ամրապնդել ձեր շփոխակցությունը

Հեշտացրեք ձեզ հետմյուսների շփումը, նրան ընդառաջ գնացեք: Դրահամար ու շափի սովորեք այս խորհուրդները և հետևեք դրանց և դուք կլինեք «հասարակության հոգին»:

- Լրջորեն փնտրեք ձեզ ընկերներ:
- Բացեիբաց դրսևորեք ձեր հետաքրքրությունը ուրիշների նկատմամբ:
- Ընդառաջ գնացեք սրտաբաց մարդկանց:

- Ժպտաց եք նախքան խոսակցությունը սկսելը:
- Ուրիշներին հարցրեք իրենց հետաքրքրությունների մասին:
- Սկզբում ինքներդ ներկայացե՛ք՝ ասելով ձեր անունը:
- Մարդուն հարցեր տվեք:
- Դուք ավելի քիչ խոսեք:
- Պատասխանեք ձեզ տրված յուրաքանչյուր հարցին:
- Ուրիշներին օգնեք հաղթահարել դժվարությունները:
- Սրտացավով յուրսևորեք:
- Յանգիստեղեք և հավասարակշռված:
- Յամբերատար եղեք և լավատես:
- Խոսեք հստակ, դադարներով, մեղեդային ձայնով:
- Յետաքրքրությամբ նայեք մարդուն:
- Յակացողությունսևորեք:
- Ուշադրությամբ լսեք խոսակցին:
- Յիշեք այն, ինչ ասել է խոսակիցը:
- Ձեզ հանգիստև վստահ պահեք:
- Չափազանց զգուշորեն արտահայտեք ձեր տեսակետը:

Վարժանք 3: Խոսքային և ոչ խոսքային հաղորդակցում

Մասնակիցներին ներկայացվում են խոսքային և ոչ խոսքային հաղորդակցման տեսակները և նրանց կարևորությունը: Ներկայացվում են առավել արդյունավետ հաղորդակցման հմտությունները:

Վարժանք 4: Խաղ հեռուստատեսային «Թոկ Շոու»

Մասնակիցները հերթով լինում են հեռուստահաղորդավար և հաղորդման հյուր: Թեմաները կարելի է ընտրել ամենատարբեր՝

քաղաքական իրավիճակ, կլիմայական փոփոխություններ, նախընտրելի հանգստի տարբերակներ: Քննարկում են:

ՉԱՆԴԻՊՈՒՄ 12. Հաղորդակցում և ինքնավերահսկում

Վարժանք 1: Ողջույնի արարողություն «առանց խոսքերի ողջունել միմյանց և հրաժեշտով»

Վարժանք 2: Խաղ «Մանկական դատարան»

Երեխաները բաժանվում են մեղադրող և պաշտպանող խմբերի: Պետք է փորձեն մեկնաբանել մեկի արաքը՝ օրինակ, ինչ-որ մեկին խաբելը:

Վարժանք 3: Ինքնավերահսկման սանդղակի ներկայացում

Ներկայացվում և տեղում քննարկվում, ինչպես նաև փորձարկվում են ինքնավերահսկման միջարք հմտություններ:

Վարժանք 4: Խոսքային ինքնակառավարման հմտություններ

Ցուցադրվում են խոսքային ինքնակառավարման հմտություններ: Ապա տրվում է որևէ գլուխկոտրուկ կամ մաթեմատիկական խնդիր: Առաջարկվում է բարձր խոսելով կատարել այդ աշխատանքը: Հետո ներկայացվում է սոցիալական իրադրություն. օրինակ, ընկերը մեկ ուրիշին ասել է իր գաղտնիքը: Ինչ՞ պետք է անել: Իրադրությունը լուծվում է բարձրաձայն խոսքային ինքնակառավարմամբ:

ՉԱՆԴԻՊՈՒՄ 13. Չայրույթի վերահսկման հմտություններ

Վարժանք 1: Ողջույնի արարողություն «Խառնաչփոթ»

Մասնակիցները կանգնում են շրջանաձև, ձեռքերը առաջ պարզած, փակում են աչքերը և խառը միահյուսում են ձեռքերը, բացում են աչքերը և փորձում առանց ձեռքերը բաց թողնելու քանդել խառնաչփոթը վարողի օգնությամբ:

Վարժանք 2: Չայրույթի վերահսկման հմտությունների ներկայացում, ցուցադրում

Վարժանք 3: Չայրույթի ճանաչման նշանները

Ներկայացվում և համատեղ քննարկվում են զայրույթի դրսևորման և ճանաչման նշանները:

Վարժանք 4: Խաղ «Անվույթ ուղևորը»

Ավտոբուսի մեջ մի ուղևոր շարունակ հրում է մյուսների կամ ընկնում է նրանց վրա, ինչպես է երևում ով է զայրացած, ինչ են զգում զայրացողները: Նույնատիպ խաղ «Անկարգ ուսանողը»:

Վարժանք 5: 2այրույթի զսպման հմտություններ, մկանային ռելաքսացիա

Ներկայացվում և համատեղ փորձարկվում են զայրույթի զսպման հմտությունները: Մասնակիցները փորձում են մկանները լիցքաթափող մի շարք վաժնային ուսուցումներ:

ՅԱՆԴԻՊՈԼՄ 14. Ես քեզ հասկանում եմ: Փոխզնություն

Վարժանք 1: Ողջույնի արարողություն «Ձեր ապագան»

Ողջունելով ձեր ընկերոջը՝ ապագայի նկատմամբ որոշակի կանխատեսում եք անում: Օրինակ՝ «Բարև, Արմեն, ես կարծում եմ, որ հինգ տարի հետո ավելի բարի և մարդամոտ կլինեք»:

Վարժանք 2: Հասկացում

Հաղորդակցման գլխավոր հմտություններից է այլ մարդկանց մտքերն ու զգացմունքները կարգալը՝ ելնելով աչքերից, հայացքից, դեմքի արտահայտությունից, մարմնի դիրքից և այլն: Փորձենք հասկանալ, ինչ աստիճանի է ձեզ մոտ զարգացած այդ ընդունակությունը: Մասնակիցներից ընտրում եք մեկին, ում մտքերը և հույզերը պետք է կանխատեսեք:

Դուք ունեք երեք րոպե, որպեսզի գրավոր ներկայացնեք, պարաֆրազների ընթացքում ինչ է մտածում, և զգում փորձարկողը:

Այնուհետև կարդում եք, եթե պատմությունը համապատասխանում է այդ անձնավորության հոգեվիճակին, ապա նա այդ մասին ասում է, եթե ոչ՝ ներկայացնում է ձեր սխալները:

Վարժանք 3: Մենք քեզ հետընդհանուր արյուն ունենենք

Հիշենք «Մաուզլի» մուլտը, որտեղ ասվում է հետևյալ արտահայտությունը. «Մենք քեզ հետ ընդհանուր արյունն ունենք»: Այդ ժամանակ քեզ հասկանում և ընդունում են որպես իր նմանի: Այժմ փորձենք մտածել՝ ի՞նչն է ձեզ միավորում: Ընտրում եք ձեր գուգընկերոջն ու նստում նրակողքին: Մաքուր թղթի վրագրում եք. «Մեր նմանությունները»: Նայելով ձեր կողքինին տեսնում եք ձեզանից տարբեր մեկին՝ տարբեր հասակ, քաշ, տեսք, մազերի գույն, բնավորություն և այլն: Տեսնում եք շատ տարբերություններ: Եվ դա բնական է, քանի որ նա ուրիշն է: Այժմ մտածենք ձեր նմանությունների մասին. ինչն է ձեզ ընդհանրացնում: Այդ մասին նրան չեք կարող հարցնել: Սակայն այդ նմանությունները կան: Ունեք 5 բույս, լրացրեք այդ թուղթը: Միաժամանակ մտածեք և ձեր, և նրա մասին: Գրեք ոչ միայն ֆիզիոլոգիական նմանությունների մասին, այլև հոգեբանական. օրինակ՝ բարի եք, նրբանկատ, շփվող, սիրում եք լսել նույն երաժշտությունը և այլն:

Այնուհետև փոխվում եք թղթերով և յուրաքանչյուր հատկանիշի դիմաց դնում «+», եթե համաձայն եք, «-»՝ եթե ոչ:

Վարժանք 4: Իմ շփման շրջանակը

Փորձենք վերլուծել ձեր ծանոթների շրջանակը և գրել նրանց անունները

տարիքային սահմանը	անուն կամ ազգանուն	շփման տեսակը
հասակակիցներ մեծ 3-5 տարով մեծ 6-10 տարով մեծ ավելի քան 10 տարով փոքր 1-3 տարով փոքր 4-5 տարով փոքր երեխաներ		

Եթե ձեր ծանոթների շրջանակն ավելի շատ է, կարող եք անունները շատացնել: Գրեք այն մարդկանց անունները, ում հետ սովորաբար շփվում եք: Գրեք, թե ի՞նչ տիպի հարաբերությունների մեջ եք. ձեզանից ո՞վ է լիդեր, նախաձեռնող, նրանց հետ շփվելիս ի՞նչ հույզեր եք ունենում, ինչու՞, առավել հաճախ ո՞րն է ձեր

խոսակցության առարկան, ի՞նչ խնդիրների էք անդրադառնում, ի՞նչ ձևով էք ավարտում խոսակցությունը, հրաժեշտից հետո ի՞նչ էք զգում, ուզում էք կրկին հանդիպել, ձեր հանդիպումները երկարատև են, ունենում էք անկեղծ զրույցներ:

Բաժանվեք խմբերի և ներկայացրեք ձեր գրածը:

Վարժանք 5: Բարեգործներ

Միմյանց պատմում էք վերջին օրերին ում և ինչով էք օգնել: Հիշում էք այդ մարդկանց, ինչ իրավիճակում է դաեղել, այդ մարդն է ձեզ խնդրել օգնել, թե ձեր նախածեռնությունն է եղել:

Իրենց պատմությունը ներկայացնելիս մասնակիցները լսում են՝ առանց որևէ միջամտության:

Վարժանք 6: Միմյանց համար

Կայսափսի տեսակետ. «մարդիկ ծնված են միմյանց համար»: Եթե ուզում էք, կարող էք քննարկել այդ պնդումը:

Առաջադրանքն է՝ մտածել, խմբի յուրաքանչյուր մասնակից որտեղ և ինչով կարող է ձեզ օգտակար լինել: Օրինակ, Կարենի հետ կարելի է բիզնես սկսել, գնալ ճանապարհորդության կամ խոսել ֆուտբոլից, կամ ընտանիք կազմել և երեխաներ դաստիարակել: Բոլոր մասնակիցներին պետք է ներառեք ձեր ցուցակում:

Այնուհետև միասին ընթերցում էք: Կարծում եմ, յուրաքանչյուրին հետաքրքիր կլինի իմանալ «Ինչի՞ համար եմ ես առավել պիտանի»:

Վարժանք 7: Բարություն

Յուրաքանչյուրիս մոտ տարբեր աստիճանի զարգացած է բարության զգացումը: Այժմ այլ մարդկանց մասին բարի խոսքեր ենք ասել ու: Ի՞նչ կարող էք ասել ձեր ծանոթներին, բարեկամներին և մտերիմներին: Պատրաստվելու համար ունեք 5 րոպե: Ընտրեք այն մարդկանց ում մասին խոսելու էք: Ներկայացնելիս ընդգծեք, թե ինչն էք հատկապես գնահատում և կարևորում այն մարդկանց մեջ, ում մասին խոսելու էք:

ՀԱՆԴԻՊՈՒՄ 15. Ստեղծագործող անձ

Վարժանք 1: Ողջ ու յ նի արարողությունն «Գրող մեքենա»

Պատկերացնենք, որ դուք բոլորով գրող մեքենա եք: Յուրաքանչյուրը ստեղծարարի մի տառ է □յուրաքանչյուրին կտրվի 3-ական տառ): Կարող եք տարբեր բառեր գրել: Օրինակ, գրում եք «տուն» բառը, ում մոտ է «տ» տառը, նա ծափահարում է և խումբը կրկնում է նրան: Այնուհետև «ու» տառը, «ն» տառը և այդպես շարունակ:

Վարժանք 2: Ստեղծագործական ուժեր

Յուրաքանչյուր անձնավորությունն այս կամ այն չափով ունի ստեղծագործական ուժերի պաշար: Յուրաքանչյուր մարդ իր ստեղծագործության մեջ անհատականությունն է: Սակայն միևնույն ժամանակ բոլորն ունեն ընհանուր •ծեր: Եկեք փորձենք կազմել ստեղծագործական անձնավորության համընդհանուր դիմանկարը: Յուրաքանչյուրն ամենաքիչը պետք է առանձնացնի ստեղծագործական մարդուն բնութագրող 10 դրսևորումներ: Այդ ընթացքում կարող եք մտածել այն անձանց մասին, ում համարում եք ստեղծագործող անձիք: Ձեր մասին չմոռանաք, քանի որ դուք ևս ունեք ստեղծագործական մտածողության տարրեր: Ունեք յոթ րոպե:

Քննարկվում է, ընդհանրացվում և կազմվում ստեղծագործող անձնավորության համընդհանուր դիմանկար: Այնուհետև յուրաքանչյուրը գնահատում է իրեն ըստ այդ համընդհանուր որակների:

Վարժանք 3: Խմբային հեքիաթ

Խումբը հեքիաթ է հորինում: Առաջին մասնակիցը առաջին նախադասությունն է ասում, երկրորդը՝ երկրորդ, որը հանդիսանում է առաջին նախադասության շարունակությունը և այդպես շարունակ:

Վարժանք 4: Գաղտնիք

Յուրաքանչյուրն ունի իր ամենաթաքնված և նվիրական նպատակներն ու ցանկությունները: Այսօր ձևակերպելու եք ձեր ամենանվիրական նպատակները, որոնց կցանկանաիք հասնել մոտ ապագայում: Մտածեք, թե ինչ որոշակի քայլեր են պետք իրականացնել: Այժմ ընտրեք խմբից մի մասնակցի, որին բոլորից

շատ եք վստահում և կիսվեք նրա հետ ձեր ապագա պլանների մասին: Խնդրում ենք լինել առավելագույնս անկեղծ, չէ որ դա միակ ճանապարհն է, որ ձեզ վստահեն և աջակցեն: Ասեք ձեր ամենագաղտնի և նվիրական նպատակների մասին, որոնք վախենում եք ուրիշներին պատմել, չէ որ դա ձեր միջև է մնալու: Եղեք անկեղծ ձեր և ձեր գույզի հետ:

ՉԱՆԴԻՊՈՒՄ 16: Սիրի'ր քեզ: Ինքնաընդունում, ինքնահարգանք, ինքնախրախուսում

Վարժանք 1: Ողջույնի արարողություն

Մասնակիցները միմյանց ժպտում են և հաճելի խոսքեր ասում:

Վարժանք 2: Չեմ կարող ինձ սիրել

Տասնհինգ րոպեի ընթացքում պետք է գրեք ինչքան հնարավոր է շատ պատճառներ, թե ինչու դուք ձեզ չեք կարողանում սիրել: Այժմ դուրս եք բերում այն պատճառները, որոնք համընդհանուր են, օրինակ՝ «մարդը պետք է ոչ թե իրեն սիրի, այլ ուրիշներին, կամ իրեն սիրել և անհամեստություն է և այլն»:

Այժմ ձեր առջև է ձեր թերությունների ցանկը: Դա այն ցանկն է, որը փչացնում է ձեր կյանքը:

Մտածեք, եթե այդ թերությունները պատկանեն ոչ թե ձեզ, այլ շատ հարազատ մեկին, ում դուք շատ եք սիրում, դրանցից որոնք կներեիք նրան՝ նույնիսկ դիտարկելով որպես արժանիք: Այդ գծերը ևս հեռացրեք, քանի որ դրանք ձեզ չեն կարող խանգարել սիրել ուրիշին, ուստի նաև սիրել ձեզ:

Ընդգծեք այն գծերը, որոնք կօգնեիք, որ նահաղթահարեք: Այդ դեպքում ինչու՞ նույնը չանել ինքներդ ձեզ համար, չօգնել ինքներդ ձեզ: Դա ևս առանձնացրեք: Երևի շատ չմնաց: Պետք է սովորել ապրել նրանց հետև փորձել հաղթահարել դրանք:

Դուք չէիք հրաժարվի սիրելի մարդուց, եթե իմանաիք, որ նրա որոշ գծեր ձեզ հաճելի չեն:

Վարժանք 3: Խաղ-վարժանք «Ավտոսիլոս»

Սա մի հնարավորություն է, որը թույլ է տալիս ավելի լավ հասկանալ ձեզ և հետագայում ավելի կենսուրախ և արդյունավետ կյանք ունենալ: Գրեք ամենաքիչը տաս դիրքորոշումներ, որոնք ձեզ են բնութագրում, դրսևորում են ձեր կենսական նպատակները և այդպիսին լինելու ձգտումը: Օրինակ՝ «ես ուժեղ եմ», «ես հմայիչ եմ» և այլն:

Այս առաջադրանքին պետք է լուրջ վերաբերվել, քանի որ մարդու կյանքը շատ դժգոհություն ունի և նրանով, թե ինչ է նաիր մասին մտածում և ինչ է հաճախ իրեն ասում: Ոչ մի դեպքում մի գրեք ձեր թուլությունները և թերությունները բնութագրող արտահայտություններ: Դա պետք է լինի ապագայի լավատեսական կանխատեսում, յուրահատուկ ավտոպիլոտ, որը կօգնի ձեզ ցանկացած կենսական իրավիճակում:

Վարժանք 4: Ինքնախրատում

Մարդն, ով լավ տիրապետում է ինքնախրատումանը, պետք է.

- պետք է հավատարիմ լինի իր սկզբունքներին, անկախ ուրիշների հակադիր կարծիքներից, այդ ամենին զուգահեռ կարողանա ճկուն կերպով փոխել իր կարծիքը, եթե սխալվում է,
- ընդունակ լինի առաջնորդվել իր հայեցողությամբ, և եթե մյուսները դա չեն խրատում, չունենա մեղքի զգացում կամ ախոսանք,
- ընդունակ լինի ժամանակ չկորցնել վաղվա կամ նախորդ օրվա համար ծայրահեղ անհանգստանալու վրա,
- պահպանի իր ընդունակությունների նկատմամբ վստահությունը՝ ժամանակավոր անհաջողությունները և դժվարությունները անկախ,
- յուրաքանչյուրի մեջ անձնավորություն տեսնել և նրան դիտարկել մյուսների համար օգտակար մեկի, ինչքանով էլ, որ նա տարբերվի ձեր ընդունակությունների մակարդակից և դիրքից,

- պարտադրված չլինի շփման մեջ, կարողանա ինչպես պնդել իր ճիշտը, այնպես էլ համաձայնվի մյուսների կարծիքի հետ,
- կարողանա հաճոյախոսություններն ու խրախուսանքներն ընդունի առանց ձևական համեստության,
- կարողանա ընդդիմանալ,
- ընդունակ է ինի հասկանալ իր և ուրիշների զգացմունքները,
- ընդունակ է ինի հաճույք ստանալ իր բազմաբնույթ գործունեություններում՝ ներառյալ աշխատանքը, խաղը, շփումը ընկերների հետ, ստեղծագործական ինքնադրսևորումը և հանգիստը,
- նրբորեն արձագանքի այլոց կարիքներին, հետևի ընդունված սոցիալական նորմերին,
- կարողանա մարդկանց մեջ լավը տեսնել, հավատալ նրանց կարգապահությանը՝ անկախ նրանց թերություններից:

Վարժանք 5: Հաջողության բանաձև

Ո՞րն է մեր հաջողությունների, ապրումների պատճառը: Դրանք առաջանում են ստացված արդյունքների և մեր ձգտումների հարաբերություններից:

Հոգեբան Ու. Ջեյմսի դասակարգման հանրահայտ բանաձևը.

$$I \text{ ինքնագնահատական} = H \text{ հաջողություն} / D \text{ ձգտումներ}$$

Այլ կերպ ասած ինքնագնահատականը կարող ենք բարձրացնել կամ բարձրացնելով հաջողությունների մակարդակը, կամ իջեցնելով ձգտումները:

Վերցրեք մի թուղթ և կենտրոնում մեծ գրեք «Ես»: Դուք պետք է շուրջբոլորը գրեք հնարավորինս շատ ոլորտներ, որտեղ կարող եք դրսևորել ձեր «Ես»-ը, նաև յուրաքանչյուր ոլորտի համար որոշեք ձեր ցանկալի և անցանկալի «Ես»-ը: Վերջացնելուց հետո մտածեք ևս չորս անսպասելի ոլորտներ որտեղ կարող եք դրսևորել ձեր «Ես»-ը, սակայն միայն մի պայմանով. այդ ոլորտները պետք է լինեն իրական:

Այժմ մի կողմ դրեք այդ թուղթը և նայեք այդ ամենին կողքից. արդյոք կարող է դալ ինչև անհաջողակինը:

Պարզվում է, որ դուք ունեք այնքան շատ հնարավորություններ: Այդ դեպքում օգտվեք դրանցից:

Յուրաքանչյուր մարդ յուրահատուկ էություն է: Յուրաքանչյուրիս անհրաժեշտ է հավատալ մեր յուրահատկությունը: Մտածեք՝ ինչու՞մ է կայանում ձեր յուրահատկությունը, առանձնահատկությունը: Մտածեք, թե արդյոք մարդկության համար նվեր էք հանդիսանում: Հիմնավորեք ձեր պնդումները: Այսպես օրինակ՝ «Ես մարդկության համար նվեր եմ, քանի որ ես ...»:

Վարժանք 7: Ձեր ապագան

Շատերը չեն հասկանում իրենց, իրենց արարքների մղումները, ուրախությունների պատճառները:

Մասնակիցներից մեկը նստում է առանձնացված աթոռին և խնդրում է մյուսներին իր ապագայի մասին կանխատեսումներ անել: Պետք է անդրադարձնալ առանձին կետերի.

- մասնագիտական ուղղվածությունը. ի՞նչ կդառնա այդ անձնավորությունը, ինչ ո՞վ կզբաղվի նահետագայում
- անձնականը. ո՞վ կլինի անձնական կյանքում. ընտանիք, երեխա և այլն
- հոգեբանականը. նրա անձնային որակները

Դասակարգել ըստ տարիների. ինչ պիսին կլինի մեկ տարուց, հինգ տարուց, քսանհինգ տարուց և այլն:

Վարժանք 8: Նամակ իրեն՝ սիրելիին

Այժմ նամակ էք գրում ձեր ամենամոտ մարդուն: Ո՞վ է ձեր ամենամոտ մարդը: (Հնչում են կարծիքներ): Դուք ինքներդ: Գրեք նամակ ինքներդ ձեզ՝ սիրելիին:

Քննարկում.

- փոխանակվում են կարծիքներ. ի՞նչ զգացողություններ ունեին նամակը գրելիս,

• ո՞վ կցանկանա իր նամակն ընթերցել

Վարժանք 9: Գաղտնիք

Փորձեք ձեր մեջ գտնել թաքնված յուրահատկություններ: Մտածեք, որ հոգեկան հիվանդ մի գիտնական ստեղծել է ռոբոտ, որը ձեր կրկնօրինակն է: Այն ամեն ինչով ձեր նմանակն է, սակայն քանի որ ստեղծվել է չար նպատակներով, դուք չեք ցանկանում, որ մարդիկ ձեր փոխարեն նրան ընդունեն: Ի՞նչ կա ձեր մեջ այնպիսին, որ հնարավոր չէ կրկնօրինակել: Ինչպե՞ս ձեզ լավ ծանոթ մարդիկ կարող են նկատել կեղծիքը: Եթե կան մարդիկ, ովքեր գիտեն ձեր գաղտնիքները, կարող են օգտվել դրանցից ձեզ նույնականացնելու համար: Ամեն գաղտնիք բացել էք, սակայն ռոբոտը խորամանկորեն դա հասկացել և կրկնօրինակել է: Ամենավերջում ինչ շատ կարևոր գաղտնիք կբացահայտեիք, որ գոնե ինքներդ համոզվեք, որ դուք դա դուք եք, այլ ոչ ձեր կրկնօրինակը:

ՅԱՆԴԻՊՈՒՄ 17: Կյանքը քո ընտույնում

Վարժանք 1: Ողջունյ նի արարողությունն «ինձ հաճելի է ասել»

Սկսում եք միմյանց ողջունել հետևյալ նախադասությամբ. «Ողջունյ ն, ինձ հաճելի է քեզ ասել ...»: Շարունակությունն ինքներդ եք որոշում՝ ավարտելով մի քանի հաճելի խոսքերով: Մոտենում եք խոսակցին ժպտով և փորձում եք ջերմություն տալ նրան ձեր վերաբերմունքով և հաճելի խոսքերով: Եվ հիշեք, որ տալով միայն վերցնում եք:

Վարժանք 2: Մեր կյանքի շրջանակը

Այս խաղը ձեզ կստիպի մի պահ մտածել ձեր և ձեզ շրջապատողների կյանքի մասին:

Մեծ շրջան են գծում և այն բաժանում չորս մասի, յուրաքանչյուրն էլ վեց մասի: Այն կդրսևորի ձեր մեկ օրը: Յուրաքանչյուրը ցույց է տալիս, թե ինչքան ժամ է օգտագործում հետևյալ գործունեությունների համար.

• քուն

• համալսարան

- ընկերներ
- տնային առաջադրանքներ
- ընտանիք
- մենակու թյուկ
- տան աշխատանքներ
- մյուս գործողությունները

Նայելով ձեր կյանքի շրջանին՝ ինքներդ ձեզ հետևյալ հարցերն եք տալիս.

- Գո՞հ եք, թե ինչպես է անցնում ձեր օրը:
- Ի՞նչ սահմաններ կցանկանայիք փոխել:
- Ձեր կյանքում ի՞նչն է հեշտև ի՞նչն է դժվար փոփոխել:
- Ի՞նչն է ձեզ պակասում ձեր կյանքը ճիշտարտացուցիկ ու համար:
- Ինչի՞նչ եք դուք այնուամենայնիվ սպասում և հակված եք փոփոխությունների:

Վարժանք 3: Ժամանակի մեքենա

Վարողն առաջարկում է խոսել ձեր կյանքի մասին և մտածել, թե ինչը կարելի էր այլ կերպ անել: Պատկերացրեք, որ կարող եք ետքերել ձեր կյանքի որևէ ժամանակահատված, որը կցանկանայիք փոխել: Ինչպե՞ս կցանկանայիք, որ այդ ժամանակահատվածը տեղի ունենար:

Քննարկում.

- Նախ պատմում են անցյալի իրադարձությունը, այնուհետև ասում, թե ինչ կերպ կփոխեիք այն:
- Մասնակիցները միմյանց խորհուրդ են տալիս անցյալի իրադարձությունների փոփոխման ուղիների վերաբերյալ:

Վարժանք 4: Իմ տիեզերքը

Մի թղթի վրա արև եք նկարում և կենտրոնում գրում «Ես»: Այնուհետև տողերի դիմաց գրում հետևյալ հարցերի պատասխանները.

- իմ սիրելի զբաղմունքը
- իմ սիրելի գույնը
- իմ սիրելի կենդանին
- Իմ և ավագույն ընկերը
- իմ սիրելի ձայնը
- իմ սիրելի հոտը
- իմ սիրելի խաղը
- իմ սիրելի հագուստը
- իմ սիրելի երաժշտությունը
- իմ սիրելի տարվա եղանակը
- ինչ եմ աշխարհում ամենաշատը սիրում անել
- վայրը, որտեղ ամենաշատն եմ սիրում և ինել
- իմ սիրելի երգիչը կամ խումբը
- իմ սիրելի հերոսը
- Ես ինձ ընդունակ եմ զգում ...
- մարդը, ում ով դուք ամենաշատն եք հպարտանում
- ամենից և ավելի ես կարողանում եմ ...
- Ես գիտեմ, որ կարող եմ ...
- Ես ինձ վրավստահ եմ, քանի որ ...

Դուք գծում եք ձեր աստղային քարտեզը, որը վկայում է այն մասին, որ դուք ունեք շատ հնարավորություններ, շատ յուրահատկություններ, որը ձեզ առանձնահատուկ է դարձնում և որը մարդկանց միավորում է: Ուստի դուք պետք եք միմյանց, և

յ ու ր ա ք ա ն չ յ ու ր ը կ ար ող է ի ր կ յ ան ք ու մ հ աս ն ե լ հ ա ջ ո ղ ու թ յ ու ն ն եր ի, ան ե լ այ ն ա լ Ե ս, ո ր ու ր ի շ ն եր ի ն ի ր կ ող ք ի ն լ ի ն ի ու ր ա խ ն հ ա ճ ե լ ի:

Վարժանք 5: Յեկնայ սօր

Ամեն առավոտ աշխատեք ձեզ վրա: Մենք շատ ենք կարևորում \$իզիկական վարժությունները: Սակայն ամենից շատ մենք կարիք ունենք հոգևոր և մտավոր վարժությունների, որն ամեն առավոտ խթան կհանդիսանա մեզ աշխատանքում: Մի մոռացեք ձեզ ոգևորող խոսքեր ասել: Այդ ամենը ձեզ հիմար, թեթևամիտ կամ մանկական չպետք է թվա: Այլ հակառակը, դա առողջ հոգեկանի հիմքն է հանդիսանում: Ամեն օր ինքներդ ձեզ հետ զրուցելով՝ դուք կարող եք սովորել կառավարել ձեր մտքերը:

- Յեկնայ սօր ես պետք է երջանիկ լինեմ: Երջանկությունը մեր մեջ է, այն արտաքին հանգամանքների արդյունք չի հանդիսանում: Դա է պատճառը, որ մարդը երջանիկ է այնքանով, որքանով նահամարձակվում է երջանիկ լինել:
- Յեկնայ սօր ես կհարմարվեմ ինձ շրջապատող կյանքին և չեմ փորձի ամեն ինչ հարմարացնել իմ ցանկություններին: Ես կընդունեմ իմ ընտանիքը, իմ ուսումը, իմ կյանքի պայմաններն այնպիսին, ինչպիսին որ կան և կփորձեմ հարմարվել դրանց:
- Յեկնայ սօր հոգ կտանեմ իմ օրգանիզմի մասին: Վարժություններ կանեմ, կհետևեմ իմ մարմնին, կխուսափեմ առողջության համար վտանգավոր սովորույթներից և մտքերից, որպեսզի իմ օրգանիզմը հետևողականորեն կատարի իմ բոլոր պահանջներն ու դիրքորոշումները:
- Յեկնայ սօր ուշադրությունս կուղղեմ մտքիս զարգացմանը: Կսովորեմ ինչ-որ մի կարևոր բան: Չեմ ծուլանա մտավոր հարաբերություններում: Ես հետաքրքրությամբ կկարդամ այն, ինչը ուժ, վերլուծություն և կենտրոնացվածություն է պահանջում:
- Յեկնայ սօր կզբաղվեմ բարոյական իքնակատարելագործմամբ: Դրա համար ինչ-որ լավ բան կանեմ, որն օգտակար կլինի որևէ

մեկի համար և երկու աշխատանք կանեմ, որոնք որ չեմ ցանկանում կատարել :

- Յե՛նց այսօր բոլորին բարյացկամ կտրամադրվեմ: Կփորձեմ հնարավորինս լավ երևալ, առատաձեռն կլինեմ խրախուսանքներ ասելիս, չեմ փորձի նյարդայնացնել կամ ուղղել մարդկանց:
- Յե՛նց այսօր կապեմ այսօրվա օրով` չփորձելով լուծել իմ ամբողջ կյանքի խնդիրները միանգամից: Ես հեշտությամբ կկատարեմ ցանկացած, նույնիսկ միօրինակ աշխատանքը:
- Յե՛նց այսօր կես ժամ կանցկացնեմ միայնության և հանգիստ պայմաններում` փորձելով լիցքաթափվել :
- Յե՛նց այսօր կփորձեմ ուրախանալ կյանքով և երջանիկ լինել : Կսիրեմ և կհավատամ, որ նրանց ում սիրում եմ, ինձ նույնպես սիրում են:

ՅԱՆԴԻՊՈԼՄ 18: Երկար ճանապարհից առաջ

Վարժանք 1: Ողջ ույնի արարողություն

Վարժանք 2: Ի՞նչ ստացվեց մեզ մոտ

Փորձենք անդրադառնալ նախորդ հանդիպումներին: Ի՞նչ խնդիրներ եք ձեր առջև դրել լուծելու, ինչը՞ մինչև այժմ չի ստացվել, ինչու՞, ինչը՞ կամ ո՞վ է ձեզ խանգարել, միգուցե դու՞ք եք պասիվ եղել, միգուցե ձեր առջև դնում եք այնպիսի առաջադրանքներ, որոնք ձեր ուժերից վեր են:

Վարժանք 3: Ճամարուկ

Մասնակիցներից մեկը դուրս է գալիս սենյակից, իսկ մյուսները «հեռու ճանապարհորդության համար ճամարուկ են պատրաստում»: Այդ ճամարուկում դրվում են այն, ինչը խմբի կարծիքով կօգնի այդ անձնավորությանը շփվել մարդկանց հետ. այն դրական որակները, որը խումբն առավել շատ է գնահատում այդ մարդու մեջ: Սակայն հեռացողին անպայման հիշեցնում են` ինչը կարող է նրան խանգարել ճանապարհին. նրա բացասական որակների մասին, որոնց վրանապետք է աշխատի, որպեսզի նրա կյանքն ավելի հաճելի և արդյունավետ լինի: Այդ որակներն անպայման գրի է

առնու մ: Ինչ -որ մեկի հնչեցրած կարծիքը գրի է առնվում միայն, եթե խմբի մեծ մասի հավանությամբ է արժանանում: Պետք է առանձնացնել ինչպես լավ, այնպես էլ վատ ամենաքիչը 5-7 բնութագրումներ: Այնուհետև մասնակցին է հանձնվում նշումներով ցուցակը: Նա իրավունք ունի ցանկացած հարց տալու, եթե գրվածներից ինչ-որ բան իր հանար պարզ չէ: Բոլոր մասնակիցների համար պետք է պատրաստվի այդ ճամպորուկը:

Վարժանք 4: Անմարդաբնակ կղզի

Նավաբեկության արդյունքում դուք հայտվում եք անմարդաբնակ կղզում: Այնտեղ կա հարուստ կենդանական և բուսական աշխարհ, սակայն կյանքը վտանգավոր է՝ թունավոր կենդանիներ և բույսեր, հորդառատ անձրևներ, սառնամանիք, կողքի կղզում մարդակերներ և այլն: Մոտակա մի քանի տարիների ընթացքում չեք կարող վերադառնալ նորմալ կյանքի և ձեր խնդիրն է ապրելու համար ստեղծել նորմալ պայմաններ: Իսկապես ծանր կենսական պայմաններ են, որոշ դեպքերում մարդիկ այդ իրավիճակում կորցնում են մարդկային կերպարանքը, մտնում են կռվի և պայքարի մեջ, որն երբեմն մահացու էլ է ունենում: Դուք պետք է սնվեք, գիշերելու տեղ հայթայթեք, ճանաչեք կղզին: Նախ և առաջ պետք է ղեկավարության հարցը լուծվի, ով պետք է վերջնական որոշումներն ընդունի, ինչպես պետք է կարգավորվի այդ ղեկավարության իրականացումը: Ինչպիսի՞ն պետք է լինեն պատիժները, քանի՞ տոն եք ունենալու և այլն:

Մշակվում է 15-20 կետանոց բարոյա-հոգեբանական նորմերի ցանկ, որոնք պետք է լինեն օգտակար, արդյունավետ, նպաստեն խնդիրների լուծմանն ու կոնֆլիկտների կարգավորմանը: Պետք է դիտարկել նաև որոշակի ակտեր, որոնք կկիրառվի նորմերը խախտելու դեպքում:

Կարող եք իրականացնել այս քննարկումը խմբերով, այնուհետև յուրաքանչյուր խմբից մեկը կներկայացնի իրենց համատեղ աշխատանքը:

Վարժանք 5: Ինքնակենսագրություն

Եվս մեկ անգամ կարդացեք ձեր կենսագրությունը, որը հանդիպման սկզբում եք գրել: Ինչե՞ր կգրեք ձեր կենսագրության

մեջ մի քանի տարի հետո, ինչ պիսիս կլ ինի ձեր կենսագրությունը: Աշխատանքի համար ունեք 5 րոպե:

Վարժանք 6: «Ես ձեզ եմ գրում ...»

Գրել ու եք նամակ, որին բոլորն են մասնակցել ու: Այժմ նամակի ներքևում յուրաքանչյուրը գրում է իր անուն, ազգանունը: Այն փոխանցում են շրջանաձև որտեղ ձեր կողքինը իր ընկերոջ մասին գրում է բնութագրական մի քանի խոսք և ծալելով թուղթը այն փոխանցում է իր կողքինին և այսպես շարունակ, մինչև ձեզ չհասնի ձեր անունը, մինչև յուրաքանչյուրը յուրաքանչյուրի մասին բնութագրական տողեր չգրի:

Խորհուրդ է տրվում այդ թուղթը պահել, և երբ ձեզ համար դժվար ժամանակներ լինեն, կնայեք այդ թղթին և կտեսնեք ինչ քան «ուրախ», «վստահելի», «շփոթ» են ձեզ տեսնում ձեր շրջապատը:

Վարժանք 7: Ամբողջ աշխարհը բեմ է

Մասնակիցները փորձում են բեմ պատկերել, որտեղ կցանկանային որևէ դեր խաղալ: Նրանք իրենց բեմի վրան նկարում, իրենց նախընտրած հագուստով: Այնուհետև մասնակիցները նկարում են մարդկանց, ում կցանկանային որպես հանդիսատես տեսնել: Առանձնահատուկ հյուրերի շարքում կարող են հրավիրել ցանկացած հայտնի մարդու: Հետո մասնակիցները փորձելու են բացատրել՝ ինչու ընտրեցին այդ դերը, հագուստը, հյուրերին և նրանք առհասարակ ինչ դեր են խաղում իրենց կյանքում:

Վարժանք 8: Նվերներ

Յուրաքանչյուր մասնակից մտածում է ի՞նչ նվեր կցանկանար տալ իր կողքի նստածին: Հիմնական պայմանն այն է, որ այդ նվերը հնարավորինս պետք է համապատասխանի այդ անձնավորությանը, նրան ուրախություն պարգևի: Յուրաքանչյուրը, պատմելով այդ նվերի մասին, պետք է ասի, թե ինչու՞ է ընտրել այդ նվերը: Նվեր ստացած մասնակիցը ևս իր կարծիքն է հայտնում այն մասին, թե այդ նվերն իսկապես իրեն դուր եկավ:

