

ՀՈԳԵԲԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

ՏԱՐԵՑՆԵՐԻ ՀՈՒՋԱԿԱՆ ԻՆՏԵԼԵԿՏԻ, ՄԻՋԱՆՁՆԱՅԻՆ ՀԱՐԱԲԵՐՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ԵՎ ԱՐԺԵՔԱՅԻՆ ԿՈՂՄՆՈՐՈՇՈՒՄՆԵՐԻ ԶԱՐԳԱՑՄԱՆ ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ ԾՐԱԳԻՐ

ՔՆԱՐԻԿ ՀՈՎԱԿԻՄՅԱՆ

Շիրակի Մ. Նալբանդյանի անվան պետական համալսարան

*Էլ. **hwugt'** qnarik.hovakimyan@mail.ru*

DOI: 10.24234/scientific.v2i52.389

ԱՄՓՈՓՈՒՄ

Հոդվածում ներկայացվում է տարեցների հուզական ինտելեկտի, միջանձնային հարաբերությունների և արժեքային կողմնորոշումների զարգացմանն ուղղված հոգեբանական ծրագրի բովանդակությունը և արդյունքների վերլուծությունը: Ծրագրի մշակման հիմքում դրվել են տարեցների հոգեբանական առանձնահատկությունների նախնական ուսումնասիրության արդյունքները: Զարգացման աշխատանքում կիրառվել են խմբային քննարկումներ, իրավիճակային առաջադրանքներ, դերային խաղեր, պատմողական նյութեր և անձնական փորձի վերլուծություն: Հուզական ինտելեկտի զարգացման ընթացքում ուշադրություն է դարձվել հուզական տեղեկացվածության, զգացմունքների կառավարման, ինքնամոտիվացիայի և էմպաթիայի զարգացմանը: Միջանձնային հարաբերությունների բարելավման նպատակով կիրառվել է Կարպմանի դրամատիկական եռանկյան մոդելը՝ «Զոհ», «Հետապնդող» և «Փրկիչ» դերերի գիտակցման և կառուցողական հաղորդակցման ձևավորման համար: Արժեքային կողմնորոշումների զարգացման աշխատանքը միտված է եղել առողջության, ազնվության, փոխադարձ աջակցության, ինքնուրույնության, պատասխանատվության և հանդուրժողականության նշանակության գիտակցմանը: Փորձարարական և ստուգիչ խմբերի տվյալների

համեմատական վերլուծությունը հնարավորություն է տվել գնահատելու ծրագրի արդյունավետությունը: **Ուսումնասիրության օբյեկտը:** Տարեցների հուզական ինտելեկտի, միջանձնային հարաբերությունների և արժեքային կողմնորոշումների զարգացման գործընթացն է խնամքի և հոգածության հաստատություններում:

Ուսումնասիրության նպատակը: Բացահայտել տարեցների հուզական ինտելեկտի, միջանձնային հարաբերությունների և արժեքային կողմնորոշումների զարգացման առանձնահատկությունները և գնահատել դրանց զարգացմանն ուղղված հոգեբանական ծրագրի արդյունքները: **Ուսումնասիրության մեթոդաբանությունը և մեթոդները:** Ուսումնասիրության մեթոդաբանական հիմքը համակարգային մոտեցումն է, որի շրջանակում հուզական ինտելեկտը, միջանձնային հարաբերությունները և արժեքային կողմնորոշումները դիտարկվում են փոխկապակցվածության մեջ: Ծրագրի մշակման և իրականացման ընթացքում կիրառվել են խմբային քննարկումների, իրավիճակային առաջադրանքների, դերային խաղերի և անձնական փորձի վերլուծության եղանակները: Հետազոտության ընթացքում կիրառվել են նաև հուզական ինտելեկտի, միջանձնային հարաբերությունների և արժեքային կողմնորոշումների ուսումնասիրության հոգեբանական մեթոդիկաները, ինչպես նաև ստացված տվյալների համեմատական վերլուծության մեթոդը:

***Բանալի բառեր՝** տարեցներ, հուզական ինտելեկտ, միջանձնային հարաբերություններ, արժեքային կողմնորոշումներ, հոգեբանական զարգացում, փոխադարձ աջակցություն:*

Ներածություն

Տարեցների հոգեբանական բարեկեցությունը պայմանավորված է ոչ միայն ֆիզիկական վիճակով, այլև հուզական ապրումներով, սոցիալական կապերով, միջանձնային հարաբերություններով և արժեքային կողմնորոշումներով: Խնամքի և հոգածության հաստատություններում բնակվող տարեցների համար հատկապես կարևոր են համատեղ կյանքի պայմանները, մյուս բնակիչների և անձնակազմի հետ շփումները, ինչպես նաև ընտանիքի հետ կապի պահպանումը: Կյանքի պայմանների

փոփոխությունը, միայնության զգացումը, առողջական խնդիրները և սոցիալական կապերի սահմանափակումը կարող են ազդել նրանց հուզական վիճակի և հարաբերությունների վրա: Հետևաբար, տարեցների հետ հոգեբանական աշխատանքը նպատակահարմար է կազմակերպել՝ հաշվի առնելով հուզական ինտելեկտի, միջանձնային հարաբերությունների և արժեքային կողմնորոշումների փոխկապակցվածությունը: Ծրագրի մշակման ընթացքում կիրառվել է նաև Կարպմանի դրամատիկական եռանկյան մոդելը, որը հնարավորություն է տվել դիտարկելու առօրյա վարքը «Զոհի», «Հետապնդողի» և «Փրկչի» դերերի տեսանկյունից: Զարգացման աշխատանքը կապվել է տարեցների առօրյա իրավիճակների հետ՝ սենյակակիցների հետ շփում, օգնության առաջարկում, սեփական կարծիքի արտահայտում, վիրավորվածության հաղթահարում և փոխըմբռնման ձևավորում: Հետազոտության նպատակն է ուսումնասիրել տարեցների հուզական ինտելեկտի, միջանձնային հարաբերությունների և արժեքային կողմնորոշումների առանձնահատկությունները, դրանց հիման վրա մշակել և իրականացնել զարգացման հոգեբանական ծրագիր: Մասնակիցները բաժանվել են փորձարարական և ստուգիչ խմբերի: Ծրագիրն իրականացվել է փորձարարական խմբի հետ, իսկ ստուգիչ խմբում նպատակային զարգացնող աշխատանք չի կատարվել: Ծրագրի բովանդակությունը մշակվել է նախնական հոգեախտորոշման արդյունքների հիման վրա՝ հաշվի առնելով ուսումնասիրված ցուցանիշների առանձնահատկությունները: Հուզական ինտելեկտի զարգացման ընթացքում ուշադրություն է դարձվել հուզական տեղեկացվածությանը, զգացմունքների կառավարմանը, ինքնամոտիվացիային, էմպաթիային և դիմացինի հուզական վիճակը հասկանալու կարողությանը: Միջանձնային հարաբերությունների զարգացման աշխատանքը հիմնվել է հարաբերությունների տիպերի ցուցանիշների, իսկ արժեքային ուղղությունը՝ Ռոկիչի արժեքային կողմնորոշումների ուսումնասիրության արդյունքների վրա: Պարապմունքներն իրականացվել են խմբային ձևով՝ կիրառելով բաց հարցեր, իրավիճակային քննարկումներ, դերային խաղեր, պատմողական նյութեր, նկարների մեկնաբանություն և անձնական փորձի

վերլուծություն: Առաջադրանքները համապատասխանեցվել են տարեցների տարիքային առանձնահատկություններին և առօրյա կենսափորձին:

Հուզական ինտելեկտի զարգացման ծրագիր: Հուզական ինտելեկտի զարգացման աշխատանքն ուղղված էր հինգ բաղադրիչների՝ հուզական տեղեկացվածության, զգացմունքների կառավարման, ինքնամոտիվացիայի, էմպաթիայի և դիմացինի հուզական վիճակը հասկանալու կարողության զարգացմանը (Гоулман Д., 2013): Հուզական տեղեկացվածության զարգացման նպատակով կիրառվել են հուզական իրավիճակներ պատկերող նկարներ: Մասնակիցները ճանաչել և անվանել են պատկերված հույզերը, դրանք կապել սեփական կենսափորձի հետ և քննարկել դրանց հաղթահարման եղանակները: Օրինակ՝ տխրությունը կապվել է հարազատի՝ արտագնա աշխատանքի մեկնելու, իսկ ուրախությունը՝ թոռների այցելության հետ: Քննարկումները նպաստել են հույզերի ճանաչմանն ու սեփական ապրումների գիտակցմանը: Զգացմունքների կառավարման զարգացման ընթացքում քննարկվել են հուզական լարվածություն առաջացնող իրավիճակներ, օրինակ՝ սպասված այցի չկայանալը: Մասնակիցներն անդրադարձել են իրավիճակի պատճառները պարզելու, հապճեպ եզրակացություններից խուսափելու և հարազատների հետ հանգիստ հաղորդակցվելու կարևորությանը: Ինքնամոտիվացիայի զարգացման համար կիրառվել է «Ծառը, որը շարունակեց աճել» պատմողական նյութը: Քննարկման ընթացքում ընդգծվել է, որ տարիքը չի նշանակում ակտիվության ավարտ, իսկ դժվարությունների հաղթահարմանը նպաստում են համբերությունը, սոցիալական շփումները, հարազատների աջակցությունը և օգտակար լինելու զգացումը: Էմպաթիայի զարգացման ընթացքում մասնակիցները քննարկել են տխուր կամ լուռ մարդու հնարավոր ապրումներն ու դրանց պատճառները: Դերային խաղերի միջոցով ուսումնասիրվել են դիմացինին լսելու, նրա վիճակը հասկանալու և առանց պարտադրանքի աջակցություն առաջարկելու եղանակները: Այսպիսով, աշխատանքը կառուցվել է հույզերի ճանաչումից և կառավարման հմտությունների զարգացումից դեպի դիմացինի ապրումների ըմբռնում (Маттьюс Г., Люсин Д., 2004):

Միջանձնային հարաբերությունների զարգացման ծրագիր

Ծրագիրը մշակվել է նախնական հոգեախտորոշման արդյունքների հիման վրա՝ հաշվի առնելով տարեցների առօրյա շփումները սենյակակիցների, մյուս բնակիչների և հաստատության աշխատակիցների հետ: Քննարկվել են եսասիրության, ալտրուիզմի և կասկածամտության դրսևորումները: Ալտրուիզմի թեմայի շրջանակում քննարկվել են առօրյա օգնության օրինակներ՝ սենյակակցին ճաշասրահ ուղեկցելը, նոր բնակչի հետ զրուցելը կամ տխուր մարդուն լսելը: Ընդգծվել է, որ փոխադարձ աջակցությունը կարող է արտահայտվել փոքր գործողություններով, սակայն անհրաժեշտ է նաև հարգել դիմացինի ինքնուրույնությունը, հաշվի առնել սեփական հնարավորությունները և անհրաժեշտության դեպքում կարողանալ մերժել օգնության խնդրանքը: Կասկածամտության քննարկման ընթացքում տարբերակվել են զգուշավորությունն ու չափազանց կասկածամիտ վերաբերմունքը: Մասնակիցները դիտարկել են այն իրավիճակները, երբ աշխատակիցը չի ավարտել կամ փոխել է որևէ գործողություն, և կարևորել են նախ պատճառները պարզելու, ապա եզրակացություն անելու անհրաժեշտությունը: Այս մոտեցումը դիտարկվել է որպես վստահության և միջանձնային հարաբերությունների պահպանման միջոց:

Կարպմանի դրամատիկական եռանկյան կիրառումը

Միջանձնային հարաբերությունների զարգացման ծրագրում կիրառվել է Կարպմանի դրամատիկական եռանկյան մոդելը՝ «Զոհ», «Հետապնդող» և «Փրկիչ» դերերի գիտակցման նպատակով (Карман С. Б., 1968):

Քննարկումների ընթացքում «Զոհի» դերը կապվել է սեփական կարծիքը չարտահայտելու, վիրավորված վիճակում մեկուսանալու և իրավիճակը չպարզելու հետ, «Հետապնդողի» դերը՝ մեղադրելու և դիմացինի նկատմամբ ճնշում գործադրելու, իսկ «Փրկիչի» դերը՝ չափազանց օգնելու և ուրիշի խնդիրների պատասխանատվությունն իր վրա վերցնելու հետ: Առանձնահատուկ ուշադրություն է դարձվել այդ վարքաձևերից դուրս գալու հնարավորություններին: Մասնակիցները քննարկել են վիրավորվածության դեպքում իրավիճակի պատճառները պարզելու, բարկության պահին պատասխանելուց առաջ դադար վերցնելու և օգնություն առաջարկելուց առաջ դիմացինի կարիքները ճշտելու կարևորությունը: Այսպիսով,

մոդելն օգտագործվել է սեփական վարքը գիտակցելու և ավելի կառուցողական հաղորդակցություն ձևավորելու նպատակով:

Արժեքային կողմնորոշումների զարգացումը

Արժեքային կողմնորոշումների զարգացման աշխատանքը հիմնվել է նախնական ախտորոշման արդյունքների վրա: Առանձնահատուկ ուշադրություն է դարձվել հոգեկան և ֆիզիկական առողջությանը, ազնվությանը, ինքնուրույնությանը, պատասխանատվությանը, հանդուրժողականությանը և փոխադարձ աջակցությանը (Рокич М., 1973): Առողջության թեմայի քննարկման ընթացքում մասնակիցներն ընդգծել են ֆիզիկական ակտիվության, մաքուր օդում զբոսնելու, բուժաշխատողների ցուցումներին հետևելու, սոցիալական շփումների և հուզական լարվածության նվազեցման կարևորությունը: Քննարկվել են նաև առողջական խնդիրներն անտեսելու և դրանց նկատմամբ չափազանց անհանգստանալու դրսևորումները: Արդյունքում կարևորվել է առողջության նկատմամբ հավասարակշռված վերաբերմունքը՝ սեփական վիճակի հանդեպ ուշադրություն, անհրաժեշտության դեպքում մասնագետի դիմելու պատրաստակամություն և անհիմն տագնապից խուսափում: Առողջության թեման կապվել է նաև ազնվության արժեքի հետ: Մասնակիցներն ընդգծել են, որ հաստատության պայմաններում երկարատև համատեղ բնակությունը պահանջում է անկեղծություն և վստահություն: Հետևաբար, ազնվությունը դիտարկվել է ոչ միայն որպես բարոյական արժեք, այլև որպես կայուն միջանձնային հարաբերությունների ձևավորման և պահպանման կարևոր պայման:

Հոգեբանական գործընթացների փոխկապակցվածության քննարկումը

Հետազոտության շրջանակում կարևորվել է հուզական ինտելեկտի, միջանձնային հարաբերությունների, արժեքային կողմնորոշումների և Կարպմանի դրամատիկական եռանկյան դերերի փոխկապակցվածության ուսումնասիրությունը տարեցների առօրյա կյանքում: Քննարկումների ընթացքում մասնակիցներին առաջարկվել է տարբեր իրավիճակներ դիտարկել չորս տեսանկյունից՝ «ի՞նչ եմ զգում», «ի՞նչպե՞ս եմ արձագանքում», «ի՞նչ դիրք եմ զբաղեցնում» և «ո՞ր արժեքով եմ առաջնորդվում»: Օրինակ՝ սենյակակցի խոսքից վիրավորվելու դեպքում կարևորվել է սեփական հույզը ճանաչելը, դրա պատճառը հասկանալը և արձագանքի ձևն

ընտրելը: Այնուհետև քննարկվել է, թե ինչպես կարելի է խուսափել «Զոհի» կամ «Հետապնդողի» դիրքի ամրապնդումից՝ առաջնորդվելով հարգանքի, ազնվության և փոխադարձ աջակցության արժեքներով: Մասնակիցների ներկայացրած օրինակները ցույց են տվել, որ հուզական արձագանքները կարող են ազդել միջանձնային վարքի վրա: Իրավիճակը չպարզելու դեպքում վիրավորվածությունը կարող է հանգեցնել մեկուսացման, իսկ չկառավարվող զայրույթը՝ կոնֆլիկտի: Միևնույն ժամանակ, սեփական հույզերի գիտակցումը և դիմացինի վիճակը հասկանալու կարողությունը կարող են նպաստել կառուցողական շփմանը: Փոխկապակցվածություն է դիտարկվել նաև օգնության վարքագծում: Մյուսին աջակցելու ցանկությունն արտահայտում է փոխօգնության ձգտում, սակայն դիմացինի փոխարեն մշտապես որոշումներ կայացնելը կարող է նպաստել «Փրկչի» դիրքի ձևավորմանը: Հետևաբար, ծրագրում կարևորվել են ինչպես փոխադարձ աջակցությունը, այնպես էլ դիմացինի ինքնուրույնության և սեփական սահմանների պահպանումը:

Հետազոտության արդյունքների վերլուծություն

Զարգացման ծրագրի արդյունքները գնահատելու նպատակով համեմատվել են փորձարարական և ստուգիչ խմբերի միջին ցուցանիշները: Հուզական ինտելեկտի բաղադրիչների և ինտեգրատիվ ցուցանիշի տվյալները ներկայացված են ստորև: Փորձարարական խմբում ծրագրից հետո հուզական տեղեկացվածության միջին ցուցանիշը կազմել է 15.92, զգացմունքների կառավարման ցուցանիշը՝ 8.41, ինքնամոտիվացիայինը՝ 11.43, էմպաթիայինը՝ 11.82, իսկ դիմացինի հուզական վիճակը հասկանալու կարողության ցուցանիշը՝ 12.04: Ինտեգրատիվ ցուցանիշը կազմել է 38.46: Ստուգիչ խմբում համապատասխան ցուցանիշները կազմել են 11.34, 5.92, 8.16, 9.35, 9.61 և 33.18: Համեմատությունը ցույց է տալիս, որ փորձարարական խմբում ուսումնասիրված հուզական ինտելեկտի բոլոր հինգ բաղադրիչների և ինտեգրատիվ ցուցանիշի արժեքներն ավելի բարձր են եղել, քան ստուգիչ խմբում: Այս տվյալները վկայում են զարգացման ծրագրի դրական արդյունքների մասին, թեև դրանց վիճակագրական նշանակությունը գնահատելու համար անհրաժեշտ է հաշվի առնել նաև համապատասխան վիճակագրական վերլուծության արդյունքները:

Հետազոտության արդյունքների վերլուծություն

Զարգացման ծրագրի արդյունքների գնահատման համար համեմատվել են փորձարարական և ստուգիչ խմբերի միջինացված ցուցանիշները: Հուլիսյան ինտելեկտի ոլորտում փորձարարական խմբում ծրագրից հետո հուլիսյան տեղեկացվածության միջին ցուցանիշը կազմել է 15.92, զգացմունքների կառավարմանը՝ 8.41, ինքնամոտիվացիային՝ 11.43, էմպաթիային՝ 11.82, մեկ այլ անձի հուլիսյան վիճակը հասկանալու կարողությանը՝ 12.04, իսկ ինտեգրատիվ ցուցանիշը՝ 38.46: Ստուգիչ խմբում համապատասխան ցուցանիշները կազմել են՝ 11.34, 5.92, 8.16, 9.35, 9.61 և 33.18: Այսպիսով, փորձարարական խմբում ուսումնասիրված բոլոր հինգ բաղադրիչների և ինտեգրատիվ ցուցանիշի արժեքները ավելի բարձր են եղել ստուգիչ խմբի համապատասխան ցուցանիշներից:

Աղյուսակ 1. Հուլիսյան ինտելեկտի փորձարարական և ստուգիչ խմբերի միջինացված ցուցանիշները

Հուլիսյան բաղադրիչ	Ինտելեկտի խումբ	Փորձարարական խումբ	Ստուգիչ խումբ
Հուլիսյան տեղեկացվածություն		15.92	11.34
Զգացմունքների կառավարում		8.41	5.92
Ինքնամոտիվացիա		11.43	8.16
Էմպաթիա		11.82	9.35
Մեկ այլ անձի հուլիսյան վիճակը հասկանալը		12.04	9.61
Ինտեգրատիվ ցուցանիշ		38.46	33.18

Միջանձնային հարաբերությունների գնահատման արդյունքներում փորձարարական խմբում արձանագրվել են հետևյալ միջինացված ցուցանիշները՝ ավտորիտար՝ 9.50, եսասեր՝ 6.10, ագրեսիվ՝ 6.90, կասկածող՝ 6.20, ենթակայություն՝ 10.10, կախվածություն՝ 10.10, ընկերական՝ 11.80, ակտրոլիստական՝ 13.20:

Ստուգիչ խմբում համապատասխան ցուցանիշները կազմել են՝ 8.60, 7.00, 7.90, 7.20, 9.40, 10.90, 9.90 և 10.90:

Աղյուսակ 2. Միջանձնային հարաբերությունների տիպերի միջինացված ցուցանիշները

Միջանձնային հարաբերությունների տիպ	Փորձարարական խումբ	Ստուգիչ խումբ
Ավտորիտար	9.50	8.60
Եսասեր	6.10	7.00
Ագրեսիվ	6.90	7.90
Կասկածող	6.20	7.20
Ենթակայություն	10.10	9.40
Կախվածություն	10.10	10.90
Ընկերական	11.80	9.90
Ալտրոիստական	13.20	10.90

Գործիքային արժեքների ընտրության հաճախականությունը

Տվյալների համադրությունը ցույց է տալիս, որ փորձարարական խմբում ընկերական և ալտրոիստական հարաբերությունների ցուցանիշներն ավելի բարձր են եղել, իսկ եսասեր, ագրեսիվ և կասկածամիտ հարաբերությունների ցուցանիշները՝ ավելի ցածր՝ ստուգիչ խմբի համեմատությամբ: Արժեքային կողմնորոշումների կրկնակի գնահատման արդյունքներով ևս փորձարարական խմբում մի շարք գործիքային արժեքներ ավելի հաճախ են ընտրվել: Տերմինալ արժեքների փոփոխությունները հիմնականում վերաբերել են առողջությանը, կյանքի իմաստին, անձնային զարգացմանը, ընտանեկան բարեկեցությանը և ակտիվ կյանքին:

Աղյուսակ 3. Գործիքային արժեքների ընտրության հաճախականությունը

Գործիքային արժեք	Փորձարարական խումբ	Ստուգիչ խումբ
Ազնվություն	11.5%	3.8%
Աշխատասիրություն	42.3%	38.4%
Անկախություն	23.1%	15.3%
Անհանդուրժողականություն	3.8%	7.6%
Արդյունավետություն գործերում	15.3%	7.6%
Բարձր պահանջներ	26.9%	19.2%

Զգայունություն	23.1%	15.3%
Ինքնատիրապետում	11.5%	3.8%
Լավ վարքագիծ	23.1%	15.3%
Կենսուրախություն	19.2%	11.5%
Կրթվածություն	23.1%	15.3%
Սեփական կարծիքը պաշտպանելու համարձակություն	23.1%	15.3%
Հայացքների լայնություն	38.4%	30.7%
Հանդուրժողականություն	15.3%	7.6%
Ճշգրտություն	23.1%	15.3%
Պատասխանատվություն	19.2%	11.5%
Ռացիոնալիզմ	38.4%	34.6%
Ուժեղ կամք	11.5%	3.8%

Աղյուսակի տվյալներից երևում է, որ փորձարարական խմբում ներկայացված գործիքային արժեքների մեծ մասի ընտրության հաճախականությունն ավելի բարձր է եղել, քան ստուգիչ խմբում: Առավել արտահայտված տարբերություններ են նկատվել ազնվության, ինքնատիրապետման, արդյունավետության, հանդուրժողականության և ուժեղ կամքի ցուցանիշներում: Միաժամանակ անհանդուրժողականության արժեքի ընտրության հաճախականությունը փորձարարական խմբում ավելի ցածր է եղել: Ընդհանուր առմամբ, փորձարարական և ստուգիչ խմբերի տվյալների համեմատությունը ցույց է տալիս, որ փորձարարական խմբում ուսումնասիրված հոգեբանական ցուցանիշների մի մասում արձանագրվել են ավելի բարձր արժեքներ: Այս տարբերությունները կարող են դիտարկվել որպես զարգացման ծրագրի հնարավոր դրական արդյունքների ցուցիչներ, սակայն դրանց նշանակությունը վերջնականապես գնահատելու համար անհրաժեշտ է հաշվի առնել նաև վիճակագրական վերլուծության արդյունքները:

Քննարկում

Ստացված արդյունքները թույլ են տալիս զարգացման ծրագիրը դիտարկել որպես փոխկապակցված հոգեբանական բաղադրիչների զարգացմանն ուղղված աշխատանք: Հուզական ինտելեկտի զարգացումը չի սահմանափակվել հոյզերի ճանաչմամբ, այլ ներառել է նաև դրանց կառավարման, դիմացինի հուզական վիճակը

հասկանալու, հաղորդակցվելու և սեփական վարքը գիտակցելու կարողությունները: Այս աշխատանքը կապվել է միջանձնային հարաբերությունների և արժեքային կողմնորոշումների հետ: Ծրագրի կարևոր առանձնահատկություններից մեկը մասնակիցների առօրյա կյանքին մոտ իրավիճակների կիրառումն էր: Ընտանիքից հեռու գտնվելը, հարազատների այցելություններին սպասելը, սենյակակիցների հետ հարաբերությունները, բուժաշխատողների հետ շփումը, օգնություն խնդրելն ու առաջարկելը մասնակիցների համար ծանոթ իրավիճակներ էին: Դրանց քննարկումը հնարավորություն էր տալիս հոգեբանական հասկացությունները կապել անձնական փորձի հետ և դիտարկել վարքի հնարավոր այլընտրանքները: Կարպմանի դրամատիկական եռանկյան մոդելի կիրառումը հնարավորություն է տվել միջանձնային հարաբերությունները քննարկել նաև վարքային դիրքերի տեսանկյունից: Մասնակիցներն անդրադարձել են այն իրավիճակներին, երբ մարդն իրեն անօգնական է զգում, փորձում է վերահսկել ուրիշներին կամ չափազանց մեծ պատասխանատվություն է ստանձնում նրանց խնդիրների լուծման համար: Քննարկումների ընթացքում կարևորվել է սեփական վարքի գիտակցումը, դիմացինի կարիքների հարգումը և հարաբերություններում հավասարակշռություն պահպանելու անհրաժեշտությունը: Հուզական ինտելեկտի և միջանձնային հարաբերությունների փոխկապակցվածությունը դրսևորվել է նաև կոնֆլիկտային իրավիճակների քննարկման ընթացքում: Սեփական հույզերի ճանաչումն ու կառավարումը կապվել են ավելի հանգիստ արձագանքելու, դիմացինին չվիրավորելու և նախքան եզրակացություն անելը իրավիճակը պարզելու հետ: Այսպիսով, ծրագրի շրջանակում հուզական կարողությունների զարգացումը դիտարկվել է որպես ավելի կառուցողական հաղորդակցության ձևավորման կարևոր պայման: Արժեքային կողմնորոշումների քննարկումը լրացրել է այս աշխատանքը՝ հնարավորություն տալով մասնակիցներին անդրադառնալ այն սկզբունքներին, որոնցով ցանկանում են առաջնորդվել առօրյա հարաբերություններում: Հարգանքը, ազնվությունը, պատասխանատվությունը, ինքնուրույնությունը, առողջության նկատմամբ հոգատարությունը և փոխադարձ աջակցությունը դիտարկվել են ոչ միայն որպես կարևոր արժեքներ, այլև որպես առօրյա վարքում արտահայտվող սկզբունքներ:

Արժեքային կողմնորոշումների արդյունքները ևս որոշակի տարբերություններ են ցույց տվել փորձարարական և ստուգիչ խմբերի միջև: Փորձարարական խմբում մի շարք գործիքային արժեքների ընտրության ավելի բարձր հաճախականությունը և անհանդուրժողականության ավելի ցածր ցուցանիշը կարող են վկայել արժեքների գիտակցման ու դրանց կարևորության վերագնահատման հնարավոր փոփոխությունների մասին: Այնուամենայնիվ, այս արդյունքները պետք է մեկնաբանել զգուշությամբ՝ հաշվի առնելով ընտրանքի չափը, գնահատման առանձնահատկությունները և վիճակագրական հավաստիության տվյալները:

Ընդհանուր առմամբ, հետազոտության արդյունքները հիմք են տալիս ենթադրելու, որ հուզական ինտելեկտի, միջանձնային հարաբերությունների և արժեքային կողմնորոշումների համատեղ զարգացումը նպատակահարմար է տարեցների հետ հոգեբանական աշխատանքում: Ծրագրի նշանակությունը պայմանավորված է նրանով, որ այն ուշադրություն է դարձնում ոչ միայն անհատի ներքին ապրումներին, այլև նրա վարքին, ուրիշների հետ հարաբերություններին և առօրյա կյանքում առաջնորդող արժեքներին: Հետևաբար, տվյալների մեկնաբանության ժամանակ անհրաժեշտ է տարբերակել նկարագրված փոփոխությունները և վիճակագրորեն ապացուցված պատճառահետևանքային ազդեցությունը: Ներկայացված տվյալները հիմք են տալիս արձանագրելու փորձարարական և ստուգիչ խմբերի միջև տարբերություններ, սակայն ծրագրի արդյունավետության վերջնական գնահատման համար նպատակահարմար է լրացուցիչ ներկայացնել համապատասխան վիճակագրական չափանիշներ, եթե դրանք հաշվարկվել են:

ԵԶՐԱԿԱՑՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ

Իրականացված հետազոտության և զարգացման ծրագրի արդյունքների հիման վրա կարելի է առանձնացնել հետևյալ եզրակացությունները:

1. Տարեցների հուզական ինտելեկտը, միջանձնային հարաբերությունները և արժեքային կողմնորոշումները փոխկապակցված հոգեբանական բաղադրիչներ են,

որոնք նպատակահարմար է դիտարկել միասնական համակարգում՝ հաշվի առնելով դրանց դերը առօրյա վարքի և սոցիալական հարաբերությունների ձևավորման մեջ:

2. Հուզական ինտելեկտի զարգացմանն ուղղված աշխատանքը հնարավորություն է տվել անդրադառնալ սեփական հույզերի ճանաչմանը, դրանց կառավարմանը, ինքնամոտիվացիային և դիմացինի հուզական վիճակը հասկանալուն: Անձնական փորձի և առօրյա իրավիճակների քննարկումը նպաստել է հոգեբանական խնդիրները մասնակիցների կենսափորձի հետ կապելուն:

3. Կարպմանի դրամատիկական եռանկյան կիրառումը հնարավորություն է տվել քննարկել «Զոհի», «Հետապնդողի» և «Փրկչի» վարքային դիրքերը, գիտակցել դրանց դրսևորումները և դիտարկել ավելի կառուցողական հաղորդակցության հնարավորությունները:

4. Արժեքային կողմնորոշումների զարգացման ընթացքում կարևորվել են առողջությունը, ազնվությունը, ինքնուրույնությունը, պատասխանատվությունը, հանդուրժողականությունը և փոխադարձ աջակցությունը՝ դրանք կապելով տարեցների առօրյա վարքի ու միջանձնային հարաբերությունների հետ:

5. Փորձարարական և ստուգիչ խմբերի տվյալների համեմատությունը ցույց է տվել, որ փորձարարական խմբում հուզական ինտելեկտի ուսումնասիրված բոլոր բաղադրիչների և ինտեգրատիվ ցուցանիշի արժեքներն ավելի բարձր են եղել: Ինտեգրատիվ ցուցանիշը կազմել է 38.46՝ փորձարարական խմբում և 33.18՝ ստուգիչ խմբում: Միջանձնային հարաբերությունների ոլորտում փորձարարական խմբում ընկերական և ալտրոփստական հարաբերությունների ցուցանիշներն ավելի բարձր են եղել, իսկ եսասեր, ագրեսիվ և կասկածամիտ հարաբերությունների ցուցանիշները՝ ավելի ցածր:

6. Արժեքային կողմնորոշումների կրկնակի գնահատման տվյալները ցույց են տվել, որ փորձարարական խմբում մի շարք գործիքային արժեքներ ավելի հաճախ են ընտրվել, քան ստուգիչ խմբում: Տարբերություններ են արձանագրվել, մասնավորապես, ազնվության, ինքնուրույնության, ինքնատիրապետման, հանդուրժողականության, պատասխանատվության և սեփական կարծիքը պաշտպանելու համարձակության ցուցանիշներում:

Այսպիսով, հետազոտության արդյունքները հիմք են տալիս տարեցների հետ իրականացվող զարգացման հոգեբանական աշխատանքը կազմակերպելու համալիր սկզբունքով՝ միաժամանակ անդրադառնալով հուզական ինտելեկտին, միջանձնային հարաբերություններին, արժեքային կողմնորոշումներին և վարքային դիրքերի գիտակցմանը: Ծրագրի առանձնահատկությունն այն է, որ հոգեբանական աշխատանքը կապվում է տարեցների իրական կենսագործունեության և առօրյա հարաբերությունների հետ:

ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅԱՆ ՑԱՆԿ

Гоулман, Д. (2013). *Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ*. Манн, Иванов и Фербер.

Карпман, С. Б. (1968). Анализ сказок и сценарная. *Transactional Analysis Bulletin*, 7(26), 39–43.

Лири, Т. (1957). *Межличностная диагностика личности: функциональная теория и методология оценки личности*. Ronald Press.

Маттьюс, Г., Люсин, Д. В., Зейднер, М., & Робертс, Р. Д. (2004). Эмоциональный интеллект: проблемы теории, измерения и применения на. *Психология. Журнал Высшей школы экономики*, 1(4), 3–26.

Рокич, М. (1973). *Природа человеческих ценностей*. Free Press.

REFERENCE LIST

Goulman, D. (2013). *Emocional'nyj intellekt. Pochemu on mozhет znachit' bol'she, chem IQ (Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ)*. Mann, Ivanov i Ferber.

Karpman, S. B. (1968). *Analiz skazok i scenarnaya drama (Fairy tales and script drama analysis)*. Transactional Analysis Bulletin, 7(26), 39–43.

Liri, T. (1957). *Mezhlichnostnaya diagnostika lichnosti: funkcional'naya teoriya i metodologiya ocenki lichnosti (Interpersonal diagnosis of personality: A functional theory and methodology for personality evaluation)*. Ronald Press.

Matt'yus, G., Lyusin, D. V., Zejdner, M., & Roberts, R. D. (2004). Эмоциональный интеллект: проблемы теории, измерения и применения на практике (*Emotional intelligence: Issues of theory, measurement and practical application*). *Psihologiya. Zhurnal Vyshej shkoly ekonomiki*, 1(4), 3–26.

Rokich, M. (1973). *Priroda chelovecheskih cennostej (The nature of human values)*. Free Press.

РЕЗЮМЕ
ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО
ИНТЕЛЛЕКТА, МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ И ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ
ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ

Кнарик Овакимян

В статье представлены содержание и анализ результатов психологической программы, направленной на развитие эмоционального интеллекта, межличностных отношений и ценностных ориентаций пожилых людей. Основой для разработки программы послужили результаты предварительного изучения психологических особенностей пожилых людей. В развивающей работе использовались групповые обсуждения, ситуационные задания, ролевые игры, повествовательные материалы и анализ личного опыта. В процессе развития эмоционального интеллекта основное внимание уделялось развитию эмоциональной осознанности, управления эмоциями, самомотивации и эмпатии. С целью улучшения межличностных отношений применялась модель драматического треугольника С. Карпмана, направленная на осознание ролей «Жертвы», «Преследователя» и «Спасателя», а также на формирование конструктивного общения. Работа по развитию ценностных ориентаций была направлена на осознание значимости здоровья, честности, взаимопомощи, самостоятельности, ответственности и толерантности. Сравнительный анализ данных экспериментальной и контрольной групп позволил оценить эффективность программы. **Объект исследования.** Процесс развития эмоционального интеллекта, межличностных отношений и ценностных ориентаций пожилых людей, проживающих в учреждениях ухода и заботы. **Цель исследования.** Полученные результаты позволяют рассматривать программу развития как работу, направленную на развитие взаимосвязанных психологических компонентов. Развитие эмоционального интеллекта не ограничивалось распознаванием эмоций, но также включало развитие способности управлять ими, активизировать собственные внутренние ресурсы и понимать эмоциональное состояние другого человека.

Ключевые слова: *пожилые люди, эмоциональный интеллект, межличностные отношения, ценностные ориентации, психологическое развитие, взаимопомощь.*

SUMMARY
A PSYCHOLOGICAL PROGRAM FOR DEVELOPING EMOTIONAL
INTELLIGENCE, INTERPERSONAL RELATIONSHIPS, AND VALUE ORIENTATIONS IN
OLDER ADULTS

Knarik Hovakimyan

The article presents the content of a psychological program aimed at developing emotional intelligence, interpersonal relationships, and value orientations in older adults, as well as an analysis of its results. The program was developed based on the findings of a preliminary study of the psychological characteristics of older adults. The developmental activities included group discussions, situational tasks, role-playing exercises, narrative materials, and the analysis of personal experiences. The development of emotional intelligence focused primarily on enhancing emotional awareness, emotion regulation, self-motivation, and empathy. To improve interpersonal relationships, S. Karpman's Drama Triangle model was applied to help participants recognize the roles of the "Victim," "Persecutor," and "Rescuer" and develop constructive communication skills. The activities aimed at developing value orientations focused on raising awareness of the importance of health, honesty, mutual assistance, independence, responsibility, and tolerance. A comparative analysis of the data from the experimental and control groups made it possible to assess the effectiveness of the program. **Research Object:** The process of developing emotional intelligence, interpersonal relationships, and value orientations among older adults residing in care and support institutions. **Research Aim:** To develop and experimentally evaluate a psychological program aimed at developing emotional intelligence, interpersonal relationships, and value orientations in older adults.

Keywords: *older adults, emotional intelligence, interpersonal relationships, value orientations, psychological development, mutual assistance.*

Հոդվածը ստացվել է՝ 21.07.2026

Հոդվածն ուղարկվել է գրախոսման՝ 23.07.2026

Հոդվածը երաշխավորվել է տպագրության՝ 14.09.2026