Բեգոյան Արման Նորայրի

ՄԻՋԱՆՁՆԱՅԻՆ ՀԱՐԱԲԵՐՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ԸՆԴՀԱՆՈՒՐ ԲՆՈՒԹԱԳԻՐԸ

Երևան
«Հիլֆմանն Պրեսս»
2019

ՀՏԴ 159.9:316
ԳՄԴ 88+60.5
Բ 413

Երաշխավորված է Harmand Hilfmann™ School of Professional Psychology կողմից:

HARMAND HILFMANN SCHOOL OF PROFESSIONAL PSYCHOLOGY

Բեգոյան Ա.Ն.
Բ 413 Միջանձնային հարաբերությունների ընդհանուր բնութագիրը / Ա.Ն.Բեգոյան. - Եր.: Հիլֆմանն Պրեսս, 2019. - 48 էջ:

Գրքում ներկայացված է միջանձնային հարաբերությունների ընդհանուր նկարագիրը՝ սկսած անտիկ փիլիսոփայական պատկերացումներից մինչև ժամանակակից հոգեբանական մեկնաբանություններ: Խոսվում է նաև միջանձնային հարաբերությունների հիմնական տեսությունների մասին, որոնք են՝ կապվածության տեսությունը (ներառյալ՝ «մայր-նորածին» կապվածության տեսությունն ու միջանձնային հարաբերությունների նեյրոկենսաբանությունը), սոցիալական ներթափանցման տեսությունը, անորոշության նվազեցման տեսությունը, հարաբերությունների դիալեկտիկայի տեսությունը, հիմնարար կողմնորոշման տեսությունը և Ջորջ Լեվինգերի հինգ փուլանոց մոդելը: Հոդվածում դիտարկվում են նաև միջանձնային հարաբերությունները՝ հասարակական հարաբերությունների, հաղորդակցման, շփման և գործունեության համատեքստերում: Գիրքը նախատեսված է հոգեկան առողջության և հարակից ոլորտների մասնագետների (հոգեբանների, հոգեթերապևտների, հոգեբույժների, նյարդաբանների, սոցիալական աշխատողների, հատուկ մանկավարժների և այլոց) և ուսանողների համար:

ՀՏԴ 159.9:316
ԳՄԴ 88+60.5

ISBN 978-9939-9116-6-3

© Բեգոյան Ա.Ն., 2019
© «Հիլֆմանն Պրեսս», 2019

Բովանդակություն

Ներածություն ---------- 3
1. Հասկացություն միջանձնային հարաբերությունների մասին --- 9
2. Միջանձնային հարաբերությունների տեսություններ և մոտեցումներ ---------- 10
- Միջանձնային հարաբերությունների կապվածության տեսությունն ու նեյրոկենսաբանությունը ---------- 10
- Սոցիալական ներթափանցման տեսության հիմնական գաղափարները ---------- 13
- Անորոշության նվազեցման տեսության հիմնական դրույթները ---------- 14
- Հարաբերությունների դիալեկտիկայի հակիրճ նկարագրությունը ---------- 17
- Հիմնարար կողմնորոշման տեսության առանցքային գաղափարները ---------- 20
- Միջանձնային հարաբերությունների հինգ փուլանոց մոդելի հիմնական գաղափարը և փուլային նկարագրությունը ---------- 21

3. Միջանձնային հարաբերությունները շփման և հասարակական հարաբերությունների համատեքստում ---------- 23
- Միջանձնային հարաբերությունները հասարակական հարաբերությունների համատեքստում ---------- 23
- Միջանձնային հարաբերությունները շփման համատեքստում ---------- 27

4. Միջանձնային հարաբերությունները հաղորդակցման, շփման և գործունեության համատեքստում ---------- 30
Գրականության ցանկ ---------- 36

Ներածություն

Կենդանի բնության երևույթների ուսումնասիրության մեթոդական սկզբունքն է՝ ուսումնասիրել օբյեկտները միջավայրի հետ փոխհարաբերությունների գործընթացում: Բնականաբար մարդը և նրա առանձնահատկությունները նույնպես հասու են ուսումնասիրության, ճանաչելի են դառնում՝ շրջակա միջավայրի հետ ունեցած իր հարաբերություններում. այդ հարաբերություններից մեկն էլ միջանձնային հարաբերություններն են (Мясищев, 1995, էջ 13-15):

Միջանձնային հարաբերությունները մի շարք գիտությունների (հոգեբանություն, փիլիսոփայություն, սոցիոլոգիա, բժշկություն, մարդաբանություն, լեզվաբանություն, նշանագիտություն/սեմիոտիկա) կենտրոնական հիմնախնդիրներից է: Միջանձնային հարաբերություններն ուսումնասիրող գիտությունների համակարգը երբեմն անվանում են նաև «Հարաբերությունների գիտություն» (Berscheid,1999):

Միջանձնային հարաբերություններին, ուղիղ թե միջնորդավորված, անդրադարձել են դեռ հին մտածողները սկսած Կոնֆուցիոսից, Արիստոտելից մինչև Հոբբս և Սպինոզա: Միջանձնային հարաբերությունները առավել դիտարկվել են «գործնական փիլիսոփայության»՝ էթիկայի շրջանակներում, ընդ որում ուսումնասիրության օբյեկտ է հանդիսացել միջանձնային հաղորդակցումը, շփումը, որում էլ հենց բացահայտվում և իրականացվում են միջանձնային հարաբերությունները (Андреева, 1994, էջ 88-90):

Դեռևս չինական փիլիսոփայության հիմնադիրներից Կոնֆուցիոսը (մ.թ.ա. VI-Vդդ.) անդրադառնալով մարդկային հարաբերություններին, նշում է, որ վերջիններս կարող են կարգավորվել կամ ըստ վարչական օրենքների կամ էլ ըստ բարոյական օրենքների: Մարդկային հարաբերությունների կարգավորումը վարչական օրենքներով կամ բռնությամբ, ըստ Կոնֆուցիոսի, հնարավոր չէ քանի որ հակառակ է բարոյական օրենքներին: Այնինչ բարոյական օրենքներով կառավարվող մարդկային հարաբերությունները հասարակության մեջ խաղաղության և արդարության պահպանման երաշխիքն են (Զաքարյան, 2000, էջ 15): Կեցության գերագույն սկզբունքի՝ Դաո-ի մասին քարոզող Լաո Ցզիի (մ.թ.ա. V-IVդդ.) «անգործության» կամ «բնության օրենքներին ներդաշնակ գործելու» սկզբունքը տարածվում է նաև միջանձնային հարաբերությունների վրա. միջանձնային հարաբերություններում մարդիկ պետք է առաջնորդվեն այն սկզբունքներով, որոնք բնական են և ներդաշնակ են իրենց բնությանը, քանի որ «հետևել Դաոյին, նշանակում է ձեռք բերել դե՝ առաքինություններ, և ապրել բնության օրենքներով» (Զաքարյան, 2000, էջ 18): Այս տեսանկյունից և դաոյի ուսմունքը և կոնֆուցիականությունը նպաստում են միջանձնային հարաբերությունների այնպիսի մոդելի զարգացմանը, որը միտված է հասարակական հոմեոստազի պահպանմանը՝ մեկ ընդհանուր պատկերացումների համակարգի, իմաստաբանական համակարգի պահպանմամբ և տարածմամբ:

Հին Հնդկաստանում միջանձնային հարաբերությունները մարդկանց միջև որպես այդպիսին չեն զբաղեցրել

մտածողներին. առավել կարևոր է եղել շփման հիմնախնդիրը, որը դիտարկվում էր կրոնական աշխարհայացքի շրջանակներում և հանգում էր Բրահմանի և Ատմանի կրոնա-փիլիսոփայական գիտակցմանը:

Ընդհանուր առմամբ անտիկ շրջանի փիլիսոփայությունն ավելի շատ կենտրոնացած էր բնության և ճանաչողության հիմնախնդիրների վրա, սակայն որոշ մտածողների մոտ առկա են միջանձնային հարաբերություններին վերաբերվող գաղափարներ: Այսպես օրինակ Դեմոկրիտը հասկանում էր փիլիսոփայությունը որպես շփման, հարաբերվելու և ապրելու արվեստ: Սոկրատեսը միջանձնային հարաբերությունների հիմնական սկզբունքն է համարում հավասարությունը՝ դիտարկելով շփումը որպես համահավասար երկխոսություն, փոխադարձ զրույց: Պլատոնը միջանձնային հարաբերությունները դիտարկում է որպես առաջին հերթին պետական պահանջների իրագործմանն ուղղված ու շահերին համապատասխան որոշակի ծիսակարգված շփման գործընթաց (Сафьянов, 1998, էջ 5-12): Արիստոտելն ուսումնասիրել է միջանձնային հարաբերությունները շփման, հաղորդակցման մակարդակում: Միջանձնային հարաբերություններում նա տեսնում էր ինչպես տանջանքի այնպես էլ հաճույքի աղբյուր: Բացի այդ մարդկային հարաբերությունների կառուցման, մասնավորապես ընկերության ստեղծումը, ընկերանալը անհնար էր համարում առանց բավականություն պատճառով հարաբերությունների: Շփումը Արիստոտելը համարում է որպես բարիք, որին անհրաժեշտ է ձգտել: Հենց շփման պահանջմունքն է հիմքը

լեզվի, արվեստի և մշակույթի առաջացման (Аристотель, 1983):

Միջանձնային հարաբերությունները անմիջական և կենտրոնական ուսումնասիրության և փիլիսոփայական վերլուծության օբյեկտ չդարձան նաև միջնադարում: Այս ժամանակաշրջանում ճանաչողությունը որպես հիմնախնդիր մի փոքր իր դիրքերը զիջեց Աստծո, աստվածայինի, ինչպես նաև մարդ-Աստված հարաբերություններին:

Միջանձնային հարաբերությունները և շփումը որպես այդպիսին սկսեցին հետաքրքրել փիլիսոփաներին սկսած վերածննդի ժամանակաշրջանից, երբ ուսումնասիրության օբյեկտը Աստծուց և նրա հետ մարդու ունեցած հարաբերություններից տեղափոխվեց դեպի մարդը և նրա ունեցած հարաբերություններն իր նմանների հետ: Դ.Հյումը շփումը տեսնում էր որպես աշխատանքային գործընթացի մի մաս (Юм, 1965, էջ 11-15): Վերջինիս համոզմամբ շփման կարողությունը, բանականության և գործունեության հետ մեկտեղ, կազմում է մարդու էությունը: Ջ.Լոկկն առանձնացնում էր հաղորդակցմամբ իրականացվող միջանձնային հարաբերությունների դաստիարակչական գործառույթը (Локк, 1988, էջ 460-461): Թ.Հոբբսի պնդմամբ շփումը հասարակության մեջ արհեստածին երևույթ է և ձևավորվում է հասարակական դաշինքի ազդեցության արդյունքում (Гоббс, 1991): Բ.Սպինոզայի բանական էգոիզմի տեսության մեջ շփումը հասկացվում է ձգողականության և վանման հակասական գործընթաց և որպես նպատակների իրագործման միջոց (Спиноза, 1957, էջ 538):

Հիմնախնդրի հետագա զարգացումներն ընթացել են գերմանական դասական փիլիսոփայության ներսում: Ի.Կանտն ու Հեգելը մշակելով հասարակության և այլ մարդկանց մեջ մարդու կեցության, սուբյեկտ-սուբյեկտային և սուբյեկտ-օբյեկտային հարաբերությունների հիմնախնդրի փիլիսոփայական և բարոյագիտական ասպեկտները (Ойзерман, 1978), այդպիսով իսկ միջանձնային հարաբերությունների հիմնախնդիրը բարձրացրեցին մեկ այլ մակարդակի վրա: Միջանձնային հարաբերությունների հիմնախնդրի փիլիսոփայական զարգացման գործում լուրջ ներդրում ունի նաև Լ.Ֆոյերբախը, որը մարդու կեցության ձևավորման, ինքնագիտակցության կայացման գործում առաջատար դերերից մեկն էր համարում մարդկանց միջև հաստատվող հարաբերությունները: Նրա խորին համոզմամբ մարդն իր էությամբ կարող է դրսևորվել, տեսանելի լինել միայն ուրիշների հետ ունեցած իր հարաբերություններում (Фомин, 2009, էջ 203): Ֆ.Նիցշեն և Ա.Շոպենհաուերը կանգնած էին այն գործընթացի ակունքներում, որը XX դարում փիլիսոփայությունը վերափոխեց «գիտակցության փիլիսոփայությունից» դեպի «հաղորդակցման փիլիսոփայություն» (Ситниченко, 1990, էջ 3): Այդ շրջադարձը պայմանավորված էր նաև Է.Հուսերլի կողմից միջսուբյեկտիվության ուսմունքի, Մ.Շելերի «համակրանքի ֆենոմենոլոգիայի», Մ.Բուբերի «դիալոգիկայի», Կ.Յասպերսի «էկզիստենցիալ հաղորդակցման» և Յ.Հաբերմասի «հաղորդակցվող բանականության» և «հաղորդակցվող գործողության» մասին ուսմունքի մշակմամբ (Гуссерль, 2000, էջ 433-515; Сафьянов, 1998, էջ 17-20; 104):

1. Հասկացություն միջանձնային հարաբերությունների մասին

Ինչպես արդեն նշվել էր, մարդը և նրա առանձնահատկությունները, ինչպես կենդանի բնության երևույթները, հասու են ուսումնասիրության, ճանաչելի են դառնում՝ շրջակա միջավայրի հետ ունեցած իր հարաբերություններում (Мясищев, 1995, էջ 13-15): Այդ հարաբերություններից մեկն էլ միջանձնային հարաբերություններն են, որոնք հետաքրքրություն են ներկայացնում մի շարք գիտությունների (համար, ինչպիսիք են օրինակ՝ հոգեբանությունը, փիլիսոփայությունը, սոցիոլոգիան, բժշկությունը, մարդաբանությունը, լեզվաբանությունը, նշանագիտությունը/սեմիոտիկան և այն: Միջանձնային հարաբերությունները կարելի է սահմանել, որպես՝ մարդկանց միմյանց նկատմամբ առկա սուբյեկտիվ վերաբերմունքի իրացում (Духновский, 2006): Միջանձնային հարաբերությունները երկու կամ ավելի հարաբերվող մարդկանց միջև զգացողությունների և դիրքորոշումների արտահայտման ձև է (Nęcki, 1996): Մեկ այլ բնորոշմամբ միջանձնային հարաբերությունները առաջանում են սոցիալական խմբի անդամների փոխադարձ ընկալման ու հաղորդակցության արդյունքում (Նալչաջյան, 1984): Երբեմն «միջանձնային հարաբերություններ»-ի փոխարեն կիրառվում է «փոխհարաբերություններ» եզրույթը, որն առաջարկել է Յ.Լ.Կոլմինսկին (Коломинский, 2000): Միջանձնային հարաբերությունները կարող են լինել ընկերական, ռոմանտիկ, ընտանեկան և մասնագիտական (The Interpersonal Web…): Միջանձնային հարաբերությունները կարող են դրսևորվել մարդկանց

փոխհարաբերություններում ագրեսիայի, թշնամության, ատելության, կոնֆլիկտի, սիրո, հարգանքի, մտերմության, մանիպուլյացիայի, վերահսկման և այլ ձևերով (Argyle, 1991): Այս գլխում ներկայացված տեսությունները, դրույթներն ու գաղափարները անմիջականորեն չեն հանդիսանում հետազոտության տեսա-մեթոդաբանական հիմքը, սակայն վերջինիս հետ մեկտեղ (տես՝ Հետազոտության տեսական հիմքերը, Հետազոտության մեթոդաբանական հիմքերը) կազմում են այն հայեցակարգային համակարգը, որն ապահովում է սույն աշխատանքի շրջանակներում ներկայացվող միջանձնային հարաբերությունների հոգեիմաստաբանական տեսության տեսամեթոդաբանական ամբողջությունը:

2. Միջանձնային հարաբերությունների տեսություններ և մոտեցումներ

Միջանձնային հարաբերություններին վերաբերվող տեսությունները քիչ չեն, սակայն դրանցից առավել նշանակալիներն ու փորձարարական տվյալներով հիմնավորվածները ներկայացված են ստորև: Դրանք են՝ սոցիալական ներթափանցման տեսությունը, անորոշության նվազեցման տեսությունը, հարաբերությունների դիալեկտիկայի տեսությունը, հիմնարար կողմնորոշման տեսությունը և Լեվինգերի տեսությունը:

Միջանձնային հարաբերությունների կապվածության տեսությունն ու նեյրոկենսաբանությունը

Միջանձնային հարաբերությունները, դրանց իրականացման հոգեբանական, սոցիալական և այլ տեսակի

առանձնահատկություններն ու գործընթացներն իրենց հիմքում ունեն կենսաբանական և նյարդաբանական կառույցներ և գործընթացներ: Որոշ դեպքերում նեյրոկենսաբանական գործոններն ու դետերմինանտները առավել մեծ մասնաբաժին են ունենում միջանձնային հարաբերություններում քան մնացած բոլոր տեսակի գործոնները (հոգեբանական, սոցիալական և այլն): Այդ իսկ պատճառով չափազանց կարևորվում է միջանձնային հարաբերությունների նեյրոկենսաբանական մեկնաբանությունը:

Միջանձնային հարաբերությունների նեյրոկենսաբանական մեկնաբանությունը հենվում է կապվածության (Attachment) գաղափարի վրա, որի հոգեկենսաբանական մոդելը մշակել է Ջ.Բոուլբիին (John Bowlby) (Bowlby, 1982): Համաձայն կապվածությունը բացատրող նեյրոկենսաբանական տեսության, մարդկանց միջև կապերը, միջանձնային հարաբերությունները ստեղծվում և զարգանում են նեյրոկենսաբանական պատտերնի հիման վրա, որը ձևավորվում է նորածնության շրջանում՝ նորածնի և մոր միջև (Tronick, 2003): Ֆենոմենոլոգիական մակարդակում դա ներկայացվում է որպես երեխայի և մոր միջև առաջացող ընդհանուր հուզական դաշտ, տրամադրություն կամ գիտակցության դիադիկ վիճակ (Stern, 1985; Tronick, 2003): Միևնույն ժամանակ մորից երեխայի բաժանման տագնապը հետևանք է կապվածության նեյրոկենսաբանական մեխանիզմների խաթարման (Myron, 2006):

Կապվածության տեսությունն իր հերթին հենվում է նեյրոնային անդրադարձման համակարգի, այսինքն

հայելային նեյրոնների աշխատանքի վրա, որն էլ և ապահովում է հասկացումը, ապրումակցումը և ոչ-վերբալ հաղորդակցումը (Gallese, 2006; Rizzolatti et al., 1996):

Մոր և նորածնի միջև կապվածության առաջացման նեյրոկենսաբանական մեխանիզմները իրականացվում են միշարք նեյրոկենսաբանական համակարգերի միջոցով, որոնցից ամենկարևորներն են օքսիցոտիներգիկ և դոպամիներգիկ համակարգերը.

- Օքսիտոցիներգիկ համակարգ: Օքսիտոցինը պեպտիդային հորմոն է, որն արտազատվում է հիպոթալամուսում և հիպոֆիզի ետին բաժնով փոխանցվում է արյան մեջ: Օքսիտոցինը ազդում է կաթնագեղձերի և արգանդի վրա, որպեսզի խթանի կաթի արտազատումը և արգանդի կծկումները ծննդաբերության ժամանակ: Փորձերը ցույց են տվել որ մոր օրգանիզմում օքսիտոցինի քանակը չափազանց կարևոր դերակատարում ունի երեխայի նկատմամաբ մոր վարքային դրսևորումներում: Այսպես օրինակ, օքսիտոցինի քանակի կտրուկ նվազեցումը (օրինակ անտագոնիստի ներարկման միջոցով) կարող է մոր մոտ անտարբերություն և խուսափողական վարք առաջացնել երեխայի նկատմամբ (Strathearn, 2011) :
- Դոպամիներգիկ համակարգ: Դոպամինը նեյրոմեդիատոր է, որն էականորեն ազդում է մարդու վարքի և տրամադրության վրա: Այն ներքին ամրապնդման քիմական կարևորագույն գործոններից է և գլխուղեղի խրախուսման համակարգի կարևորագույն բաղադրիչն է, քանի որ

առաջացնում է հաճույքի և բավարարվածության զգացումը, որն էլ իր հերթին ազդում է ուսուցման և մոտիվացիայի վրա (Arias-Carrión & Pöppel, 2007; Wise, 1996): Դոպամինի քանակը մոր գլխուղեղում անմիջականորեն կարող է անդրադառնալ նորածնի նկատմամբ վերջինիս հուզական վերաբերմունքի և խնամքի վրա և հետևաբար ազդել կապվածության պատտերնի ձևավորման գործընթացի վրա (Strathearn, 2011):

Կապվածությունը անպայմանորեն ենթադրում է տեղեկատվության սենսորային և կոգնիտիվ մշակում՝ շարժողական բարդ հակազդումների համար, այլ կերպ ասած կոնկրետ վարքատեսակների դրսևորման համար (Thomas, 2001):

Սոցիալական ներթափանցման տեսության հիմնական գաղափարները

Սոցիալական ներթափանցման տեսությունը մշակել են հոգեբաններ Ի.Ալտմանն ու Դ.Թեյլորը 1973 թվականին՝ երկու անձանց միջև մտերմության մեխանիզմները բացատրելու համար: Տեսության համաձայն միջանձնային հարաբերությունների զարգացմանը զուգընթաց խորանում է նաև միջանձնային հաղորդակցումը (Griffin, 2011): Միջանձնային հարաբերությունների զարգացման գործընթացում կարևորագույն դերակատարում ունի կողմերի ինքնաբացահայտումը՝ կիսվելը ինտիմ, նեղ անձնական տեղեկատվությամբ և հույզերով: Ընդ որում որպես միջանձնային հարաբերությունների զարգացման

հիմնավոր պայման կարևորվում է այդ ինքնաբացահայտման փուլայնությունը, որոշ ժամանակահատվածի մեջ ձգված լինելը (Altman & Taylor, 1973): Մասնակից կողմերի փոխադարձ ինքնաբացահայտումը, որպես միջանձնային հարաբերությունների զարգացման, ամրապնդման և վստահության մթնոլորտիս տեղծման նախապայման կարևորվում է հատկապես հոգեթերապիայում (Yalom, 2008, էջ 116-118), որպես միջանձնային հարաբերությունների յուրահատուկ ձև:

Ինքնաբացահայտումը, այսինքն սեփական անձի բացահայտումը մեկ ուրիշին, կողմերի մոտ առաջացնում է խոցելիության զգացում, որն էլ ըստ Ալտմանի և Թեյլորի՝ հարաբերությունների զարգացման, խորացման երաշխիքն է (Taylor & Altman, 1987):

Անորոշության նվազեցման տեսության հիմնական դրույթները

Անորոշության նվազեցման տեսությունը մշակել են Չ.Բերգերն ու Ռ.Քալաբրիսը 1975 թվականին: Այս տեսության հիմնական դրույթն այն է, որ միջանձնային հարաբերություններում մարդիկ կարիք են ունենում հարաբերվող մյուս կողմի վերաբերյալ տեղեկատվության, որի արդյունքում կարողանում են նվազեցնել անորոշության մակարդակը: Ստանալով անհրաժեշտ տեղեկատվությունը՝ կողմերը կարողանում են ինչ-որ չափով նաև կանխատեսել միմյանց վարքը և հարակից երևույթները: Բերգերի և Քալաբրիսի պնդմամբ անորոշության մակարդակի նվազեցման անհրաժեշտությամբ պայմանավորված

տեղեկատվության պահանջը կարևորագույն դերակատարում ունի միջանձնային հարաբերությունների զարգացման և հետագա ընթացքի վրա. միջանձնային հարաբերություններում առաջացող անորոշությունը հնարավոր է նվազեցնել միմիայն միջանձյանին հաղորդակցման միջոցով (Berger & Calabrese, 1975):

Տեսության հիմնադիրների կողմից միջանձնային հարաբերություններում անորոշության նվազեցման կարևորությունը տեսնելը զարմանալի չէ, քանի որ արդեն 1960-ականներին անորոշությունը համարվում էր որպես տագնապի և անձնային տագնապայնության հիմնական պատճառ, իսկ կապը անորոշության և տագնապի, տագնապային խանգարումների, օբսեսիվ-կոմպուլսիվ խանգարումների, դեպրեսիավ խանգարումների միջև փաստում են շատ հետազոտություններ (Boelen & Carleton, 2012; Carleton, 2012; Gentes & Ruscio, 2011; Grupe & Nitschke, 2013; Lanfeld & Saunders, 1961; Shimkunas, 1970):

Բերգերն ու Քալաբրիսը առաջ են քաշում 7 դրույթ.

1. Միջանձնային հարաբերություններում մարդիկ ապրում են անորոշության զգացումներ,
2. Անորոշությունը ոչ ցանկալի հոգևիճակ է որն առաջացնում է կոգնիտիվ սթրես,
3. Անծանոթ մարդիկ հանդիպելիս առաջին հերթին ջանում են նվազեցնել անորոշությունը՝ կանխատեսելիությունը բարձրացնելու համար,
4. Միջանձնային հաղորդակցումը զարգացող և փուլային գործընթաց է ,

5. Միջանձնային հաղորդակցումը անորոշության նվազեցման առաջնային միջոցն է,
6. Տեղեկատվության քանակն ու բնույթը, որը մարդիկ կիսում եմ միմյանց հետ, ժամանակի ընթացքում փոփոխվում են,
7. Մարդկանց վարքը հնարավոր է կանխատեսել որոշ օրինաչափությունների շրջանակներում (Berger & Calabrese, 1975):

Անորոշության կենտրոնական գաղափարի և միջաձնային հարաբերությունների զարգացման վերոնշյալ յոթը դրույթների հետ կապը հեղինակները բացատրում են մի շարք աքսիոմների միջոցով (Miller, 2005, էջ 176-183):

Բերգերն ու Քալաբրիսն առանձնացնում են անորոշության երկու տեսակ՝ կոգնիտիվ և վարքային, ինչպես նաև միջանձնային հարաբերություններում տեղեկատվության որոնման երեք ռազմավարություն՝ ակտիվ, պասիվ և ինտերակտիվ: Ընդ որում գոյություն ունի անորոշության նվազեցման երկու հիմնական գործընթաց՝ կանխատեսում և բացատրություն: Կանխատեսումը միջանձնային հարաբերություններում ներգրավված անձանց կոնկրետ վարքատեսակների կանխատեսումն է, իսկ բացատրությունը՝ այդ իսկ վարքատեսակների իմաստն ու նշանակությունը մեկնաբանելու կարողությունը (Berger & Bradac, 1982):

Հարաբերությունների դիալեկտիկայի հակիրճ նկարագրությունը

Հարաբերությունների դիալեկտիկան սահմանվում է որպես՝ միջանձնային հարաբերություններում հակասությունների կամ հակասող և հակընդեմ միտումների անդադար փոխազդեցությունների համակարգ (Griffin, 2011): Հարաբերությունների դիալեկտիկայի տեսությունը առաջին անգամ ներկայացրել են Լ.Բաքստերը և Ու.Ռոուլինսը 1988թ-ին, սահմանելով հարաբերվող կողմերի միջև եղած հաղորդակցման պատերնները որպես ներքին դիալեկտիկական ճնշումների և լարվածության արդյունք (Baxter, 1988; Baxter & Montgomery, 1996; Baxter, 2004; Rawlins, 1989):

Լ.Բաքստերը և Մ.Մոնտգոմերին նշում են, որ հարաբերությունների դիալեկտիկայի տեսության բնույթը կարելի է փոխանցել՝ «հակադրությունները ձգում են միմյանց», «ձկնորսը ձկնորսին հեռվից է տեսնում», «երկու հոգին ընկերախումբ է, երեքը՝ բազմություն» սակայն «որքան շատ այնքան լավ» ասացվածքներով (Baxter & Montgomery, 1996): Նրանց կարծիքով միջանձնային հարաբերությունները լավագույնս նկարագրվում են հենց նմանատիպ հակասություններ պարունակող ասույթներով: Դա բացատրվում է նրանով, որ որ մարդուն հատուկ է միևնույն երևույթի վերաբերյալ ունենալ միքանի, երբեմն իրարամերժ, իրար հակասող, տեսակետ: Հետևաբար բնական է որ այդ հոգեկան հատկությունը ևս դրսևորվում է միջանձնային հարաբերություններում:

Հարաբերությունների դիալեկտիկան Մ.Բախտինի այն դրույթի հետագա զարգացումն է համաձայն որի կյանքը բաց մենախոսություն է և մարդիկ միջաձնային հարաբերությունների ներսում ունենում են հակադիր ցանկությունների և պահանջմունքների բախման ապրումներ (Baxter, 2004):

Գոյություն ունեն 4 հիմնական դրույթներ, որոք կազմում են հարաբերությունների դիալեկտիկայի հենքը՝ հակասություն, ամբողջություն, գործընթաց և պրակսիս:

1. **Հակասությունները** հարաբերությունների դիալեկտիկայի հիմնական դրույթն են: Այն հակադրությունների ակտիվ փոխազդեցությունն է: Հակասությունը կարող է սահմանվել, որպես երկու իրարամերժ միտումների կամ ուժերի փոխկապացվածություն (Miller, 2005): Որպես օրինակ կարելի է նշել կողմերի մտերմանալու և հեռավորություն պահելու միաժամանակյա ցանկությունը միջաձնային հարաբերություններում:
2. **Ամբողջությունը** մատնանշում է այն փաստը, որ միջանձնային հարաբերություններում հակասությունները հանդես են գալիս որպես մեկ միասնություն և չեն կարող հասկացվել առանձին-առանձին: Օրինակ, կախվածության և փոխկախվածության միջև գոյություն ունեցեղ կապը չի կարելի առանձնացնել հրապարակայնության և գաղտնիության միջև եղած կապից. երկուս էլ ազդում են մեկը մյուսի վրա և պայմանավորում մեկը մյուսին:

3. **Գործընթաց**: Հարաբերությունների դիալեկտիկան անհրաժեշտ է դիտարկել սոցիալական գործընթացների համատեքստում: Միջանձնային հարաբերություններում գործողությունները և փոփոխությունը ֆունկցիոնալ հատկություններ են, որոնք պայմանավորված են սոցիալական գործոններով. անձը կարող է ժամանակի ընթացքում տատանվել և փոփոխել իր պահվածքը միջանձնային հարաբերություններում՝ հրապարակայնությունից դեպի ավելի գաղտնիություն և հակառակը (Rawlins, 1989):
4. **Պրաքսիսը** փիլիսոփայական դրույթ է որը վերաբերվում է գործելու փորձառությունը: Պրակքսիսի ընթացքում դիալեկտիկական ճնշումները ստեղծվում և վերստեղծվում են անձի ակտիվ ներգրավվածության և փոխազդեցության միջոցով: Այլ կերպ ասած, անձը միջանձնային հարաբերություններում իր իրական ներգրավվածության շնորհիվ է որ բախվում է այլ մարդկանց պահանջմունքների և արժեքների հետ: Պրաքսիսի ընթացքում անձը կատարում է ընտրություն հակադիր պահանջմունքների և արժեքների միջև (դիալեկտիկական ճնշումների): Միևնույն ժամանակ ընտրված պահանջմունքներն ու արժեքները ստեղծում, վերստեղծում, փոփոխում են միջանձնային հարաբերությունների բնույթը:

Հիմնարար կողմնորոշման տեսության առանցքային գաղափարները

Միջանձնային հարաբերությունների հիմնարար կողմնորոշման տեսության հիմնադիր Ու.Շուտցը գտնում է, որ ամեն անհատ ունի այլ մարդկանց նկատմամբ յուրահատուկ սոցիալական կողմնորոշում, որն էլ և պայմանավորում է վերջինիս միջանձնային վարքը: Շուտցը անհատի միջանձնային վարքը փորձում է բացատրել երեք պահանջմունքների՝ ներգրավվածության, վերահսկողության և աֆֆեկտի միջոցով: Այդ պահանջմունքները զարգանում են դեռ մանկական տարիքում՝ մեծահասակների հետ փոխազդեցություններում: Օրինակ, ներգրավվածության պահանջմունքի զարգացումը մեծապես կախված է նրանից թե որքանով էր երեխան ներգրավված ընտանիքում, ներընտանեկան միջանձնային հարաբերությունների համակարգում: Վերահսկողության պահանջմունքը կախված է նրանից թե ծնող-երեխա հարաբերություններում շեշտը դրված է եղել ազատության թե՞ վերահսկողության վրա: Իսկ աֆֆեկտի պահանջմունքը կախված է շրջապատի կողմից երեխայի ընդունված կամ մերժված լինելու մակարդակով: Եթե մանկական տարիքում այս պահանջմունքները չեն բավարարվում՝ անհատն իրեն զգում է ուրիշների սիրուն և հարգանքին անարժան (Schutz, 1958): Վ.Ն.Մյասիշևը առավել կարևորում է միջաձնային հարաբերությունների կարևոր բաղադրիչներից՝ վերաբերմունքը: Մյասիշևի հիմնական դրույթն այն է, որ անձը, հոգեկանն ու գիտակցությունը իրենցից ներկայացնում են օբյեկտիվ իրականության արտացոլման և դրա նկատմամբ մարդու վերաբերմունքի միասնություն:

Միջանձնային հարաբերությունները Մյասիշևի տեսության մեջ հանդես են գալիս որպես մարդու վերաբերմունքների ամբողջական համակարգի բաղադրիչներից մեկի, այլ մարդկանց հետ սուբյեկտի գիտակցական կապերի, իրականացման ձև (Мясищев, 1995):

Այսպիսով, «միջանձնային հարաբերությունների» հասկացման մեջ կարևոր տեղ է զբաղեցնում «վերաբերմունքը»:

Միջանձնային հարաբերությունների կարևոր բնութագրիչներից են նաև ներդաշնակությունն ու աներդաշնակությունը, միջանձնային համատեղելիությունը (Духновский, 2006; Myers, 1980; Schutz, 1958):

Միջանձնային հարաբերությունների հինգ փուլանոց մոդելի հիմնական գաղափարը և փուլային նկարագրությունը

Միջանձնային հարաբերությունների զարգացման ամենատարածված մոդելներից մեկի հեղինակը Ջ.Լեվինգերն է: Ի սկզբանե այդ մոդելը ձևակերպվել էր չափահաս հետերոսեքսուալ մարդկանց միջև ռոմանտիկ հարաբերությունների զարգացման ընթացքը նկարագրելու համար, սակայն ժամանակի ընթացքում այն ապացուցեց իր կիրառելիությունը նաև մնացյալ տիպի միջանձնային հարաբերություններում: Համաձայն Լեվինգերի մոդելի, միջանձնային հարաբերությունները զարգանում են հինգ փուլով.

1. Ծանոթություն: Ծանոթությունը հիմնվում է նախնական հարաբերությունների, ֆիզիկական

նմանության, առաջին տպավորության և այլ գործոնների վրա: Եթե երկու մարդ հավանում են մեկմկու ապա նրանց հարաբերություններն անցնում են հաջորդ փուլ, սակայն ծանոթության փուլը կարող է զարգանալ նաև այլ ճանապարհով (օրինակ՝ մասնագիտական միություն և այլն):

2. Ամրապնդում: Այս փուլի ընթացքում հարաբերվող կողմերը սկսում են վստահել միմյանց և դրսևորել միմյանց նկատմամբ հոգատարություն կամ հետաքրքրվածություն: Այս փուլից անցում է կատարվում հաջորդ փուլ, եթե կողմերը համատեղելի են լինում, դրսևորում են մտերմանալու ցանկություն և այլն:
3. Խորացում: Այս փուլում հարաբերությունները խորանում են: Կողմերը դառնում են մտերիմ. կարող է առաջանալ երկարատև ընկերություն, ռոմանտիկ հարաբերություններ և ամուսնություն: Այնուամենայնիվ հարաբերութունները կարող են խորանալ և զարգանալ նաև այս փուլում: Միջանձնային հարաբերությունների խորացման փուլը համեմատաբար ավելի երկար է տևում քան նախորդ երկու փուլերը:
4. Վատթարացում: Ոչ բոլոր հարաբերություններն են որ ընթացքում վատթարանում են, սակայն վատթարացման տարաբնույթ, թեկուզ չնչին թվացող նշանները կարող են հետագայում հանգեցնել դրան: Հարաբերություններում դժգոհությունների, զայրույթի ու ձանձրույթի արդյունքում կողմերը կարող են սկսել քիչ շփվել միմյանց հետ, սահմանափակել այն և

խուսափել մեկը մյուսից: Իսկ վստահության պակասը կարող է ի վերջո հանգեցնել հարաբերությունների ավարտին, եթե իհարկե կողմերը ձեռնամուխ չլինեն իրենց հարաբերություններում առաջացած խնդիրների լուծմանը:

5. Ավարտ: Հարաբերությունների վերջին փուլը դրանց ավարտն է, որը կարող է պայմանավորված լինել կողմերից մեկի մահով, ժամանակի և տարածության մեջ նրանց հեռավորությամբ, բոլոր տեսակի կապերի խզմամբ և այլն (Levinger, 1983):

3. Միջանձնային հարաբերությունները շփման և հասարակական հարաբերությունների համատեքստում

Միջանձնային հարաբերությունները, կախված հետազոտողների մեթոդաբանական ուղղվածությունից, դիտարկվել և դիտարկվում են տարբեր հարակից երևույթների, ինչպիսիք են օրինակ շփումն ու հասարակական հարաբերությունները, շրջանակներում և համատեքստում: Միջանձնային հարաբերությունների էությունը, բնույթն և տեղը մարդու հարաբերությունների համակարգում հասկանալու համար անհրաժեշտ է դիտարկել այն այդ իսկ համակարգի բաղադրիչների համատեքստում:

Միջանձնային հարաբերությունները հասարակական հարաբերությունների համատեքստում

Վ.Ն.Մյասիշևը ձևակերպել է հոգեբանության կարևորագույն սկզբունքներից մեկը, համաձայն որի հասարակական

հարաբերությունների համակարգը, որում զարգանում է անձնավորությունը, ձևավորում է վերջինիս սուբյեկտիվ վերաբերմունքը իրականության բոլոր երևույթների նկատմամբ: Մյասիշևի պնդմամբ, հարաբերությունների այդ համակարգը շրջապատող աշխարհի և սեփական անձի նկատմամբ՝ անձի ամենաբնորոշ հատկանիշն է. առավել բնորոշ քան ասենք խառնվածքն ու ընդունակությունները (Бодалев, 1995, էջ 5-7):

Միջանձնային հարաբերությունների տեղի և դերի վերաբերյալ հոգեբանության մեջ գոյություն ունեն տարբեր մոտեցումներ: Երբեմն դրանք դիտարկվում են հասարակական հարաբերությունների հետ միևնույն հարթության վրա, իսկ երբեմն էլ՝ որպես հասարակական հարաբերություններից վեր գտնվող համակարգ (Кузьмин, 1967, էջ 146): Կ.Պլատոնովն, օրինակ, միջանձնային հարաբերությունները հասկանում է որպես գիտակցության մեջ՝ հասարակական հարաբերությունների արտացոլանք (Платонов, 1974, էջ 30): Գ.Անդրեևան, հակառակը, նշում է, որ միջանձնային հարաբերությունների էությունը հնարավոր է ճիշտ հասկանալ միայն այն դեպքում եթե դրանք չդրվեն հասարակական հարաբերությունների հետ միևնույն հարթության վրա: Նրա պնդմամբ, միջանձնային հարաբերություններն անհրաժեշտ է դիտարկել որպես յուրաքանչյուր տեսակի հասարակական հարաբերությունների ներսում առաջացող յուրահատուկ տիպի հարաբերություններ (Андреева, 1994, էջ 84-87): Միջանձնային հարաբերությունները էապես տարբերվում են հասարակական հարաբերություններից, քանի որ դրանց բնութագրող հիմնական առանձնահատկությունը՝

հուզականությունն է: Միջանձնային հարաբերությունների հուզականությունը ենթադրում է այն, որ դրանք առաջանում և կազմավորվում են մեկը մյուսի հետ հարաբերվող մարդկանց մոտ ծնվող որոշակի հույզերի և զգացմունքների հիման վրա (Андреева, 1994, էջ 84-87):

Հասարակական հարաբերությունները երբեմն ավելի են կապվում «շփում» հասկացության հետ քան «միջանձնային հարաբերություններ» հասկացության հետ: Այսպես օրինակ Բ.Լոմովը գտնում է, որ հենց մարդկանց ամենօրյա շփման և գործունեության մեջ է որ առաջանում և զարգանում են հասարակական հարաբերությունները (Ломов, 1984, էջ 242-271): Լ.Բուեվան նշում է որ շփումը անմիջականորեն դիտարկվող և ապրվող իրականություն է, ինչպես նաև հասարակական հարաբերությունների կոնկրետացումն ու անհատականացումը: Եվ ինչպես հասարակությունը չի կարող գոյություն ունենալ որպես առանձին «դեմք», այնպես էլ հասարակական հարաբերությունները չեն կարող գոյություն ունենալ մարդկանց շփումից և կենսագործունեությունից դուրս (Буева, 1987, էջ 116):

Ա.Բոդալևը նույնպես շփումը բնութագրում է որպես միջանձնային կապերի և փոխազդեցությունների, հետևաբար և միջանձնային հարաբերությունների, ստեղծման գործընթաց, որը պայմանավորում են հասարակական հարաբերությունները (Бодалев, 1982, էջ 6): Բուեվայի հասկացմամբ հասարակական հարաբերությունների սոցիալ-հոգեբանական յուրատիպությունը կայանում է նրանում, որ վերջինս առաջանում է օբյեկտիվ սոցիալական երևույթների,

իրավիճակների, կապերի, գործունեության ձևերի նկատմամբ առանձին անձանց սուբյեկտիվ վերաբերմունքից (Буева, 1987, էջ 116-117): Եվ Բուեվան և Լոմովը պնդում են որ շփման մեջ, ի տարբերություն այլ տեսակի փոխազդեցությունների, դրսևորվում են մարդկանց հոգեկան որակները (Буева, 1987, էջ 110-117; Ломов, 1984, էջ 300): Այս տեսանկյունից ըստ Բուեվայի հասարակական հարաբերությունները և շփումը այնուամենայնիվ միասին կազմում են մեկ գործընթաց, որի բովանդակությունը կազմում են հասարակական հարաբերությունները, իսկ շփումը՝ գործընթացի անհատականացված ձևերը: Այսինքն խոսելով օրինակ տնտեսական հարաբերությունների, որպես հասարակական հարաբերությունների տեսակի, մասին հնարավոր է միայն գիտական վերացարկման մակարդակում, այնինչ իրականում դրանք անքակտելիորեն կապված են շփման հետ, քանի որ իրականացվում (տնտեսական հարաբերությունները) են մարդկանց միջոցով (Буева, 1987, էջ 118): Կագանը առաջ է քաշում մի գաղափար, համաձայն որի հասարակական հարաբերությունները ծնվում են մարդկանց միջև շփման արդյունքում, սակայն ժամանակի ընթացքում ձեռք են բերում անկախություն և շարունակում են իրեց գոյությունը անհատների գիտակցությունից անկախ և որ նույնիսկ տեղի է ունենում հակառակը. այդ հարաբերությունները սկսում են ազդել մարդկանց միջև իրականացվող շփման վրա (Каган, 1988, էջ 134-136):

Հասարակական հարաբերությունները դրանք հարաբերություններն են հասարակության կառուցվածքային տարրերի միջև: Դրանց յուրահատկություններն ու

տարբերությունները առաջին հերթին բխում են հենց հասարակության առանձնահատկություններից. տնտեսական կառուցվածքից, գործունեության պայմաններից, սեփականության ձևերից և այլն (Буева, 1987, էջ 120):

Ի վերջո կարելի է ընհանրացնելով ասել, որ հասարակական հարաբերությունները ընդհանուր առմամբ ներկայացվում են որպես անդեմ, միջնորդավորված և վերանձնային հարաբերություններ, որոնցում բացվում են մարդկանց կենսագործունեության ոլորտների, աշխատանքի տեսակների և հանրույթների միջև գոյություն ունեցող սոցիալական կապերը (Буева, 1987, էջ 121; Каган, 1988, էջ 136-137):

Միջանձնային հարաբերությունները շփման համատեքստում

Հասարակական հարաբերությունների և միջանձնային հարաբերությունների միջև եղած կապի վերլուծությունը հնարավորություն է տալիս հասկանալու շփման տեղն ու դերը արտաքին աշխարհի հետ մարդու կապերի բարդ համակարգի մեջ:

Հարաբերությունների հոգեբանության մեջ կարևոր խնդիրներից է «շփում» հասկացության ճիշտ մեկնաբանությունը: Վերջինս հաճախ օգտագործվում է որպես «հաղորդակցման» հոմանիշ: Ընդհանուր առմամբ դա այդպես էլ կա, սակայն վերջինս մի փոքր այլ իմաստային երանգավորում է ստանում գործունեության տեսության շրջանակներում:

Համաձայն գործունեության տեսության, և՛ հասարակական, և՛ միջանձնային հարաբերությունները բացահայտվում և իրականացվում են հենց շփման մեջ: Այսինքն շփման հիմքերը հենց մարդկային նյութական կենսագործունեության մեջ են: Ա.Ն.Լեոնտևի բնորոշմամբ մարդու վերաբերմունքը իրեն շրջապատող առարկայական աշխարհի նկատմամբ միշտ միջնորդավորված է այլ մարդկանց, հասարակության նմատմամբ իր վերաբերմունքով (Леонтьев, 1975, էջ 289): Միջանձնային հարաբերությունները լինելով հարաբերությունների յուրահատուկ ձև այնուամենայնիվ իրականացվում են կոնկրետ հասարակական համակարգի ներսում՝ փոխազդելով վերջինիս հետ: Այդ փոխազդեցության արդյունքում վերջիններս անընդհատ փոխակերպում են միմյանց հարաբերվելով մեկը մյուսի հետ ֆիզիկական, նյութական, հուզական, վարքային և իմաստային մակարդակներում:

Անդրևան նշում է, որ առանց շփման հնարավոր չէ պատկերացնել մարդկային հասարակությունը, քանի որ հենց շփումն է որ կապում և միավորում է մարդկային անհատներին մեկ համակարգի մեջ: Այս առումով շփումը ընկալվում է և՛ որպես հասարակական հարաբերությունների, և՛ որպես միջաձնային հարաբերությունների իրականացում, ռեալիզացիա (Андреева, 1994, էջ 88-90): Այստեղից հետևում է որ միջանձնային հարաբերությունները և հասարակական հարաբերությունները որպես հարթություններ հատվում են «շփման» ժամանակ-տարածության մեջ:

Սակայն շփման մեջ տարբեր կերպ են իրագործվում միջանձնային և հասարակական հարաբերությունները: Այդ իսկ պատճառով այդ վերջիններիս իրագործման գործընթացները ուսումնասիրվում են տարբեր գիտությունների շրջանակներում: Օրինակ եթե շփումը որպես միջանձնային հարաբերությունների իրագործում ուսումնասիրվում է հոգեբանության, սոցիալական հոգեբանության մեջ, ապա խմբերի միջև եղած հարաբերություններն առավել շատ սոցիոլոգիայի ուսումնասիրության օբյեկտն են:

Շփումը պարտադրված է մարդկանց համակեցության փաստով, այդ պատճառով այն անխուսափելիորեն իրագործվում է ամենատարբեր միջանձնային հարաբերություններում՝ շփվողների միմյանց նկատմամբ և դրական և բացասական վերաբերմունքի առկայության դեպքում (Андреева, 1994, էջ 88-90): Միանշանակ դա ազդում է հարաբերությունների որակի, ընթացքի և արդյունքի վրա: Սակայն այդ նույնը գործում է նաև մակրոմակարդակի վրա, երբ շփվող կողմերը ոչ թե առանձին անձիք են այլ (Андреева, 1994, էջ 90-91): Ընդ որում պարտադրված շփման երևույթը անտագորնիստական խմբերի կամ այդ խմբերի ներկայացուցիչների միջև ավելի հաճախ հանդիպող երևույթ է քան պարտադրված շփումը միջանձնային հարաբերություններում (Андреева, 1994, էջ 88-91):

4. Միջանձնային հարաբերությունները հաղորդակցման, շփման և գործունեության համատեքստում

Միջանձնային հարաբերությունների առանձնահատկությունների մեկ այլ խումբ էլ կարելի է դիտարկել ուսումնասիրելով վերջինս հաղորդակցման, շփման և գործունեության համատեքստերում: Եթե շփման և գործունեության համատեքստում միջանձնային հարաբերությունները հանդես են գալիս ավելի որպես անձի և հասարակության զարգացման անհրաժեշտ պայման, ապա հաղորդակցման համատեսքտում առավել ուշադրություն է դարձվում միջանձնային հարաբերությունների կոմունիկատիվ և իմաստաբանական կողմերի վրա:

Քանի որ շփումը այսպես ասած «պարտադրված» է մարդկային համակեցությամբ, ապա հարաբերությունների առարկան միշտ գործունեությունն է: Ընդ որում հարաբերությունների առարկան կարող են լինել գործունեության ամենտարբեր ձևերը (Мясищев, 1995, էջ 24-26):

Շփումն ու գործունեությունը ինչպես անձի այնպես էլ հասարակության զարգացման անհրաժեշտ և համընդհանուր պայման է: Ցանկացած գործունեություն ենթադրում է մարդու ներգրավումը որոշակի հասարակական հարաբերությունների մեջ (Буева, 1987, էջ 110): Շփման ընթացքում կողմերի միջև իրականացվում է գործունեությունների միջոցների և արդյունքների փոխադարձ փոխանակում (Ломов, 1984, էջ 242-271): Լոմովի հավաստմամաբ, չի կարելի շփումն ու

գործունեությունը դիտարկել միմյանցից անջատ որպես անկախ և զուգահեռ զարգացող գործընթացներ: Այլ ընդհակառակը, շփումն ու գործունեությունը մեկ գործընթացի երկու կողմեր են որոնց միջև գոյություն ունեն շատ անցումներ և փոխակերպումներ (Ломов, 1984, էջ 242-271):

Շփումը ոչ միայն հոգևոր, այլև նյութական, սոցիալական գործընթաց է որում տեղի են ունենում փորձի, ընդունակությունների, կարողությունների, հմտությունների, գործունեությունների արդյունքների փոխանակում: Եվ քանի որ շփումը սերտաճած է մարդկանց պրակտիկ գործունեության հետ՝ այն կարող է իրագործել իր գործառույթները միմիայն գործունեության հետ մեկտեղ և գործունեության մեջ (Ломов, 1984, էջ 242-271): Ընդ որում շփման իրական միջնորդներ կարող են հանդիսանալ ինչպես հոգևոր գործունեության արդյունքները (գաղափարներ, կարծիքներ և այլն), այնպես էլ սոցիալական արժեքները և մարդկային փորձը կրող նյութական իրերն ու օբյեկտները (Буева, 1987, էջ 110):

Բուեվան դիտարկում է շփումը նաև որպես սուբյեկտի ակտիվության ինքնուրույն և յուրահատուկ տեսակ, որի արդյունքը ոչ թե նյութական կամ իդեալական առարկան է, այլ միջանձնային հարաբերությունները (Буева, 1987, էջ 110): Այսպիսով, միջանձնային հարաբերությունները ոչ միայն բացահայտվում և իրագործվում են շփման մեջ (Андреева, 1994, էջ 88-90), այլև հանդիսանում են վերջինիս արդյունքը:

Շփման ոլորտը, միջոցներն ու շարժընթացը պայմանավորված են շփվող կողմերի սոցիալական գործառույթներով և հասարակական հարաբերությունների համակարգում իրենց գրաված դիրքով (Буева, 1987, էջ 120-125):

Շփման ընթացքում տեղի է ունենում անհատների ռացիոնալ և հուզական փոխազդեցություններ, ինչպես նաև կամային փոխգործակցություն: Շփման ընթացքում բացահայտվում և ձևավորվում են կողմերի տրամադրությունները, մտքերը, հայացքները: Տեղի է ունենում սովորությունների, վարքատեսակների, հայացքների փոխանցում և փոխակերպում (Буева, 1987, էջ 111): Շփման ընթացքում տեղի է ունենում նաև անձնային իմաստների, իմաստային կառույցների փոխանցում, կոնկրետ երևույթների իմաստավորում, վերաիմաստավորում և իմաստային ներկայացվածության փոխակերպում:

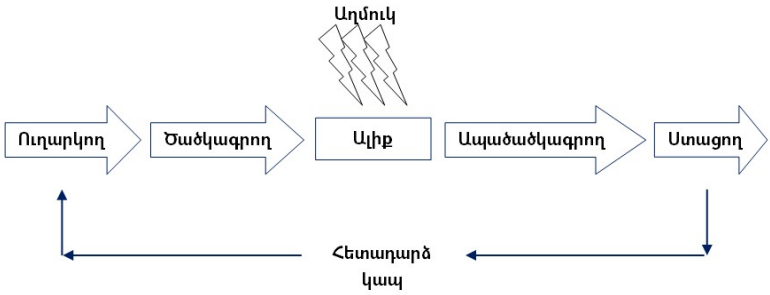
Շփումը հանդես է գալիս նաև գործունեության և ընդհանրապես վարքի սոցիալական դետերմինանտ (Буева, 1987, էջ 112): Միջանձնային հարաբերություններն իրենց հերթին պարբերաբար հստակեցվում, փոխակերպվում և հղկվում են, զարգանում են շփման ընթացքում և միջոցով:

Գործունեության տեսությունից դուրս և ընդհանուր գիտական մակարդակում շփումը դիտարկելիս ընդունված է գործածել «հաղորդակցում» եզրույթը:

Ընդհանուր առմամբ, հաղորդակցումը գործընթաց է որի ժամանակ իրավիճակը, իրադրությունը մի վայրից փոխանցվում է դեպի մեկ այլ վայր՝ սիմվոլների միջոցով (Shannon & Weaver, 1963): Միջանձնային հաղորդակցման

էությունն ու կառուցվածքը բացահայտող մոդելներից ամենատարածվածը Շենոն-Ուիվերի մոդելն է (տես՝ Նկար 1):

Նկար 1. Հաղորդակցման Շենոն-Ուիվերի մոդելը



Շենոն-Ուիվերի մոդելը ներառում է 8 հիմնական բաղադրիչ, որոնք են՝ աղբյուրը կամ ուղարկողը, ծածկագրողը, հաղորդագրությունը, ալիքը, աղմուկը, ապածածկագրողը, ստացողը և հետադարձ կապը:

- **Աղբյուրը կամ ուղարկողը**՝ հաղորդակցման նախաձեռնող կողմն է, որը նպատակ ունի փոխանցել կոնկրետ տեղեկույթ կամ կոնցեպտ և այդ իսկ պատճառով էլ կարիք ունի հաղորդակցման գործընթացի:
- **Ծածկագրողը**: Հաղորդակցման գործընթացը սկսելու որոշումից հետո անհրաժեշտություն է առաջանում փոխանցման ենթակա տեղեկույթը կամ կոնցեպտը որևէ ձևաչափով ծածկագրման:
- **Հաղորդագրությունը**՝ այն տեղեկույթն է կամ կոնցեպտը որը պետք է փոխանցվի մի կետից մյուսը:

- **Ալիքն** այն ճանապարհն է որով պետք է անցի հաղորդագրությունը (բանավոր, գրավոր կամ այլ տեսակի):
- **Աղմուկը** այն խաթարումն է որի արդյունքում փոփոխվում է սկզբնական հաղորդագրությունը: Աղմուկ կարող է հանդիսանալ ցանկացած բան, որն աղավաղում է հաղորդագրությունը: Այն կարող է լինել ֆիզիկական կամ իմաստաբանական:
- **Ապածածկագրողը**: Մինչ տեղեկույթը կհասնի հասցեատիրոջը՝ այն պետք ապածածկագրվի, որպեսզի ներկայացվի ստացողի համար հասկանալի իմաստաբանական ձևաչափով:
- **Ստացողը** կամ **ընդունողը**՝ հաղորդակցման մոդելի այն բաղադրիչն է որի համար էլ նախատեսված է կոնկրետ տեղեկույթը կամ կոնցեպտը:
- **Հետադարձ կապը**: Իմաստավորված հաղորդակցման համար անհրաժեշտ է, որպեսզի ստացողը ապահովի ուղարկողին կամ աղբյուրին հետադարձ կապով: Հետադարձ կապը հնարավորություն է տալիս աղբյուրին իմանալ՝ արդյոք հաջող էր հաղորդակցումը թե ոչ (Shannon & Weaver, 1963):

Այսպիսով, միջանձնային հարաբերությունների իրագործումը հաղորդակցման միջոցով ներկայացվում է որպես որևէ աղբյուրից՝ կոնկրետ ստացողին տեղեկույթի փոխանցման գործընթաց: Վերջինս կարելի է ներկայացնել հետևյալ մոդելով՝ ո՞վ - ի՞նչ ասվեց - ի՞նչ ալիքի միջոցով - ու՞մ - ինչպիսի՞ արդյունքով (Tedeschi, 1996): Միջանձնային

հարաբերություններում, այս տեսանկյունից, առաջնային նշանակություն է ձեռք բերում այն թե որքան ճշգրիտ և համարժեք են տեղեկույթի կամ կոնցեպտի մեկնաբանությունները ստացողի կողմից. կոգնիտիվ հոգեբանության մեջ նման դեպքերում խոսվում է ընկալումների համարժեքության մասին: Հաղորդակցման որոշ տեսաբանների կարծիքով հաղորդակցման էությունը կայանում է ոչ թե տեղեկատվության փոխանակման այլ մեկնաբանությունների կիսման (անգլերեն Share բառի իմաստով) մեջ (Tedeschi, 1996):

Միջանձնային հաղորդակցմանը նույնպես, ինչպես և շփմանը գործունեության տեսության շրջանակներում, վերագրվում են մարդկանց վարքի ուղղորդման, համակարգման և ներազդման գործառույթներ (Tedeschi, 1996):

Գրականության ցանկ

1. Բեգոյան Ա.Ն. Անձնային, ինտելեկտուալ և կոնցեպտուալ համատեղելիություններ. դրանց համեմատական արդյունավետությունը և ազդեցությունը միջանձնային հարաբերությունների վրա խմբում // Հոգեկան առողջության հայկական հանդես 2014;5(1); էջ 12-19:
2. Բեգոյան Ա.Ն. Միջանձնային հարաբերությունների հոգեիմաստաբանական ուսումնասիրությունը խմբում. աշխատակազմի ընտրությունը, գնահատումն ու տեղաբաշխումն ըստ կոնցեպտուալ համատեղելիության // Հանրային կառավարում 1/2017 - 228 էջ; էջ 211-221:
3. Բեգոյան Ա.Ն. Միջանձնային հարաբերությունների ընդհանուր բնութագիրը // Կաճառ (Գիտական հոդվածների ժողովածու) ՀՀ ԳԱԱ, Գիտակրթական միջազգային կենտրոն: Գլխ. խմբ.՝ Ն. Հակոբյան.— Եր.: Զանգակ, 2017.— 472 էջ; էջ 302-317:
4. Բեգոյան Ա.Ն. Միջանձնային հարաբերությունների հոգեիմաստաբանական մոտեցումը // Մանկավարժության և հոգեբանության հիմնախնդիրներ (Միջբուհական կոնսորցիումի միջազգային հանդես) 2/2017.— 160 էջ; էջ 67-89:
5. Զաքարյան Ս.Ա. Փիլիսոփայության պատմություն / Պատ. խմբ.՝ պրոֆ. Հ.Ղ.Միրզոյան. Եր.: Նաիրի, 2000: - 336 էջ:
6. Նալչաջյան Ա.Ա. Հոգեբանական բառարան, Եր.: Լույս, 1984 թ.: - 240 էջ:
7. Андреева Г.М. Социальная психология: Учебник. - 3-е изд. -М.: Наука, 1994. -325с.
8. Аристотель. Сочинения: В 4-х т. Т. 4. - М.: Мысль, 1983. - 830 с.
9. Бегоян А.Н. Роль концептуальной совместимости терапевта и клиента в процессе психотерапии: психосемантический анализ межличностных взаимоотношений // Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія «Психологія», Випуск 52, № 1065, 2013. – 256 с.; 198-202.

10. Бегоян А. Н. Когнитивное конструирование реальности. Три техники из когнитивно-концептуальной терапии. Изд-е 2-е., доп. и переработ. / А.Н.Бегоян. - Ер.:
11. Бодалев А. А. Восприятие и понимание человека человеком. — М.: Изд-во Моск. ун-та, 1982. - 200 с.
12. Бодалев А.А. // Мясищев В.Н. Психология отношений: Под редакцией А.А.Бодалева / Вступительная статья А. А. Бодалева. - М.: Издательство "Институт практической психологии", Воронеж: НПО "МОД ЭК", 1995. - 356 с.
13. Буева Л.П. Человек: деятельность и общение. М.: "Мысль", 1987. - 216 с.
14. Гоббс Т. Сочинения в 2-х т. Т. 2. - М.: Мысль, 1991. - 731 с.
15. Гуссерль Э. Логические исследования. Картезианские размышления. Кризис европейских наук и трансцендентальная феноменология. Кризис европейского человечества и философии. Философия как строгая наука. - Мн.: Харвест, М.: АСТ, 2000. - 752 с.
16. Духновский С.В. Субъективная оценка межличностных отношений. Руководство по применению. СПб.: ООО Издательство «Речь», 2006. - 54 с.
17. Каган М. С. Мир обшения: Проблема межсубъектных отношений.— М.: Политиздат, 1988. - 319 с.
18. Коломинский Я.Л. Психология взаимоотношений в малых группах (общие и возрастные особенности): Учеб. пособие. – Минск: ТетраСистемс, 2000. – 432 с.
19. Кузьмин Е.С. Основы социальной психологии. Л., ЛГУ, 1967. – 174 с.
20. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. - М.: Политиздат, 1975. – 304 с.
21. Локк Дж. Сочинения: В 3 т. Т. 3. - М.: Мысль, 1988. - 668 с.
22. Ломов Б. Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии. М.: Наука, 1984. – 444 с.
23. Мясищев В.Н. Психология отношений: Под редакцией А.А.Бодалева / Вступительная статья А. А. Бодалева. - М.:

Издательство "Институт практической психологии", Воронеж: НПО "МОД ЭК", 1995. - 356 с.
24. Ойзерман Т.И. История диалектики. Немецкая классическая философия. М.: Мысль, 1978. - 365 с.
25. Платонов К.К. О системе психологии. М.: Мысль, 1974. - 216 с.
26. Сафьянов В.И. Этика общения: Учебное пособие. М.: Изд-во МГУП «Мир книги», 1998. - 164 с.
27. Ситниченко Л.А. Человеческое общение в интерпретациях современной западной философии. - Киев: Наукова думка, 1990. - 112 с
28. Спиноза Б. Избранные произведения. М.: Политиздат, 1957. - 164 с.
29. Фомин А.Л. Философско-герменевтическая концептуализация времени. Диссертация на соискание ученой степени кандидата философских наук. Москва: МГУ, 2009. - 179 с.
30. Юм Д. Сочинения. В 2-х т.: Пер. с англ. - М.: Мысль, 1965. Т. 1 - 847 с., т. 2 - 927 с.
31. Altman, I. & Taylor, D. (1973). *Social penetration: The development of interpersonal relationships*. New York: Holt, Rinehart and Winston.
32. Argyle M. (1991). *Psychologia stosunków międzyludzkich*. Warszawa.
33. Baxter, L. A. (1988). A dialectical perspective of communication strategies in relationship development. In S. Duck. (Ed.) *Handbook of personal relationships* (pp. 257–273). New York: Wiley.
34. Baxter, L. A., & Montgomery, B. M. (1996). *Relating: Dialogues and dialectics*. New York: Guilford.
35. Baxter, L. A. (2004). A tale of two voices: relational dialectics theory. *The Journal of Family Communication*, 4(3&4): 182–192.
36. Begoyan, A.N. (2014). An Anatomy of Psycho-trauma: Pain, Illness and Recovery. *International Journal of Psychotherapy*, Vol. 18, No. 3: 41-51.

37. Berger, C. R., Calabrese, R. J. (1975). Some Exploration in Initial Interaction and Beyond: Toward a Developmental Theory of Communication. *Human Communication Research*, 1: 99–112.
38. Berger, C.R. & Bradac, J. J. (1982). *Language and social knowledge: Uncertainty in interpersonal relations*. E. Arnold.
39. Berscheid, E. (1999). The greening of relationship science. *American Psychologist*,4 54 (4): 260–266.
40. Boelen, P.A. & Carleton, R.N. (2012). Intolerance of uncertainty, hypochondriacal concerns, obsessive-compulsive symptoms, and worry. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 200(3): 208-13.
41. Bowlby, J. (1982). *Attachment and loss. Vol I: Attachment*. New York: Basic Books.
42. Carleton, R.N., Mulvogue, M.K., Thibodeau, M.A., McCabe, R.E., Antony, M.M. & Asmundson, G.J. (2012). Increasingly certain about uncertainty: Intolerance of uncertainty across anxiety and depression. *Journal of Anxiety Disorders*. 2012 Apr;26(3):468-79.
43. Gallese, V. (2006). The roots of empathy: the shared manifold hypothesis and the neural basis of intersubjectivity. *Psychopathology* 2003, 36: 171–180.
44. Gentes, E.L. & Ruscio, A.M. (2011). A meta-analysis of the relation of intolerance of uncertainty to symptoms of generalized anxiety disorder, major depressive disorder, and obsessive-compulsive disorder. *Clinical Psychology Review* 2011 Aug; 31(6): 923-33.
45. Griffin, E. (2011). *A first look at communication theory*. (8th edition). New York: McGraw-Hill.
46. Grupe, D.W. & Nitschke, J.B. (2013). Uncertainty and anticipation in anxiety: an integrated neurobiological and psychological perspective. *Nature Reviews Neuroscience* 2013 Jul; 14(7):488-501.
47. Lanfeld, E.S. & Saunders, D.R. (1961). Anxiety as "effect of uncertainty": an experiment illuminating the OA subtest of the WAIS. *Journal of Clinical Psychology* 1961 Jul;17:238-41.

48. Levinger, G. (1983). Development and change. In H.H. Kelley, et al. (Eds.), *Close relationships*. (pp. 315–359). New York: W.H. Freeman and Company.
49. Miller, K. (2005). *Communication theories: Perspective, processes and contexts* (2nd ed). NY: McGraw Hill, 176-183.
50. Myers, I.B. (1980). *Gifts Differing: Understanding Personality Type*. Davies-Black Publishing.
51. Myron, H. (2006). Psychobiological Roots of Early Attachment. *Current Directions in Psychological Science* 15: 84–88.
52. Nęcki Z. (1996). *Komunikacja międzyludzka*. Kraków.
53. Rawlins, W. K. (1989). A dialectical analysis of the tensions, functions, and strategic challenges of communication in young adult friendships. In J.A. Anderson (Ed.), *Communication Yearbook* 12 (pp. 157-189). Newbury Park, CA: Sage.
54. Rizzolatti G, Fadiga, L, Gallese V, Fogassi L. (1996). Premotor cortex and the recognition of motor actions. *Brain Research: Cognitive Brain Research* 3:131–141.
55. Shannon, C.E. & Weaver, W. (1963). *The Mathematical Theory of Communication*. Urbana, IL: University of Illinois Press.
56. Shimkunas, A.M. (1970). Anxiety and expectancy change: the effects of failure and uncertainty. *Journal of Personality and Social Psychology* 1970 May;15(1): 34-42.
57. Schutz, W.C. (1958). FIRO: *A Three-Dimensional Theory of Interpersonal Behavior*. New York, NY: Rinehart
58. Stern, D. (1985). *The interpersonal world of the infant*. New York: Basic Books.
59. Strathearn, L. (2011). Maternal Neglect: Oxytocin, Dopamine and the Neurobiology of Attachment. *Journal of Neuroendocrinology* 23: 1054–1065.
60. Taylor, D. & Altman, I. (1987). Communication in interpersonal relationships: Social penetration processes. *Interpersonal processes: New directions in communication research* (pp. 257-277). Newbury Park, CA: Sage.

61. Tedeschi, J.T. (1996). Interpersonal communication. Corsini, R. & Auerbach, A. (Eds.) *Concise Encyclopedia of Psychology*. New York: Wiley.
62. The Interpersonal Web at Northern Virginia Community College. Types of Interpersonal Relationships http://novaonline.nvcc.edu/eli/spd110td/interper/relations/relations.html
63. Thomas, I. (2001). The neurobiology of attachment. *Nature Reviews Neuroscience* 2: 129–136.
64. Tronick, E.Z. (2003). Things still to be done on the still-face effect. *Infancy* 2003, 4: 475–482.
65. Wise, R.A. (1996). Addictive drugs and brain stimulation reward. *Annual Review of Neuroscience,* 19: 319–340.
66. Yalom, I.D. (2008). *Patrząc w słońce: Jak przezwyciężyć grozę śmierci*. Warszawa: Instytut Psychologii Zdrowia PTP.

Ողջույն :)

Ես Արման Նորայրի Բեգոյանն եմ՝ հոգեբան, հոգեթերապևտ, սուպերվիզոր և թրեյներ: Ամերիկյան հոգեբանական ասոցիացիայի միջազգային անդամ եմ, Հոգեթերապիայի լեհական ֆեդերացիայի լիիրավ անդամ, «Հիլֆմանն» հոգեբանական ծառայության գլխավոր մասնագետն եմ, և Harmand Hilfmann™ School of Professional Psychology Կլինիկական հոգեբանության և հոգեթերապիայի դեպարտամենտի ղեկավարը, «Աչքերի շարժումների միջոցով դեսենսիբիլիզացիայի և վերամշակման հայաստանի հոգեթերապևտների ասոցիացիայի» էթիկայի հարցերով պատասխանատուն. ինչպես նաև «Теория и практика охраны психического здоровья» և «Психопатология и аддиктивная медицина» գիտական հանդեսների խմբագրական խորհուրդների անդամ եմ:

Աշխատում եմ կոգնիտիվ-վարքաբանական թերապիայի և Աչքերի շարժումների միջոցով դեսենսիբիլիզացիայի և վերամշակման (EMDR) շրջանակներում:

Ինձ հետ կապ կարող եք հաստատել հետևյալ կոնտակտային միջոցներով, ինչպես նաև կարող եք այցելել իմ վեբկայք.

Հեռ./WhatsApp/Viber՝ +374 55 550911

Էլ.փոստ՝ info@armanbegoyan.com

Վեբ-կայք՝ https://armanbegoyan.com

«Հիլֆմաննն» հոգեբանական ծառայությունը հոգեկան առողջության ոլորտի ծառայություններ մատուցող առաջատար կազմակերպություն է, որի միջմասնագիտական թիմը հասարակության տարբեր շերտերին մատուցում է որակյալ և ժամանակակից պահանջներին համապատասխան հոգեբանական ծառայություններ՝ հոգեկան առողջության պահպանման և բարելավման համար: Ծառայության մասնագիտական թիմը միավորում է ոլորտի առաջատար մասնագետների, ովքեր իրականացնում են՝

- առցանց (online) և առկա (face-to-face) հոգեբանական խորհրդատվություն և հոգեթերապիա,
- հոգեբանական գնահատում և հոգեդիագնոստիկա,
- սուպերվիզիա՝ հոգեկան առողջության մասնագետների համար:

Հեռ.՝ +374 93 550299

Սկայպ՝ hilfmann

Էլ.փոստ՝ info@hilfmann.com

Կայք՝ www.hilfmann.com

Հարմանդ Հիլֆմանն պրոֆեսիոնալ հոգեբանության դպրոցը (Harmand Hilfmann™ School of Professional Psychology) կազմակերպում և իրականացնում է մասնագիտական ուսուցում և թրեյնինգ հոգեբանության և հոգեթերապիայի ոլորտներում: Դպրոցը միավորում է հոգեկան առողջության ոլորտի հայաստանյան առաջատար թրեյներներին, ինչպես նաև կազմակերպում է յուրատիպ թրեյնինգային ծրագրեր՝ արտերկրից հրավիրված մասնագետների գլխավորությամբ:

Հարմանդ Հիլֆմանն պրոֆեսիոնալ հոգեբանության դպրոցը բաղկացած է չորս դեպարտամենտներից և մեկ հետազոտական լաբորատորիայից, որոնց շրջանակներում իրականացվում են ուսումնական և թրեյնինգային, առկա և հեռավար ծրագրեր՝

- կլինիկական հոգեբանությունից,
- նեյրոհոգեբանությունից,
- հոգեթերապիայից,
- դատական հոգեբանությունից,
- ինդուստրիալ-կազմակերպչական հոգեբանությունից:

Հեռ.՝ +374 93 550299

Սկայպ՝ hilfmann

Էլ.փոստ՝ school@hilfmann.com

Կայք՝ www.hilfmann.com

Արման Բեգոյան

Մասնագիտական ուղեցույց
Շարք՝ «Սոցիալական հոգեբանություն»

Բեգոյան Արման Նորայրի
ՄԻՋԱՆՁՆԱՅԻՆ ՀԱՐԱԲԵՐՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ԸՆԴՀԱՆՈՒՐ ԲՆՈՒԹԱԳԻՐԸ

«Հիլֆմանն Պրեսս» հրատարակչություն
ՀՀ, ք.Երևան
Հեռ.՝ +374 93 550299, Էլ.փոստ՝ press@hilfmann.com

Տպաքանակը՝ 300 օրինակ:

HILFMANN PRESS

www.hilfmann.com