

Կարինե ՍԱՀԱԿՅԱՆ
Ռոզա ՀՈՎՀԱՆՆԻՍՅԱՆ

ԿՈՆՖԼԻԿՏԻ ԷՆԵՐԳԵՏԻԿԱՆ ԵՎ ՀՈԳԵԿԱՐԳԱՎՈՐՈՒՄԸ
ՀԱՂՈՐԴԱԿՑՄԱՆ ԳՈՐԾԸՆԹԱՅՈՒՄ

Կոնֆլիկտի սկզբնական պատճառը սովորաբար բացատրվում է հավասարության պահանջմունքի խախտումով: Պատահական չէ, որ ընդունված օրինաչափությունների և կարգը խախտողների գործունեությունը հանգեցնում է հավասարության և արդարության պահանջմունքի քրոնիկական ֆրուստրացիաների:

Մահմանային իրավիճակներում մեկ անձի վարքը երբեմն հակասում է այլ անձանց իրավաբանական ու բարոյական դիրքորոշումներին, որով էլ պայմանավորվում է նրանց վարքագծի հարկադրական փոփոխությունը: Վարքագծի փոփոխության արտահայտման միջոցներից է ագրեսիվ գործողությունը՝ ֆիզիկական ճնշման սպառնալիքով կամ կարգավիճակի խախտումով: Այսպիսի դեպքերն առավելապես առնչվում են հոգեբանական կոնֆլիկտներին:

Ըստ լեզվական ընկալման՝ կոնֆլիկտը հակադիր շահերի, ձգտումների, հայացքների, ուժերի բախում է՝ ընդհարում, բախում, որն ընկած է գեղարվեստական երկի գործող անձանց պայքարի հիմքում:¹

Փիլիսոփայական հայեցակետի համաձայն՝ դրամատիկական կոնֆլիկտը կենսական հակասությունների արտահայտման յուրօրինակ գեղագիտական ձև է: Նրա բովանդակությունը գեղեցկի և այլանդակի միջև մղվող պայքարն է: Կոնֆլիկտը ծագում և լուծվում է որոշակի սոցիալական ուժերի և հասարակական զարգացման միտումների բախման վրա:²

Կոնֆլիկտը լատիներեն *conflictus*՝ *ընդհարում, բախում* բառից է առաջացել. հայտնի են այս երևույթի բնորոշման ու սահմանման տարբեր հայեցակետեր:

Հոգեբանության մեջ առանձնացվում է կոնֆլիկտների հետևյալ տեսակները.

1. Ներանձնային. բնութագրվում է նույն անձի մեջ երկու հավասար ուժերի կամ գաղափարների բախմամբ՝ հակադրվելով ուղղվածությամբ, որդասպատճառներով, հետաքրքրություններով, պահանջմունքներով և այլն:
2. Միջանձնային. առաջանում է մարդկանց միջև միմյանց փոխհարաբերվելիս, երբ նրանք հետապնդում են անհամատեղելի նպատակներ՝ ունենալով անհամատեղելի արժեքային կողմնորոշումներ ու սկզբունքներ: Նման դեպքերում սուր մրցակցությամբ ձգտում են հասնելու միևնույն հետապնդելի նպատակին, որը բնականաբար վերապահված է միայն կողմերից մեկին:
3. Միջխմբային. իբրև բախումային կողմեր հանդես են գալիս սոցիալական խմբերը, որոնք ունեն անհամատեղելի նպատակներ և իրենց գործունեությամբ խոչընդոտում են մեկը մյուսին:³

Ամեն մի կոնֆլիկտ ծագում է միայն օբյեկտի առկայության դեպքում: Անհատի և սոցիալական խմբերի բախումներն առանց հիմքի չեն լինում և տեղի են ունենում այն դեպքում, երբ մասնակիցները չեն կարողանում միմյանց միջև ինչ-որ բան պարզաբանել: Մարդիկ պայքարի մեջ են մտնում ոչ միայն իրական նյութական բարիքների համար, այլև հետապնդելով ու պաշտպանելով խաբուսիկ իդեալներ: Կոնֆլիկտի առարկան միշտ իրական է և արդիական, իսկ օբյեկտը կարող է լինել ինչպես ակնհայտ, այնպես էլ լատենտային (թաքնված):

Կոնֆլիկտի դինամիկան ըմբռնելու համար նախ անհրաժեշտ է քննության առնել նրա էներգետիկան և ապա զարգացման ընթացքը: Յուրաքանչյուր կոնֆլիկտի տևողություն այնքան է, որքան կողմերը եռանդ են դնում այն պահպանելու համար:

¹ Ժամանակակից հայոց լեզվի բացատրական բառարան, հ. III, (Կ-Ս), Եր., 1974, էջ 184:

² Փիլիսոփայական բառարան, Եր., 1975, էջ 216:

³ Краткий психологический словарь, Политиздат, М., 1985, стр. 152.

Կոնֆլիկտի լիցքի հզորության չափը պայմանավորված է նրանով, թե որքան ավելի մեծ եռանդով են կողմերը լծվում կոնֆլիկտը «որոբոքելու» գործին:

Հարկ է տարբերակել այն օբյեկտիվ և սուբյեկտիվ գործոնները, որոնք ներքաշում են մարդկանց կոնֆլիկտային գործողությունների ոլորտ:

Օբյեկտիվ գործոնները իրականության մեջ գոյություն ունեցող հանգամանքներն են, որոնք գլխավորապես կապված են կեցության պայմանների, ինչպես նաև անհատի կամ սոցիալական խմբի սոցիալ-հոգեբանական էական առանձնահատկությունների հետ: Օբյեկտիվ գործոնների առկայությունը, որը անհատի կամ սոցիալական խմբերի կենսականորեն կարևոր պահանջումներին, շահերին, նպատակների բախում է առաջացնում, կոնֆլիկտը դարձնում է անխուսափելի: Ի դեպ, դեպքերի ծավալմանը զուգահեռ կոնֆլիկտը կարող է ենթարկվել ձևափոխությունների:

Սուբյեկտիվ գործոնները խթանում են կոնֆլիկտային գործողությունները և որոշվում են երևակայական, պատրանքային հանգամանքներով: Այս դեպքում մարդը աղավաղված է պատկերացում այն վիճակը, որում գտնվում է. իրական հանգամանքները ևս խեղաթյուրվում են երևակայականի ճնշմամբ: Պատրանքները կոնֆլիկտը հրահրող և զորեղացնող պատճառներն ու ազդակներն են: Ըստ էության, երևակայամոլությունը շիկացնում է կրքերն այնքանով, որքանով իրական են հանգամանքները: Մարդը, հայտնվելով տարածայնությունների գոտում, կրում է կոնֆլիկտի և՛ օբյեկտիվ, և՛ սուբյեկտիվ գործոնների «սլաքները»:

Գոյություն ունեն բոլոր մարդկանց ներհատուկ մի քանի տիպական պատրանքներ, որոնք վկայում են կոնֆլիկտի շիկացման և էներգետիկայի մասին՝ «հաղթել-պարտվել» պատրանքը, «ինքնարդարացման» պատրանքը, «վատ մարդու» պատրանքը, «հայելային ընկալման» պատրանք⁴ (բախվող երկու կողմերի մեջ երկույթների ընկալման վերաբերյալ նույն պատկերացումների ստեղծում, այնպես, ինչպես հայելուն մայելիս): Ներանձնային կոնֆլիկտներում՝ մարդու հոգում խմորվող դրդապատճառների պայքարում, հաղթելու հավանականություն ունի առավել հզոր էներգետիկ լիցք ունեցողը: Հարցը, սակայն, շատ ավելի է բարդանում միջանձնային կամ խմբային կոնֆլիկտների դեպքում:

Ո՞րն է կոնֆլիկտի «ուժը»:

Հնարավոր չէ թվարկել այն բոլոր գործոնները, որոնք հաղթանակ և գերազանցություն են ապահովում կոնֆլիկտներում: Սակայն կոնֆլիկտային գործողության եղանակն ընտրելու խնդրում մեծ նշանակություն ունի ոչ այնքան այդ ուժի «բացարձակ մեծությունը», որքան նրանց հարաբերությունը, ուժերի հաշվեկշիռը: Կոնֆլիկտային պայքարում ուժերի հարաբերակցությունը կարող է փոխվել: Հակամարտող կողմերից մեկի գործողությունների նպատակը մյուսի ուժերը թուլացնելն է: Կոնֆլիկտի դինամիկան շատ հարցերում որոշվում է նրանով, թե կողմերն ինչպես են հասնում ուժերի գերակայության՝ շրջելով այն իրենց կողմը:

Սահմանային իրավիճակներում՝ վտանգի պահից մինչև վարքագծի ընտրությունը կուտակվում են ազդեսիվ գործողության ռեսուրսներ: Եթե բացասական էներգիան և եռանդուժը համաժամանակյա դուրս չեն մղվում, կարող են առաջանալ հոգեստմատիկ հիվանդություններ և հոգեներզոզներ: Մարդկանց պահանջումների հակասությունը երբեմն էլ կարող է հանգեցնել հոգեշեղանակների՝ միջանձնային հարաբերությունների մեջ ընդգծելով կողմերից մեկի առավելությունը:

Բոլոր դեպքերում հարկավոր է նվազագույնի հասցնել ազդեսիվ վարքագծի դրսևորումները՝ գտնելով բացասական իմպուլսի պարպման ելուղիներ: Ազդեսիվության զայման և նվազեցման շնորհիվ, օգտագործելով հակակոնֆլիկտային միջոցներ, կարելի է կանխել հակասությունների առաջացումը և թուլացնել լարվածությունը: Անհրաժեշտ է վերագտնել ու պահպանել մախկին ներդաշնակ հարաբերությունները՝ այսպիսով լուծելով միջանձնային հակասությունները:

Գերազանցության նշանները երբեմն դրսևորվում են բարյացակամության շեշտով, կարեկցությամբ, հաղորդակցման պարզությամբ, որոնք առկա են մարդու հոգե-

⁴ Конфликтология, Учебник, Санкт-Петербург, 2000, стр. 44-45.

կանի մեջ և որոնցից դժվար է ազատվել: Գաղտնի գերազանցության նշան կարելի է համարել սեփական անձի ճշմարիտ լինելու մեջ համոզվածությունը:

Կոնֆլիկտային կողմերին կարելի է առաջարկել մի քանի դարձվածներ, որոնք կանխում են ինքնահավան լինելու տպավորությունը (*ինձ թվում է, ըստ իս... եթե չեմ սխալվում... ես այդպես եմ կարծում...*) միջավայրին դրական կողմնորոշելով:

Եթե խոսակցի վարքագիծը հակադրվում է ներխմբային կանոններին և բարոյական դիրքորոշումներին, հակազդեցության նպատակահարմարությունը պետք է ընտրել. հաղորդակցման ունակությունների վրիպումներին առնչվող կոնֆլիկտները բացասաբար են ներազդում կողմերի վրա՝ հանգեցնելով ներանձնային կոնֆլիկտի:

Հաղորդակցման երկար ժամանակահատվածում կարելի է պարզել խոսակցի արժեքային կողմնորոշումները, անձնային դիրքորոշումները՝ այսպիսով, հասնելով անձերի միջև հնարավոր կոնֆլիկտների հարթեցման:

Հոգեկարգավորման սկզբունքներից մեկը, այսպիսով, կոնֆլիկտների համահարթեցման մեթոդով՝ համակարգված կրթումով, վեճը կանխելու հմտության հասնելն է, ըստ էության, ճիշտ վարվելակերպով կանխելով կոնֆլիկտի առաջացումը:

Մշակում են կոնֆլիկտային հաղորդակցման հոգեբանական կոռեկցիայի մեթոդային եղանակներ, որոնք կիրառում են եսակենտրոն, ազդեցիկ ու շրջապատողների հանդեպ գերազանցության ձգտում ունեցող մարդկանց նկատմամբ: Բոլոր դեպքերում կոնֆլիկտածին իրավիճակ է ստեղծում հավասարության պահանջմունքի ֆրուստրացիան: Գերազանցման ցանկությունը և ակնհայտ նշանների դրսևորումը հատուկ են նրանց, ովքեր խորությամբ չեն ընդունում մարդկանց հավասարության գաղափարը: Մահմանային իրավիճակներում ազդեցիկ տատանումների ամպլիտուդը՝ խթան-հակազդեցություն, հակազդեցություն-խթան, գործողությունների շղթայում ավելանում է: Երբեմն լարվածության ուժեղացումն ուղեկցվում է ավերիչ գործողությունների պատրաստակամությամբ: Սովորաբար վեճն ավարտվում է բարոյական և իրավական արգելափակ գոտու սահմանի մոտ՝ ի վերջո հանգեցնելով ազդեցիկ իմպուլսի պարպման:

Համակեցության և վարվելակերպի կանոնների խախտումը ևս առնչվում է գերազանցության գաղափարի կամ դրսևորվող նշանների արտահայտմանը՝ հաճախ մեղադրանքների և վիրավորանքների ձևով: Մեղադրանքն ընդունելու դեպքում կարող են նվազել անձի ստեղծագործական ներուժը, ինքնահարգանքը և միջավայրի հարգանքը, իսկ մեղադրանքի անընդունելիությունը փոխարկվում է ակտիվ տեսակի՝ պատասխան մեղադրանքի, որը պայմանավորված է հոգեբանական պաշտպանական միջոցների ակտիվացմամբ:

Հարց է առաջանում՝ ինչպե՞ս վերաբերվել քննադատությանը, առանց որի անհնար է պատկերացնել համագործակցություն:

Ըստ մեթոդական հոման՝ անհրաժեշտ է քննադատող անձից տարանջատել մեղադրական սլաքը՝ առավելապես շեշտադրելով կառուցողական առաջադրանքները (կոնստրուկտիվ) և կանխելով թյուր մտեցումներն ու հայեցակետերը:

Հաղորդակցման գործընթացում կոնֆլիկտածին գործոններից է, այսպես կոչված, «վերևից ներքև» ուղղորդված հումորը: «Քավության նոխազի» բարդույթ ունեցողները նույնիսկ բարյացակամ հումորի դեպքում տառապում են դիսկոմֆորտից կամ անբարեհարմարությունից: Առհասարակ անբարեմիտ հումորն ինքնաբարձրացում է խոսակցի նվաստացման հաշվին. շփոթվածությունը, պատասխան տալու փորձերը կամ հոգեբանական պաշտպանության մյուս միջոցները (վիրավորանք, մեղադրանք) վերստին լարվածություն են առաջացնում՝ հանգեցնելով կոնֆլիկտային իրավիճակի: Միայն ընկերական միջավայրում, ուր առկա են ինտելեկտի, բարոյական որակների հավասարություն, հոգեմտավոր նկարագրի ընդհանրություն, հումորը կորցնում է գերազանցության շեշտադրումը և արդարացվում է:

Անհրաժեշտ է ուշադրությունը բևեռել մարդկանց՝ միմյանց վրա ազդելու ոճին՝ ընդգծելով ժողովրդավարական ոճի և՛ առավելությունները, և՛ առանձնահատկությունները՝ ավտորիտարի համեմատությամբ: Ժողովրդավարական ոճի սկզբունքն է՝ պարտադրել և կոնֆլիկտի լուծման ուղիներ առաջարկել նկարագրելով հնարավոր առավելություններն ու թերությունները: Այս դեպքում խրախուսվում է նաև այլ առաջարկությունների առաջադրումը. պարտադրում է ոչ թե անձը, այլ թելադրում է իրականությունը:

նը, հարաբերությունները զարգանում են փոխադարձ հավանության և համաձայնության մթնոլորտում, հետևաբար բարձրանում են անձի ակտիվությունը և ինքնագնահատականը:

Հաղորդակցման գործընթացում առավելապես կարևորվում է հավասարության սկզբունքի պահպանումը: Հաճախ կոնֆլիկտային իրավիճակներում հակազդեցության բացակայությունը կարող է բացատրվել այն հանգամանքով, որ անձը խուսափել է վեճից՝ ի վնաս արժանապատվության կորստի: Անձի արժանապատվությունը չվնասող ինքնաքննադատությունը տրամադրում է համերաշխության: Լինում են դեպքեր, երբ միտումնավոր խախտվում են վարվելակերպի ու բարոյականության ընդունված օրենքներն ու օրինաչափությունները, որի հետևանքով լարվածություն է ստեղծվում միջանձնային հարաբերությունների ոլորտում: Հակադրությունը տեղափոխվում է օրենքը կամ կարգը խախտել ցանկացողների և այն թույլ չտվողների միջև: Նման դեպքերում անհրաժեշտ է փոխել խախտողի դիրքորոշումը, անձնային ուղղվածությունը, որը բացառված է առանց կոնֆրոնտացիայի: Նպատակահարմար չէ օգտագործել վիրավորական խոսքեր կամ բարձրացնել ձայնի հնչերանգը, երբեմն մախրնտրելի է խոսքի մեջ մտցնել հեզմական ինտոնացիա՝ այսպիսով զգաստացնելով և սթափեցնելով խոսակցին:

Հոգեկարգավորման գործընթացը կարելի է իրականացնել փուլային մերգործությամբ՝ աստիճանաբար նվազեցնելով հոգեբանական ճնշումը: Կողմերին հաղորդելով ակտիվ և առողջ կենսական դիրքորոշում՝ չեզոքացնել վիճաբանողների բացասական միտումները: Այս ամենն ի վերջո ուղղված է հասարակական կարգի ներդաշնակության ու անձի հոգեկան հարաբերական հավասարակշռության պահպանմանը:

Անշուշտ, կարգը խախտողների վարքագծի հանդեպ լուրջությունն ու անտարբերությունը, հակազդեցության բացակայությունը կարող են հանգեցնել հավասարության և արդարության պահանջմունքի ծանր ֆրոստրացիաների:

Անհաջողությունները, ինչ խոսք, ազդում են մարդու կենսական դիրքորոշումների վրա՝ ուղեկցվելով դրդապատճառների փոխանակումով: Հոգեկարգավորման վերջնական միտվածությունը բախումների ու վեճերի լուծման ճանապարհով հասարակական ներդաշնակ կարգի վերականգնման, ինչպես նաև անձի հոգեկան և մտավոր աշխարհի հավասարակշռության հասնելն է: Երբ լարվածությունը վերացնելու, փոխադարձ զիջումների, համագործակցությունը վերականգնելու երկուստեք ձգտում կա, կոնֆլիկտը թևափոխում է գործնական հանգուցալուծման փուլ:

Կոնֆլիկտի լիակատար հանգուցալուծման կարելի է հասնել այն դեպքում, երբ և՛ արտաքին, և՛ ներքին մակարդակներում կոնֆլիկտային իրավիճակի երկու բաղադրիչներն էլ ձևափոխվում են:

ЭНЕРГЕТИКА КОНФЛИКТА И ПСИХОКОРРЕКЦИЯ В ПРОЦЕССЕ ОБЩЕНИЯ

___ Резюме ___

___ К. Саакян, Р. Оганесян ___

В конфликтных ситуациях различаются объективные и субъективные факторы возникновения конфликта. Существенную роль в динамике конфликта играет энергетика. Наша цель-это достижение розрешения конфликта мирным путем. Процесс психокоррекции способствует выявлению и разработке противоконфликтных средств, приводящих обретению относительной уравновешенности личности.