



«ԱՊՐ ԺԱՄԱՆԱՍԿԻ ԿՐԹՈՒԹՅՈՒՆ» ՀԿ

ՀԵՐԹԱԿԱՆ ԱՏԵՍՏԱՎՈՐՄԱՆ ԵՆԹԱԿԱ
ՈՒՍՈՒՑԻՉՆԵՐԻ ՎԵՐԱՊԱՏՐԱՍՏՄԱՆ ԴԱՍԸՆԹԱՑ

ԱՎԱՐՏԱԿԱՆ ՀԵՏԱԶՈՏԱԿԱՆ
ԱՇԽԱՏԱՆՔ

Հետազոտության թեման՝ Ընտանեկան հոգեբանություն, ընտանեկան կոնֆլիկտներ:

Առարկան՝ Կերպարվեստ:

Հետազոտող ուսուցիչ՝ Գալստյան Վարդիթեր

Ուսումնական հաստատություն՝ Պեյո Յավորովի անվան 131 դպրոց:

Երևան 2022

Ընտանիքի հոգեբանություն

Ընտանիքի հոգեբանությունը՝ որպես հոգեբանության մի առանձին ճյուղ, ուսումնասիրվել է բազմաթիվ հոգեբանների կողմից: Ինչպես հայտնի է ժամանակակից գրականությունից ընտանեկան կյանքին նախապատրաստելու կարևոր ուղղություններից մեկն այն է, որ աղջիկներն պատանիները հասկանան, որ ամուսնությունը ոչ թե ընտանեկան երջանկությունն ընտրելու ավարտն է, այլ նրա սկիզբը: Յուրաքանչյուր երիտասարդ մինչ ամուսնանալը պետք է տեղեկացվի, թե ինչին կարող է նա բախվել ամուսնական կյանքի ընթացքում: Եվ որպեսզի ընտանիքը լինի բարեհաջող, ապա բոլոր պատկերացումները պետք է լինեն համատեղ, որպեսզի ամուսիններից յուրաքանչյուրի վարքը չհակադրվի մյուսի պատկերացումներին: Զուգընկերների դերերը և՛ կնոջից, և՛ ամուսնուց պահանջվում են ընտանիքում տնտեսումը, երեխաների հանդեպ պատասխանատվությունը: Հասարակության համար կարևոր է ոչ միայն ամուսնության կայունության փաստը, այլև ներընտանեկան հարաբերությունների հետևանքները: Շատ էական է համարվում ընտանիքում անդամների միջև աֆեկտիվ կապերը: Միջանձնային հարաբերությունները սուբեյկտների փոխադարձ պարտականությունն է որոշակի փոխգործողությունների տիպին: Հուզական կայունությունը պայմանավորված է ամուսինների զգացմունքներով (սեր, համակրանք, հարգանք): Որպես կանոն, երեխաները ծնողների գործերը և առօրյան դարձնում են ավելի հաճելի: Ծնողների վերաբերմունքն իրենց երեխաների նկատմամբ շատ դեպքերում տարբեր է: Այժմ երեխաներով շատ ընտանիքներում կարելի է տեսնել, որ մեծերին հարգում են, իսկ փոքր երեխաներին երես են տալիս: Միջին տարիքի երեխաներին, որոնց մոռանում են, հիմնականում ավելի լավ մարդիկ են դառնում: Ընտանիքը կարելի է բնութագրել որպես պատմականորեն կոնկրետ հարաբերությունների համակարգ ամուսինների միջև, որպես փոքր սոցիալական խումբ, որի անդամները կապված են ամուսնական ազգակցական հարաբերություններով, կենցաղի ընդհանրությամբ և փոխադարձ բարոյական պատասխանատվությամբ, և որի սոցիալական անհրաժեշտությունը պայմանավորված է հասարակության բնակչության ֆիզիկական և հոգևոր վերարտադրության պահանջմունքով: Դեռևս Արիստոտելն է նշել << Ընտանիքը հասարակության բջիջն է >>: Այսինքն հասարակությունը, հետևաբար նաև պետությունը, կարող են առողջ լինել, եթե առողջ և կայուն է ընտանիքը: Իսկ երբ՝ է ընտանիքը առողջ: Ընտանիքի հոգեբանության մասնագետները գտնում են, որ հոգեբանորեն առողջ է այն ընտանիքը, որում հուզական փոխհարաբերությունները ձևավորված ու կայուն են թե ամուսինների, թե՛ ծնողների ու երեխաների միջև: Այսինքն առողջ ընտանիքում տիրում է դրական բարոյահոգեբանական մթնոլորտ:

Ամուսնությունը հենված է դրդապատճառների համակարգի վրա: Դրդապատճառները հենված են գիտակցության աստիճանի վրա և իրականացնում են անձի կյանքի կարևոր հարաբերությունները աշխարհի նկատմամբ, կազմում են մարդկալին պահանջմունքների հիերարխիայի հիմքը: Ընտանիքի հոգեթերապիայի մասնագետ Հենրի Դիքսը դասակարգել է ամուսնության հետևյալ դրդապատճառները:

1. Սեր
2. Մշտական սեքսուալ զուգընկեր ունենալու ցանկությունը:
3. Հոգեբանական պատճառները
4. Երեխա ունենալու ցանկությունը
5. Կենցաղային խնդիրների լուծումը:
6. Ստեղծված հանգամանքները:

Շատ մասնագետներ փորձել են պարզել, թե ինչ է սերը: <<Միայն սիրո միջոցով և սիրո գիտակցության միջոցով է մարդը մարդ դառնում>>,- ասել է Ֆ. Շլգելը: Սերը մեր իսկական մարդկային բնույթի մի մասն է, այն հզորագույն զգացմունքներից մեկն է հույզերի ոլորտում, եթե ոչ ամենահզորը: Սերը խորը կապվածություն է երկու մարդկանց միջև: Սերը հաճախ շփոթում են սիրահարվածության հետ: Հասուն սերը զգայական հակման, մարդկային ջերմության և ուրիշի հետ ինտիմ մտերմության հոգեկան անհրաժեշտության օրգանական միասնությունն է: Սիրահարվածն ապրում է ուժեղ և վառ զգացմունք, բայց այն

կենտրոնացված է գլխավորապես իր և իր ապրումների վրա, պահանջկոտ է, անզիջում և էգոիստ: Իսկ հասուն սիրո մեջ ծանրության կենտրոնը տեղափոխվում է զուգընկերոջ վրա: Մարդը նախ և առաջ մտահոգվում է նրա մասին, ում է, նրա հետքերությունների, բարօրության և ինքնաարտահայտման մասին՝ որը ուժերով նպաստելով վերջիններիս իրականացմանը: Ուրիշ մարդու մասին մտածելու ունակությունը, տալով ուրախություն ապրելու, ունակությունը հասուն հասուն սիրո պարտադիր ուղեկիցներն են:

Սերը քաղց է ինչ-որ մեկի հանդեպ, մարմնի և հոգու ամենասուր քաղցը:

—Սիրել նշանակում է հաճույք ապրել, երբ տեսնում ես, շոշափում, զգում բոլոր զգայարաններով այն էակին, որին սիրում ես,- ասել է Ստենդալը: Սերը կառույց է մեր բոլոր խորքային պահանջումների և զգայությունների վրա: Դա մարդկային ուժերի ամենասեղմ, ամենախտացված միաձուլումն է մարմնական և հոգևոր, գիտակցական և ենթագիտակցական ուժերի:

Սիրո ամենաբարձրագույն թռիչքը, նրա ամենապայծառ դրսևորումը հոգիների միաձուլումն է: Հոգու գաղտնարաններում առաջանում է ցավ ուրիշ ու կանհանգստանա ինքդ քեզ համար: Սերն ուշադրություն է, բարություն, համբերություն քնքշություն, երախտագիտություն, հարգանք և նվիրվածություն: Նա, ով սիրում է, ընդունում է իր սիրելի հրապուրանքները, որպես իր սեփականները: Նա ընդունում է ուրիշին արնայես, ինչպիսին նա կա և հավատում է նրան: Նա, ով սիրում է, ունակ է զիջելու և ներելու: Ներումը իսկական սիրո ակտ է: Իհաստ տարբեր է տղամարդու և կնոջ վերաբերմունքը սիրո նկատմամբ: Կինը հանճարեղ է իր սիրո մեջ, նրա վերաբերմունքը սիրո նկատմամբ ունիվերսալ է, նա սիրո մեջ ներդրում է իր բնույթի ամբողջ լիարժեքությունը: Իսկ տղամարդն ավելի շուտ տաղանդավոր է սիրո մեջ, և ամբողջությամբ կախված չէ այդ սիրուց: Կնոջ սիրո պահանջներն այնքան անսահման են, որ երբեք չեն կարող բավարարվել տղամարդու կողմից: Սերը դրականորեն է ազդում ընտանեկան հարաբերությունների բնույթի վրա այն ժամանակ, երբ զուգընկերները փոխադարձաբար կիսում են միմյանց դիրքորոշումներն իրենց համար կարևոր երևույթների, իրադարձությունների և արարքների հանդեպ: Ինչպես նշել է Սենտ-Էքզյուպերին <<Իսկական սերը միմյանց աչքերին նայելու մեջ չէ, այլ միասին նույն ուղղությամբ նայելու մեջ>>: Ամուսնական կյանքի հաջողության վրա ազդում է ամուսինների համաստեղությունը բոլոր ոլորտներում, երբ մարդիկ ոչ միայն համաստեղվում են, այլև լրացնում են մեկը մյուսին: Սոցիալ-հոգեբանական համաստեղելիությունը ենթադրում է որոշակի ընդհանրություն, որը կարելի է դիտարկել երեք մակարդակներում.

1. Բարձրագույն և առավել բարձր մակարդակը արժեքակողմնորոշիչ միասնությունն է կենսական արժեքների, ձգտումների, իդեալների, հետաքրքրությունների համոզմունքների միասնությունը, ինչպես նաև աշխարհայացքային միասնություն:
2. Ֆունկցիոնալ- դերային սպասումների համաձայնեցվածությունը մարդկանց դերերի և ֆունկցիաների մասին պատկերացումների համաձայնեցվածությունն է տվյալ միության մեջ:
3. Մարդկանց անհատական- հոգեբանական բնութագրերի համաստեղելիությունը:

Հետաքրքիր է, որ բարեհաջող զույգերը որոնք ունեն կայուն և առավելագույնս համաստեղելի հարաբերություններ, տարբերվում են հակառակ խառնվածքով դյուրագրգիռ խոլերիկը և հանգիստ ֆլեգմատիկը, ինչպես նաև կենսուրախ սանցվինիկը և մելանխոլիկը կարծես լրացնում են իրար: Եվ հակառակը երկու խոլերիկներից կազմված ընտանիքին կարող է սպասվել բարձր կոնֆլիկտայնություն ամուսինների պոռթկության և անզսպության պատճառով: Պարզվում է առավել ունիվերսալ զուգընկերներ են համարվում ֆլեգմատիկները, քանի որ նրանք համարվում են խառնվածքի ցանկացած տիպի հետ, բացի սեփականից: Չկա այնպիսի ամուսնական զույգ, որտեղ ամուսինները լիովին նման լինեն միմյանց: Սակայն պետք է նկատի ունենալ, որ համատեղ կյանքն աստիճանաբար հարթում է կտրուկ տարբերությունները:

Ընտանեկան կոնֆլիկտներ

Ընտանեկան կյանքը մշտապես հարթ ու սահուն չի: Ամուսինների միջև հնարավոր են նաև վեճեր, որոնք կարող են ընդգրկել ընտանեկան կյանքի ամենատարբեր ոլորտները՝ հաղորդակցում, նյութական բարեկեցություն, երեխաների դաստիարակություն, ազատ ժամանակի կազմակերպում, հետաքրքրություններ և այլն: Շատ հոգեբանների կարծիքով՝ ամուսինների միջև վեճերն ու անհամաձայնությունները ծագում են նրանցից որևէ մեկի որոշակի պահանջների անբավարարվածության հետևանքով: Ընտանեկան անհամաձայնության պատճառ կարող է դառնալ նաև պայքարն ընտանիքում իշխանության համար: Այս դեպքում ամուսիններից յուրաքանչյուրը ձգտում է հասնել առավելության և հեղինակության, փորձում է ճնշել դիմացինին, որոշումների կայացման հարցում իր կամքը թելադրել:

Մեծամասամբ ամուսնությունների համար ճգնաժամը համարվում է նույնպիսի սթրես և հիվանդագին երևույթ, ինչպես դեպրեսիան, բարկությունը: Մարդկանց մեծ մասը սովորաբար խուսափում է դա կոչել ճգնաժամն ունենուն է շատ ասպեկտներ՝ նրա հետ կապված են ֆիզիոլոգական ռեակցիաները, մտքերը և զգացումները:

Անհանգստությունը կարող է պաշարել բոլորին և հնարավոր չէ դրանից խուսափել: Այն հիմնականում սկսվում է այն ժամանակ, երբ լինում է որևէ փոփոխություն կամ պետք է անել ու որոշել ինչ-որ բան: Քնաի որ ամուսնություններ, ապա այստեղ ևս չի կարելի խուսափել դրանից: Շատերը կարծում են, որ ոչ բոլոր փոփոխություններն են առաջացնում անհանգստություններ, այլ միայն նրանք, որոնք վտանգում են գլխավոր նպատակները: Մարդը պաշարվելով անհանգստացնող մտքերով, այլևս ի վիճակի չի լինում մտածելու, զգալու, ապրելու և դառնում է քար: Ընտանեկան հարաբերություններում սա պետք է լուծում ստանա գրուցելու, հասկանալու ճանապարհով: Սակայն հիմնականում անհանգստությունը փարատելու համար զույգերն առանձին-առանձին են փորձում լուծել խնդիրը, ամուսինը վազելով դեպի ակոհոլ, թմրանյութեր կամ վազում է նոր հետաքրքիր այլ գործունեության: Կանայք հիմնականում անհանգստությունից ընկնում են դեպրեսիայի մեջ:

Ամուսնական ճգնաժամի պատճառ է հանդիսանում աշխատանքի հարցը: Շատ ամուսնական զույգեր զբաղված են լինում կարիերայով և քիչ ազատ ժամանակ են ունենում գրուցելու, կիսվելու իրենց ապրումներով:

Այստեղ առաջանում են անհանգստություններ՝ օտարանալու, հավատարմության և սիրո հետ կապված խնդիրներ:

Կարևոր խնդիր է ճգնաժամերի դեպքում ֆինանսական հարցը, քանի որ այն ապահովում է սնունդ, հագուստ, առողջություն և այլ պահանջմունքներ:

Ընտանեկան անբավարարվածության վիճակն առաջանում է կոնֆլիկտային իրավիճակների արդյունքում, որոնցում դրսևորվում է տարաձայնություն տվյալ անհատի վերաբերյալ, սպասումների և նրա իրական կյանքի միջև: Կոնֆլիկտից կոնֆլիկտ, կուտակվելով, այսպիսի անբավարարվածությունն արտահայտվում է հուզական պոռթկումներում և հիստերիկ դրսևորումներում, որոնց հաճախականացումը կարող է լրջորեն խաթարել ընտանիքի ամրությունը:

Ընտանիքի ամրության և կայունության համար փոխադարձ սեր և հարգանք է հարկավոր: Ընտանիքում մարդկանց միավորում է՝ մեկը մյուսին զիջելը, վստահությունը:

