|  |  |
| --- | --- |
|  | ***«Նոր ժամանակի կրթություն» ՀԿ*** |

***ՀԵՐԹԱԿԱՆ ԱՏԵՍՏԱՎՈՐՄԱՆ ԵՆԹԱԿԱ ՈՒՍՈՒՑԻՉՆԵՐԻ ՎԵՐԱՊԱՏՐԱՍՏՄԱՆ ԴԱՍԸՆԹԱՑ***

***Ա Վ Ա Ր Տ Ա Կ Ա Ն Հ Ե Տ Ա Զ Ո Տ Ա Կ Ա Ն***

***Ա Շ Խ Ա Տ Ա Ն Ք***

***Հետազոտության թեման՝ Ընտանիքի հոգեբանություն, կոնֆլիկտներ***

***Առարկան՝ Հոգեբանություն***

***Հետազոտող ուսուցիչ՝ Գասպարյան Լուսինե Վաչագանի***

***Ուսումնական հաստատություն՝ Աշնակի Գ. Չաուշի անվան միջնակարգ դպրոց***

***Երևան 2022***

**Ներածություն**

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 ու 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 պահանջում են ընտանիքում տնտեսումը, երեխաների հանդեպ պատասխանատվությունը: Հասարակության համար կարևոր է ոչ միայն ամուսնության կայունության փաստը, այլև ներընտանեկան հարաբերությունների որակը, դրանց խանգարումների հետևանքները: Շատ էական է համարվում ընտանիքում անդամների միջև աֆեկտիվ կապերը: Միջանձնային հարաբերությունները սուբյեկտների փոխադարձ պատրաստակամությունն 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։

Չկա ընտանիք, որտեղ ժամանակ առ ժամանակ չլինեն կոնֆլիկտներ /տարաձայնություններ/։ Գուցե իսկապես պատահական չէ մեծերի կողմից պարադոքսի նման հնչող այն խոսքը, որ եթե ընտանիքում չկան վիճաբանություններ, ապա այնտեղ ինչ-որ բան կարգին չէ։ Ընտանեկան տարաձայնությունները հնարավորություն են ստեղծում թուլացնել լարված մթնոլորտը, հասկանալ մեր կողքին ապրող մարդկանց տեսակետներն ու համոզմունքները։ Ի վերջո տարաձայնությունները նաև կարելի է դիտարկել իբրև ‹‹նուրբ ազդակ››, որի միջոցով ստուգվում է ներընտանեկան կայունությունը և ի հայտ եկող խնդիրները համատեղ լուծելու կարողության և ցանկության առկայությունը։ Սակայն առավել զգուշավոր պետք է լինեն այն ընտանիքները, որտեղ կան մարդիկ, ովքեր նոր են ծանոթանում կյանքի բազմաթիվ դրսևորումներին և դեռևս մեծ կախվածության մեջ են գտնվում ընտանիքի առավել փորձառու անդամներից։ Խոսքն իհարկե երեխաների մասին է, որոնց հոգևոր և ֆիզիկական ճիշտ զարգացումն ու կայունությունը պետք է գերակա նպատակ լինի ընտանիքի բոլոր անդամների համար և ուղենիշ հատկապես ծնողների հարաբերությունները կարգավորելու գործընթացում։

***Գլուխ 1․* Ընտանիքի հոգեբանություն հասկացությունը, բնութագիրը, առանձնահատկություններն ու նպատակները**

**1․1 Ընտանիքի հոգեբանության տեսական մեկնաբանումը**

Ընտանիքը կարելի է բնութագրել որպես պատմականորեն կոնկրետ հարաբերությունների համակարգ ամուսինների միջև, որպես փոքր սոցիալական խումբ, որի անդամները  կապված են ամուսնական կամ ազգակցական հարաբերություններով, կենցաղի ընդհանրությամբ և փոխադարձ բարոյական պատասխանատվությամբ, և որի սոցիալական անհրաժեշտությունը պայմանավորված է հասարակությանª բնակչության ֆիզիկական և հոգևոր վերարտադրության պահանջմունքով: Դեռևս Արիստոտելն է նշել. ‹‹Ընտանիքը հասարակության բջիջն է››: Այսինքնª հասարակությունը, հետևաբար նաև պետությունը, կարող են առողջ լինել, եթե առողջ և կայուն է ընտանիքը: Իսկ ե±րբ 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: Այսինքնª 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 աշխարի նկատմամբ, կազմում են մարդկային պահանջմունքների հիերարխիայի հիմքը: Ընտանիքի հոգեթերապիայի մասնագետ Հենրի Դիքսը դասակարգել է ամուսնության հետևյալ դրդապատճառներըª

* Սերը
* Հոգեբանական պատճառները
* Երեխա ունենալու ցանկությունը
* Կենցաղային խնդիրների լուծումը
* Ստեղծված հանգամանքները[[1]](#footnote-1)։

 Շատ մասնագետներ փորձել են պարզել, թե ինչ է սերը: ‹‹Միայն սիրո միջոցով և սիրո գիտակցության միջոցով է մարդը մարդ դառնում››, - ասել է Ֆ.Շլեգելը: 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, նա պահանջկոտ է, անզիջում և էգոիստ: Իսկ հասուն սիրո մեջ ծանրության կենտրոնը տեղափոխվում է զուգընկերոջ վրա: Մարդը նախ և առաջ մտահոգվում է նրա մասին, ում սիրում է, նրա հետաքրքրությունների, բարօրության, երջանկության և  ինքնաարտահայտման  մասին`  ողջ  ուժերով  նպաստելով վերջիններիս  իրականացմանը: ՈՒրիշ մարդու մասին մտածելու ունակությունը, տալովª ուրախություն ապրելու ունակությունը հասուն սիրո պարտադիր ուղեկիցներն են:

Սերը կառույց է մեր բոլոր խորքային պահանջմունքների և զգայությունների վրա: Դա մարդկային ուժերի ամենասեղմ, ամենախտացված միաձուլումն էª մարմնական և հոգևոր, գիտակցական և ենթագիտակցական ուժերի:

 Սիրո ամենաբարձրագույն թռիչքը, նրա ամենապայծառ դրսևորումը հոգիների միաձուլումն է: Հոգու գաղտնարաններում առաջանում է ցավ ուրիշ մարդու համար այպես, ինչպես կցավես ու կանհանգստանաս ինքդ քեզ համար: Սերն ուշադրություն է, բարության, համբերություն, քնքշություն, երախտագիտություն, հարգանք և նվիրվածություն: Նա, ով սիրում է, ընդունում է իր սիրելիի հրապուրանքնները, որպես իր սեփականները: Նա ընդունում է ուրիշին այնպես, ինչպիսին նա կա և հավատում է նրան: Նա, ով սիրում է, ունակ է զիջելու և ներելու: Ներումը իսկական սիրո ակտ է: Խիստ տարբեր է տղամարդու և կնոջ վերաբերմունքը սիրո նկատմամբ: Կինը հանճարեղ է իր սիրո մեջ, նրա վերաբերմունքը սիրո նկատմամբ ունիվերսալ է. նա սիրո մեջ ներդնում է իր բնույթի ամբողջ լիարժեքությունը: Իսկ տղամարդն ավելի շուտ տաղանդավոր է սիրո մեջ, քան հանճարեղ: Նա իրեն ամբողջությամբ չի դնում սիրո մեջ և ամբողջությամբ կախված չէ այդ սիրուց: Կնոջ սիրո պահանջներն այնքան անսահման են, որ երբեք չեն կարող բավավարարվել 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, այլª միասին նույն ուղղությամբ նայելու մեջ››: Ամուսնական կյանքի հաջողության վրա ազդում է ամուսինների համատեղելիությունը բոլոր ոլորտներում, երբ մարդիկ ոչ միայն համատեղվում են, այլև լրացնում մեկը մյուսին: Սոցիալ-հոգեբանական համատեղելիությունը ենթադրում է որոշակի ընդհանրություն, որը կարելի է դիտարկել երեք մակարդակներում.

 **1.** Բարձրագույն և առավել բարձր մակարդակը արժեքակողմնորոշիչ միասնությունն էª կենսական արժեքների, ձգտումների, իդեալների, հետաքրքրությունների, համոզմունքների միասնությունը, ինչպես նաև աշխարհայացքային միասնությունը:

 **2.** Ֆունկցիոնալ-դերային սպասումների համաձայնեցվածությունը մարդկանցª իրենց դերերի և ֆունկցիաների մասին պատկերացումների համաձայնեցվածությունն էտվյալ միության մեջ:

 **3.** Մարդկանց անհատական-հոգեբանական բնութագրերի համատեղելիությունը:

 Հետաքրքիր է, որ բարեհաջող զույգերը, որոնք ունեն կայուն և առավելագույնս համատեղելի հարաբերություններ, տարբերվում են հակառակ խառնվածքով. դյուրագրգիռ խոլերիկը և հանգիստ ֆլեգմատիկը, ինչպես նաև մելանխոլիկը և կենսուրախ սանգվինիկը կարծես  լրացնում են իրար: Եվ հակառակըª երկու խոլերիկներից կազմված ընտանիքին կարող է սպասվել բարձր կոնֆլիկտայնություն ամուսինների պոռթկունության և անզսպության պատճառով: Պարզվում էª առավել ունիվերսալ զուգընկերներ են համարվում ֆլեգմատիկները, քանի որ նրանք հարմարվում 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 ամուսինների հետաքրքրությունների, նախասիրությունների, հայացքների միջև, և առաջանում է գնահատականների ու վերաբերմունքի ընդհանրություն: Եթե տարբերությունները շատ են, պետք է հաբերել ու նաև ձգտել ավելի լավ հասկանալ ամուսնուն: Երբ ամուսիններն իրար լավ են հասկանում, նրանց բնավորության կամ խառնվածքի, վարքագծի խութերն ուժեղ չեն բախվում և խանգարում միմյանց: Երբ ամուսիններն անգամ իդեալական միասնության դեպքում հանդուրժում են միմյանց ինքնությունն ու անկախությունը, ապա զբաղմունքների տարբերությունը, բնավորությունների զանազանությունը չեն կարող տևական անջատման շարժառիթ ծառայել:

 Եվ ընդհանրապես ամուսնության սկզբում կյանքը զարմանալիորեն հեշտ և ուրախալի է թվում, գրեթե իդեալական: Ի վերջո ռոմանտիկ հիացումներին փոխարինելու են գալիս կենցաղը, առօրյանª իր անխուսափելի սթրեսներով: Կենցաղն ամենամեծ փորձությունն է երիտասարդ ամուսինների համար: Միմյանց լրիվ բացահայտումն ու ՙգունազրկումը՚ երկրորդ ծանր քննությունն է նորապսակների համար, իսկ երրորդըª դերերի, պարտականությունների բաշխումը: Աստիճանաբար նրբազգացությունը, քնքշությունը, հաճոյախոսությունները, երախտագիտության արտահայտությունները քչանում ենª տեղ տալով փոխադարձ քննադատություններին: Հաճախ զուգընկերները դառնում են ավելի պակաս ուշադիր միմյանց նկատմամբ և ավելի էգոիստ, քան առաջ: Սառած զգացմունքները կարող են բազմաթիվ ընտանեկան կոնֆլիկտներ ստեղծել, ուստի սերն ամուսնության մեջ մշտապես պահպանել: Միաժամանակ պետք է հասկանալ և գիտակցել, որ մինչամուսնական, պատանեկան սերը և ամուսնական սերը նույնը չեն: Ներդաշնակ ընտանիքներում մարդիկ միշտ լսում են միմյանց հույզերն ու պահանջմունքները, նրանք բարի են, քնքուշ, հավատարիմ ու համբերատար: Նրանց հարաբերությունները հիմնված են հարգանքի, փոխադարձ օգնության, ներողամտության վրա: Երջանիկ ամուսինների կյանքում մշտապես տեղի է գտնվում ուշադրության նշանների համար, որոնք արտահայտում են ջերմություն և հոգատարություն միմյանց նկատմամբ։

**1․2 Ընտանիքի հոգեբանական ճգնաժամային իրավիճակները և ի հայտ եկած խնդիրներին դերային մոտեցումը**

Ժամանակակից հասարակական հարաբերությունները ընտանիքներում ծնում են տարաբնույթ տնտեսական, սոցիալական, բժշկական, իրավաբանական, կրթական խնդիրներ, որոնցից բխող հավանական բարդություններն ու դժվարությունները, դրսևորվելով ընտանեկան կյանքի տարբեր ոլորտներում, կարող են վերածվել հոգեբանական բարդ ճգնաժամային իրավիճակների և ընդգրկել ընտանիքն ամբողջությամբ։ Այս առումով առաջնային պլան է մղվում ընտանիքի հոգեբանական աջակցության կազմակերպման հիմնախնդիրը։ Ընտանիքի հոգեբանական աջակցության նպատակն է օգնել նրան դուրս գալու տարբեր խնդրահարույց իրավիճակներից և լուծելու խնդիրներ, որոնք նա անկարող է լուծել իր ներքին ռեսուրսների հաշվին։ Ներքին և արտաքին բազմաթիվ գործոնների ազդեցության ներքո ընտանիքում ծագած խնդիրները անխուսափելիորեն հանգեցնում են հոգեբանական օգնության դերի ակտիվացման և հոգեբանական աջակցության բովանդակության ընդլայնման, ինչի արդյունքում ընտանիքին և նրա անդամներին հոգեբանական օգնությունը կարող է իրականացվել նաև բժշկական, իրավաբանական, կրթական և այլ ծրագրի շրջանականերում։

Այնուամենայնիվ, գործնականում հոգեբանական օգնության եղանակները տարբեր են, որոնք կիրառվում են ընտանիքին տրվող հոգեբանական աջակցության ընթացքում։ Դրանց շարքում իրենց ուրույն տեղն ունեն ընտանեկան հոգեբանական խորհրդատվությունն ու ընտանեկան հոգեթերապիան։ Վերջիններիս տեսական և կիրառական հիմքերը ձևավորվում են՝ ելնելով ընտանիքում գործող նորմերից, կանոններից և օրենքներից, ներընտանեկան հարաբերությունների հոգեբանական առանաձնահատկություներից, դերային համակարգի յուրահատկություններից, ինչպես նաև այդ և այլ ներընտանեկան երևույթների ուսումնասիրությունների արդյունքներից։ Փորձելով համադրել հոգեթերապևտիկ որոշ դրույթներ՝ կարելի է առանձնացնել ընտանեկան հոգեթերապիայի և խորհրդատվության ընդհանուր նպատակները․

* ընտանիքի դերային կառուցվածքի ճկունության բարձրացում, իշխանության և գլխավորության հարցի լուծման խելամիտ տարբերակների ստեղծում, ինչը կբխի հավասարության սկզբունքից
* բաց, պարզ, անմիջական հաղորդակցման ստեղծում
* ընտանիքի հոգեբանական խնդիրների լուծում և բացասական ախտանիշների արտահայտվածության նվազեցում
* ընտանիքի բոլոր անդամների ‹‹Ես›› հայեցակարգի և անձնային աճի զարգացման պայմանների ստեղծում
* ‹‹Մենք›› հայեցակարգի ձևավորման համար պայմանների ստեղծում[[2]](#footnote-2)։

 Ընտանեկան հոգեբանական խորհրդատվության նպատակները կարող են բխել և դասակարգվել համաձայն խորհրդատվության տեսակների։ Հոգեբանական և հոգեթերապևտիկ գրականության վերլուծության արդյունքում առանձնացվել են ընտանեկան խորհրդատվության տեսակների մի շարք դասակարգումներ՝ ըստ ընտանիքի զարգացման փուլերի, ըստ ընտանեկան ենթահամակարգեր և այլն։

 Հոգեբանական գրականության մեջ առավելապես հայտնի են ընտանեկան խորհրդատվությունների ինտեգրացիաներ՝ անհատական խորհրդատվություն, ամուսնական զույգի խորհրդատվություն, ընտանիքի (խմբային) խորհրդատվություն, որոնք ընդհանուր նպատակներից զատ կարող են ունենալ բուն, կոնկրետ նպատակ կամ նպատակներ։

 Շատ հոգեբաններ կարծում են, որ մեկ անդամի հետ աշխատանքը կարող է տալ ընտանիքի մասին աղավաղված տեղեկատվություն, սխալ պատկերացում նրա կառուցվածքային փոփոխությունների մասին։ Այդ պատճառով ընտանեկան խորհրդատուները կողմ են ամբողջ ընտանիքի հետ աշխատանքին։ Սակայն, երբ այցելության է դիմում ընտանիքի անդամներից մեկը, ապա հիմնականում դժվար է ողջ ընտանիքի հետ աշխատանք իրականացնել, քանի որ ընտանիքի մյուս անդամները հաճախ հրաժարվում են խորհրդատվությունից, կամ անհատը ինքն է զերծ պահում ընտանիքի մյուս անդամներին խնդրի մեջ ներգրավվելուց։ Շատ հաճախ, ելնելով ընտանիքի շահերից, նույնիսկ նպատակահարմար չէ խնդրի գիտակցումը տարածել ընտանեկան ենթահամակարգերում։

 Այսպիսով՝ ինչ հիմքով էլ դասակարգենք հոգեբանական խորհրդատվության նպատակները, ինչպիսի մեկնաբանություններ էլ որ տանք, միևնույն է, հոգեբանական խորհրդատվության հիմնական նպատակն է օգնել հաղթահարել ծագած դժվարությունները՝ անկախ խորհրդատվության դիմելու այցելուի կամ խմբի դրդապատճառներից, խնդրից ու պայմաններից։

**Գլուխ 2․ Ընտանեկան կոնֆլիկտներ, դրանց ազդեցությունը և հնարավոր լուծումները**

**2․1 Ընտանեկան կոնֆլիկտներ**

Ցանկացած ընտանիքում վեճերն ու կոնֆլիկտներն անխուսափելի են, եթե չկան վեճեր նշանակում է ընտանիքում տիրում է սառը պաշտոնական հարաբերություններ:
Ընտանեկան վեճերն իրենց բնույթով  կարող են լինել պերմանենտ (անընդհատ): Նման ընտանիքները հիմնականում լինում են  քրեածին, կոնֆլիկտածին, ամբարենպաստ ընտանքիներ:

Վեճերի ժամանակ  [գլխուղեղի](https://www.doctors.am/hy/symptoms/brain) կեղևում առաջանում է օպտիմալ գրգռման օջախ, որը կարող է ընդգրկել ահռելի ու ավելի կետերի տարածք:
Այս դեպքում մարդը կորցնում է ինքնատիրապետումը, դիմացինին լսելու ունակությունը և վեճը վերածվում է կոնֆլիկտի: Ցանկացած վեճի հիմքում ընկած է անհատականության երևույթը, այսինքն անհատականը:
 Մարդը աշխատում է հնարավորինս  վիրավորելով դիմացինին բարձրացնել  "Ես"-ի արժեքը: Կոնֆլիկտի հիմնական պատճառը անձնավորության որևիցե պահանջմունքի չբավարարված լինելն է: Սկսած ֆիզիկական, կենսաբանական, [ֆիզիոլոգիականից](https://www.doctors.am/hy/symptoms/physiology) մինչև հոգևոր պահանջմունքները:

Կոնֆլիկտների մեխանիզմը հասկանալու համար անհրաժեշտ է առանձնացնել [պատկերացումների](https://www.doctors.am/hy/symptoms/perceptions) 3 համակարգ`

**1.    էգոցենտրիկ համակարգ**- որի հիմքում ընկած է սեփական Ես-ը, այլ մարդիկ կամ առարկաները հանդես են գալիս որպես կամ օգտակար գործիք կամ խոչընդոտ:

**2.    Այլետորոցենտրիկ  համակարգ**- կենտրոնում ընկած է ուրիշը:

**3.    Սոցիոցենտրիկ**- հիմքում ըմկած է մեկը[[3]](#footnote-3):

  Ընտանիքի համար ճգնաժամային շրջաններն են`

**1.    Միմյանց հարմարվելու փուլ`**ամուսնական կյանքի առաջի տարին է, երբ ձեվավորվում է նոր որակի հարաբերություններ, նոր հոգևոր արժեքներ:

**2.    Երեխա ունենալու փուլ`** երեխաների ծնունդը բարդացնում է ամուսինների մասնագիտական աճի հնարավորությունները, քիչ ժամանակ է տրամադրվում անձնական գործունեությանը (հոբբի), կնոջ հոգնածության պատճառով, կապված երեխայի խնամքի հետ, ժամանակավոր [սեռական](https://www.doctors.am/hy/symptoms/sexual) [ակտիվության](https://www.doctors.am/hy/symptoms/activity) նվազումը:

**3.    Բախման փուլ`** երեխաների դաստիրակության վերաբերյալ ամուսինների և նրանց ծնողների հայացքների, տեսակետների բախումը:

**4.    Միապաղաղության, կամ միջին ամուսնական տարիքի փուլ`**այս շրջանը երբեմն անվանում են նաև [զգացմունքների](https://www.doctors.am/hy/symptoms/emotion) հագեցվածության փուլ, կամ քաղցի շրջան:

**5.    Իվոլուցիոն, կամ միայնակության զգացման փուլ:** Այս շրջանը համարվում է 18-ից 24տարի համատեղ կյանքից հետո, որը հաճախ համընկնում է ինվոլուցիոն շրջանի հետ: Կարող է ձեւավորվել միայնակության [զգացում](https://www.doctors.am/hy/symptoms/sense)` կապված երեխաների հեռանալու հետ: Այս փուլում հսկայական նշանակություն ունեն արտաքին գործոնները` նյութական վիճակի վատթարացումը, աշխատանքի անցնելու անհնարինությունը, սեփական բնակարանի բացակայությունը և այլն[[4]](#footnote-4):

     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 անբավարարվածությունը արտահայտվում է հուզական պոռթկումներում և հիստերիկ դրսեւորումներում, որոնց հաճախականացումը կարող է լրջորեն խաթարել ընտանիքի ամրությունը:

  Ճնշող մեծամասնությամբ, պատճառները, որոնք հանգեցնում են ընտանիքում կոնֆլիկտային իրավիճակի, առաջ են բերվում սոցիալական գործոններով:

**2․2 Ընտանեկան կոնֆլիկտների ազդեցությունն ու հնարավոր լուծումները**

Ընտանեկան կայուն համակարգի բաժանումը (ամուսնալուծությունը կամ ընտանիքի անդամի կորուստը) առաջացնում են այնպիսի խնդիրներ ինչպիսիք են՝

* Եկամտի փոփոխություններ (սոցիալական-ֆինանսականվիճակիճգնաժամ)
* հայրական/մայրական բացակայություն (հետևաբար, երեխայի վրա ազդեցության թուլացում)
* անբավարար մայրական/հայրական հոգեկան առողջություն (առանձին դեպքերում)
* միջանձնային տարաձայնություններ, որոնցից կարող են ծագել նորերը
* ցածր վարկանիշային ընտանեկան մթնոլորտ, ծնող-երեխա հարաբերությունների արագ անկում
* կրթության անցում հետին պլան հանուն նյութաֆինանսական միջոցների հայթայթման[[5]](#footnote-5)։

Ընտանեկան կոնֆլիկտների ազդեցությունը սովորաբար աստիճանաբար նվազում է միայն 2-3 տարվա ընթացքում, սակայն կարող են մնալ նաև անդառնալի հետևանքներ:Վիճակագրական տվյալների համաձայն աշխարհում երիտասարդների 41%-ը հեռանում է ընտանիքից վատ հարաբերությունների պատճառով:

Շատ կարևոր է ներընտանեկան խնդիրների հաղթահարումը համատեղ ջանքերով: Ընտանեկան հակամարտություն ըծագում է ընտանիքի տարբեր անդամների տեսակետների և/կամ համոզմունքների բախումից, որի արդյունքում կողմերը գալիս են սխալ եզրակացությունների և երկուստեք մեղադրանքների: Հատուկենտ դեպքերում, երբեմն, կոնֆլիկտը կարող է նաև որոշակի դրական ազդեցություն ունենալ, բարձրացնելով, ասենք, երեխայի իրավագիտակցությունը, արդարամտությունը կամ ընտանեկան կայունության կարևորության մասին գիտակցությունը, եթե այն ընթանում է ոչ բռնի, հանգիստ պայմաններում և կողմերը պատրաստակամորեն լսում են միմյանց, հայտնում դիրքորոշումները, որոնք բերում են խնդրի խաղաղ կարգավորման:

Կոնֆլիկտների հաղթահարման համար հարկավոր է իմանալ, որ

* պետք է զատել խնդիրը մարդուց,
* միշտ սպասել և միայն որոշ ժամանակ անց դատել սառը գլխով,
* հիշել, որ գաղափարը կայանում է ոչ թե փաստարկը շահելու, այլ հակամարտությունն ի վերջո լուծելու մեջ
* հիշել, որ մյուս կողմում անձ է, ով պարտավոր չէ համաձայնել դիմացինի ամեն բառի հետ,
* պետք է սահմանել խնդիրը և երբեք չշեղվել այլ հարցերի ուղղությամբ,
* պետք է խոսել ցածրաձայն, հստակ և ողջամիտ,
* հիշել, որ խելացի մարդը միշտ կարող է ելք գտնել[[6]](#footnote-6)։

**Եզրակացություններ և առաջարկություններ**

Այսպիսով՝ ընտանիքի հոգեբանությունը հոգեբանության բաժին է, որն ուսումնասիրում է ամուսնության և ընտանեկան հարաբերությունների բնույթը, նրանց առաջացման յուրահատկությունները, ձևավորումը, կայունացումն ու քայքայումը, նկարագրելում ընտանեկան և ամուսնական հատկանիշները, ընտանիքի անդամների սոցիալ-հոգեբանական և ֆունկցիոնալ առանձնահատկությունները միմյանց հետ։

Վերլուծելով աշխատանքի բովանդակությունը կարելի է գալ այն եզրակացություններին, որ

- ընտանիքի հոգեբանություն հասկացությունը կարևոր է որպես հոգեբանության առանձին ճյուղ

- ընտանիքում ի հայտ եկած հոգեբանական խնդիրների դեպքում ցանկալի է դիմել համապատասխան մասնագետի՝ հետագա դժվարություններից խուսափելու համար

- հնարավորին չափ հարկավոր է խուսափել ընտանիքում կոնֆլիկտային իրավիճակներից

- հարկավոր է մշակել ներընտանեկա խնդիրները հմտորեն շրջանցելու տարբերակներ

- եթե կոնֆլիկտի մասին լռել և հմտորեն շրջանցել հնարավոր չէ, ապա պետք է անպայման ասել ճշմարտությունը և լուծումներ փնտրել հարցի շուրջ։

Աշխատանքի հետ կապված առաջարկություններ չկան։

**Օգտագործված գրականության ցանկ**

1. Սեդրակյան Ս․ Ա Ընտանիքի հոգեբանություն /մեթոդաբանական վերլուծություն/, Ուրարտու համալսարան, Երևան, 2010թ․
2. Նալչաջյան Ա․Ա․ Սոցիալական հոգեբանություն, Երևան, 2004թ․
3. Ենգիբարյան Տ․ Ընտանեկան կոնֆլիկտները, դրանց ազդեցությունը երեխաների վրա և հնարավոր լուծումները, /հոդված/, ՀՊՄՀ, Universität für Bodenkultur Wien, 2019թ․
4. Հարությունյան Ն․ Ընտանեկան հոգեբանական խորհրդատվության նպատակներն ու առանձնահատկությունները, Հոդված /Մխիթար Գոշ ուսումնամեթոդական հոդվածներ/, ԵՊՀ, Երևան, 2017թ․

**Օգտագործված կայքեր**

1. [www.hogeban.info](http://www.hogeban.info)
2. [www.doctors.am](http://www.doctors.am)
1. http://www.hogeban.info/17171717.php#tips [↑](#footnote-ref-1)
2. Հարությունյան Ն․ Ընտանեկան հոգեբանական խորհրդատվության նպատակներն ու առանձնահատկությունները, Հոդված /Մխիթար Գոշ ուսումնամեթոդական հոդվածներ/, ԵՊՀ, Երևան, 2017թ․ [↑](#footnote-ref-2)
3. https://www.doctors.am/yntanekan-konfliktner [↑](#footnote-ref-3)
4. Սեդրակյան Ս․ Ա․ Ընտանիքի հոգեբանություն /մեթոդաբանական վերլուծություն/, Երևան, Ուրարտու համալսարան, 2010թ․ [↑](#footnote-ref-4)
5. #  Ենգիբարյան Տ․ Ընտանեկան կոնֆլիկտները, դրանց ազդեցությունը երեխաների վրա և հնարավոր լուծումները, /հոդված/, ՀՊՄՀ, Universität für Bodenkultur Wien, 2019թ․

 [↑](#footnote-ref-5)
6. Նալչաջյան Ա․Ա․ Սոցիալական հոգեբանություն, Երևան, 2004թ․ [↑](#footnote-ref-6)