

მარინა ბალიაშვილი

# პიროვნების ფსიქოლოგიის საფუძვლები



გამომცემლობა „უნივერსალი“

თბილისი 2012

უსიქოლოგიის მეცნიერებათა დოქტორის მარინა ბალიაშვილის წიგნში მოცემულია პიროვნების უსიქოლოგიის საბაზისო ცნებები, აგრეთვე თეორიული, ფაქტობრივი და პრაქტიკული პრობლემები და მათი გადაჭრის განსხვავებული ნიშნები; სისტემატურად არის დალაგებული პიროვნების კლასიკური და თანამედროვე თეორიები, კვლევის მეთოდები და სტრატეგიები. ნაჩვენებია ადამიანის წინაშე მდგარ ძირეულ პრობლემებათა მოგვარებაში პიროვნების უსიქოლოგიის პოტენციალი.

წიგნი განკუთვნილია უსიქოლოგიისა და მომიჯნავე დარგის სტუდენტებისთვის, პრაქტიკოსი უსიქოლოგებისთვის და, აგრეთვე, მასწავლებლებისა და მშობლებისთვის.

სამეცნიერო რედაქტორი:

საქართველოს მეცნიერებათა აკადემიის წევრ-კორესპონდენტი,

პროფესორი ირაკლი იმედაძე

© მ. ბალიაშვილი, 2012

გამომცემლობა „უნივერსალი“, 2012

---

თბილისი, 0179, ი. შანავაძის რაზ. 19. ☎: 2 22 36 09, 5(99) 17 22 30

E-mail: universal@internet.ge

ISBN 978-9941-17-786-6

## პიროვნების ფსიქოლოგია: ძირითადი პრობლემები

რა ფენომენია პიროვნება, რაშია მისი არსი, ფუნქცია და რა მიზანს ემსახურება მისი კვლევა? ეს კითხვები არ დაისმებოდა, ადამიანის არსებობა პრობლემური რომ არ ყოფილიყო. ცხოვრებაში საკუთარი ადგილის მოძებნა, უმთავრესი მიზნების მიღწევა, თვითრეალიზაცია ადამიანისგან შინაგან ძალთა მობილიზებას და ორგანიზებას ითხოვს. ამგვარ მაორგანიზებელ საწყისად გვევლინება პიროვნება და ამაშია მისი ფსიქოლოგიური რაობა.

პიროვნების რაობის კვლევაშიც კვლევა ადამიანისთვის დამახასიათებელი ზოგადი მიზნები და მოტივები, ნიშნები და კანონზომიერებები, ისევე როგორც ინდივიდუალური განსხვავებები გამოაეღინა. პიროვნების ზოგადი და კერძო კანონზომიერებები არა თუ არ ეწინააღმდეგება ერთმანეთს, არამედ ურთიერთს ავსებს – გვეხმარება ადამიანის არსებობის განსხვავებული შესაძლებლობები და მოდუსები დავეინახოთ.

ის, რომ პიროვნება გარკვეული სტრუქტურის მქონე, მწყობრი მთლიანობაა, ღროში და სიტუაციიდან სიტუაციაში ადამიანის ქცევის გარკვეულ უცვლელობას და შინაგან შეთანხმებულობას გულისხმობს. აქედან მომდინარეობს პიროვნების ქცევის მეტნაკლები პროგნოზირებულობა, რაც ტესტებით და კითხვარებით კონკრეტდება. ამ პროცედურების გამოყენების მრავალ მიზანთა შორისაა სხვადასხვა სახის ფსიქოლოგიური ხელშეწყობა პრობლემათა გადაჭრაში, რაც თან ახლავს ცხოვრებას და მისი განუყოფელი ნაწილია. ამრიგად, პიროვნების

ყსიქოლოგიას აინტერესებს ადამიანთათვის დამახასიათებელი არა ყველა საერთო და ინდივიდუალური თვისება, არამედ ის მნიშვნელოვანი ქცევითი გამოვლინებები, რომლებიც უშუალოდ ადამიანის ცხოვრების მთავარი მიზნების განხორციელებას უკავშირდება. ამგვარ მონაცემთა ინტეგრირება ადამიანის არსებობის ერთიან, ყოვლისმომცველ შეხედულებად მეცნიერული პიროვნების ფსიქოლოგიის მთავარი ამოცანაა. ამ ამოცანას განსხვავებულად ახორციელებენ წიგნში წარმოდგენილი პიროვნების თეორიათა ცნობილი ავტორები.

### პიროვნების განსაზღვრების ძიება

ბევრ ევროპულ ენაში სიტყვა პიროვნება ლათინური სიტყვა Persona-დან არის ნაწარმოები, რაც ნიღაბს ნიშნავს. ანტიკურ თეატრში მსახიობის ნიღაბი გადმოსცემდა პერსონაჟის ხასიათს: გაღიმებული ნიღაბი – კომიკურ პერსონაჟს, მომტიორალი – ტრაგიკულს და ა.შ. გვიანდელ ეპოქებში თეატრალური პიესების მოქმედი პირები კონკრეტულ და უცვლელ თვისებებს შეესაბამებოდნენ: შექსპირის მაკბეტი დაუოკებელ პატივმოყვარეობას, ოტელო – ეჭვიანობას, ხოლო ჰამლეტი ქრონიკულ მელანქოლიას და უნებისყოფობას განასახიერებდა. არის კი რეალური ადამიანის პიროვნება ესოდენ სწორხაზოვანი, თანამიმდევრული, მთლიანი და სხვებისგან განსხვავებული, თუ ეს მხოლოდ და მხოლოდ ილუზიაა, რასაც ასაზრდოევებს განცდა, რომ ერთ სხეულში პიროვნებაც ერთია?

სოციალური კონსტრუქტივიზმი პიროვნების რეალურ არსებობას საერთოდ არ ცნობს. ამ თეორიული პოზიციის თანახმად, პიროვნებას “აგებს” გარეგანი დამკვირვებელი, როდესაც კონკრეტული ადამიანისგან მიღებულ შთაბეჭდილებებს ერთ კონად კრავს. ადამიანი მუდმივად ახდენს არა მხოლოდ სხვა

ადამიანთა პიროვნების კონსტრუირებას, არამედ საკუთარ პიროვნებასაც თვითონ აკონსტრუირებს – სწორედ ამიტომ აწუხებს მას საკუთარი იდენტიურობის, რეპუტაციის და იმიჯის საკითხები. ეს სრულიადაც არ ნიშნავს, რომ ადამიანს თავისი პიროვნების კონსტრუირება თვითნებურად შეუძლია. ამ პროცესში მას ადამიანთა სახით საყრდენი, მათგან მხარდაჭერა სჭირდება. თუ იგი კარგაქვს ამ საყრდენს (მაგ., ხანგრძლივ პატიმრობას იხდის ცალკე საკანში) ან ეს საყრდენი რადიკალურად იცვლება (მაგ., სხვა ქვეყანაში გადადის საცხოვრებლად), აუცილებლად წარმოიქმნება ადაპტაციის პრობლემა, რაც პიროვნების დეკონსტრუქციას უკავშირდება. ამრიგად, სოციალური კონსტრუქტივიზმის თანახმად, ინდივიდი არ არის საკუთარი პიროვნების ერთადერთი და მთავარი “სათავისი”. იგი უწყვეტი პროცესის შედეგია, რომლის მსვლელობაში გარედამკვირვებლები და თვითდამკვირვებელი ქცევაში გარკვეულ აზრს დებენ და მას პიროვნულ თავისებურებებს უკავშირებენ. პიროვნებას განსაზღვრავს ის, თუ რა ხდება მასსა და ადამიანებს “შორის”, და არა მის “შიგნით”. ამ აზრით, ადამიანში მრავალი პიროვნება ძეკვს, რადგან იგი ურთიერთქმედებს ბევრ სხვადასხვა ადამიანთან. ამრიგად, პიროვნებას, მართლაც, შეიძლება ეწოდოს “ნიღაბი”, რომელსაც ნაწილობრივ იგი თვითონ ძეკვს და ირგვლივ მყოფ ადამიანებს ამ ნიღბით წარუდგება.

საზოგადოდ, ადამიანის სახეცვლილების იდეა თანამედროვე ეპოქის სჯელისკვეთებას ეხმიანება. პიროვნება რომ ნიღაბია, რომლის მორგება, მოხსნა ან გამოცემა შესაძლებელია საკმაოდ მიძიდეველი, თუმცა ბევრისთვის დაუჯერებელია ვარაუდია. ამასთანავე, კლინიკური მონაცემები გვიჩვენებს, რომ პიროვნების რადიკალურად შეცვლის მცდელობები, მეტწილად, უშედეგოა.

ამრიგად, პიროვნება თვალთ უხილავი, დასკვნების საფუძველზე მიღებული კონსტრუქცია, ქცევის ორგანიზაციაა და ამ ორგანიზაციის გაგება ასევე სისტემატიზებულ მოსაზრებათა ანუ თეორიის გარეშე შეუძლებელია. სწორედ ამან განაპირობა პიროვნების თეორიათა სიმრავლე და პიროვნების განსაზღვრებათა არაერთგვაროვნება. სამაგალითოდ განვიხილოთ პიროვნების სამი ცნობილი მკვლევარის მიერ მოწოდებული განსაზღვრება: “პიროვნება ფსიქოფიზიკურ ძალთა შინაგანი ორგანიზაციაა, რაც მოცემული ადამიანისთვის დამახასიათებელ აზროვნების, ემოციების და ქცევის პატერნებს აყალიბებს” – ოლპორტი, 1961; “პიროვნება ეს ის არის, რაც საშუალებას გვაძლევს მოვახდინოთ ადამიანის ქცევის პროგნოზირება ყოველ კონკრეტულ სიტუაციაში – კეტელი, 1965; “პიროვნება – შინაგან ტენდენციათა და მახასიათებელთა მყარი შეხამებაა, რომლის წყალობით ადამიანის ფსიქოლოგიურ ქცევას (აზროვნებას, გრძნობას, მოქმედებას) აქვს დროში გამძლე საერთო და განმასხვავებელი ნიშნები, რომლებსაც მხოლოდ როგორც მოცემული მომენტის სოციალურ და ბიოლოგიურ გავლენათა შედეგს ვერ ავხსნით” – მადი, 1989. პიროვნების იმდენივე განსაზღვრება არსებობს, რამდენი სახელმძღვანელოც დაიწერა ამ დარგში (მარტო ინგლისურ ენაზე ამჟამად 100-ზე მეტი სახელმძღვანელოა) და თითოეული მათგანი მოწოდებულია პიროვნება როგორც მოწესრიგებული, მთლიანი, მწყობრი სისტემა განიხილოს.

ასეა თუ ისე, პიროვნება უჩინარი, ნაგარაუდვეი წარმონაქმნია და სწორედ ამიტომ მის შესახებ დასკვნების გამოტანა თეორიის გარეშე ვერ მოხერხდება. ამან განაპირობა ის, რომ პიროვნების კვლევა ესოდენ მჭიდრო კავშირშია თეორიასთან და თეორიათა სიმრავლე არა თუ ხელს არ უშლის, არამედ პირიქით, ხელს უწყობს ფსიქოლოგიის ამ დარგის განვითარებას.

ფსიქოლოგები ეძებენ პასუხს კითხვაზე: რის გამოა ადამიანი ისეთი, როგორც არის? რით განსხვავდებიან ადამიანები ერთმანეთისგან და რატომ იქცევიან განსხვავებულად: ერთი ადამიანი ებრძვის, სხვა კი ბრმად მისდევს საკუთარ გრძნობებს, ზოგი აღწევს წარმატებას ამა თუ იმ სფეროში, ხოლო სხვა, არანაკლებ ნიჭიერი, წარმატებას საერთოდ ვერ აღწევს? პიროვნების შეცვლა პრინციპულად შეუძლებელია თუ შესაძლებელი და თუ შესაძლებელია, როგორ და რა გზით? ამგვარ კითხვებზე პიროვნების თეორეტიკოსები ანუ პერსონოლოგები ხშირად ალტერნატიულ პასუხებს გვთავაზობენ. დავობენ იმაზეც, თუ რა მეთოდები უნდა იქნას გამოყენებული მართებული პასუხის მისაღებად.

პიროვნების ფსიქოლოგია ადამიანს, მთელ მის მრავალფეროვნებას და განუმეორებლობას მოიცავს და ადამიანის ქცევის დიდი სირთულეს აღიარებს – ისევე როგორც იმას, რომ ადამიანები ბევრი რამით ჰგვანან ერთმანეთს და, ამასთანავე, განსხვავდებიან ერთმანეთისგან. ამ რთულ ლაბირინთში, ზოგჯერ ქაოსში, პიროვნების მკვლევარები და თეორეტიკოსები კანონზომიერებებისა და გასაგები კავშირების აღმოჩენას ცდილობენ.

პიროვნების ფსიქოლოგიას ყოველთვის აინტერესებდა *ინდივიდუალური სხვაობები*. თუმცა ადამიანები, ძირითადად, ჰგვანან ერთმანეთს, ფსიქოლოგებს, რომლებიც პიროვნებას შეისწავლიან, განსაკუთრებით აინტერესებთ ის, თუ რით განსხვავდებიან ადამიანები ერთმანეთისგან; რატომ აქვთ მოკვლენათა განსხვავებული ხედვა, რატომ არის, რომ ერთი ადამიანი სულ მუდამ სტრესს განიცდის, ხოლო მეორე თითქმის არასოდეს?

პიროვნების ფსიქოლოგიისთვის არანაკლებ საინტერესოა ინდივიდის მთლიანობა – რა აერთიანებს ინდივიდის მოქმედების სხვადასხვა ასპექტს, ფსიქოლოგიურ პროცესთა ურთიერთკავშირი, ადამიანის როგორც ორგანიზებული მთელის მოქმედება.

მაშ როგორ უნდა განისაზღვროს პიროვნება?

განსაზღვრებად შეიძლება მივიჩნიოთ შემდეგი: *პიროვნება ადამიანის ის მახასიათებლებია, რომლებიც მისი გრძნობების, აზრების და ქცევის შეთანხმებულ გამოვლინებებზე აგებენ პასუხს.* ეს ფართო განსაზღვრება საშუალებას გვაძლევს ყურადღება ადამიანის მრავალ ასპექტზე შევანეროთ. ამასთანავე, იგი გულისხმობს, რომ ყურადღებას ვამახვილებთ იმ შინაგან თვისებებზე, რაც ამ შეთანხმებულ გამოვლინებებს განაპირობებს (ანუ გარემოს ფაქტორები “ყრჩხილებს გარეთ გაგვაქვს”). განსაკუთრებით საინტერესოა როგორ ხდება გრძნობების, აზრების და ხილული მოქმედებების შეხამება იმგვარად, რომ ყალიბდება უნიკალური, სხვებისგან განსხვავებული ინდივიდი.

პიროვნების განსაზღვრება არ არის და არც შეიძლება იყოს ერთადერთი. საზოგადოდ, ვერც ერთი განსაზღვრება ვერ ჩაითვლება მართებულად ან მცდარად. უმჯობესია პიროვნების ესა თუ ის განსაზღვრება განვიხილოთ როგორც მეტნაკლებად სასარგებლო, რადგან ის კვლევას გარკვეული მიმართულებით წარმართავს.

პიროვნების კვლევა არის სისტემატური მცდელობა გამოვავლინოთ და ავხსნათ ადამიანის აზრების, გრძნობების და ხილული ქცევის შეთანხმებულობა ანუ მთლიანობა, რეგულარობა, რითაც ადამიანი თავს აქლენს ყოველდღიურ ცხოვრებაში. ამაში მეცნიერული თეორია გვეხმარება.

პიროვნების თეორია როგორც პასუხი პითაგორაზე “რა”,  
“როგორ” და “რატომ”

პიროვნების თეორია პიროვნების შესახებ მეცნიერული ფაქტების და კანონზომიერებების გაერთიანების და სისტემატიზების გზებს გვთავაზობს. მას ასევე კვლევის ევოლუციაზე უფ-



რო პროდუქტიული მიმართულებების დასახევა შეუძლია. თეორია გეიქმარება თავი მოეუყაროთ ყველაფერს, რაც ვიცით, და გეკარნახობს, როგორ მოვიძიოთ ის, რაც ჩვენთვის ჯერჯერობით უცნობია.

მაინც რისი ახსნა გეინდა პიროვნების თეორიის მეშვეობით, ძირითადად რა კითხვებზე პასუხი გეინტერესებს? ეს კითხვებია: რას წარმოადგენს ინდივიდი? როგორ გახდა ასეთი? რატომ იქცევა ისე, როგორც იქცევა? გესურს თეორიამ გეგეცეს პასუხი კითხვებზე – “რა”, “როგორ” და “რატომ”.

კითხვა “რა?” ადამიანის ნიშან-თვისებებს და ამ ნიშან-თვისებათა ურთიერთკავშირს ეხება. მაგალითად, დამახასიათებელია თუ არა ამ ადამიანისთვის სინდისიერება, შეუპოვრობა და მიღწევის ძლიერი მოთხოვნილება? კითხვა “როგორ?” – ადამიანის პიროვნულ დეტერმინანტებს ეხება. როგორ და რა სახით უნდა მოხდეს გენეტიკის და გარემოს ფაქტორთა ურთიერთქმედება, რომ შედეგი ამგვარი იყოს? კითხვა “რატომ?” ინდივიდუალური ქცევის მიზეზებს არკევეს და პასუხები ინდივიდის მოტივაციას ეხება. რატომ ავლენს იგი აქტივობას და ავლენს სწორედ ამ მიმართულებით? ინდივიდი ისწრაფვის გამდიდრებისკენ, მაგრამ რატომ აირჩია სწორედ ეს გზა? ბავში სკოლაში კარგად სწავლობს, რომ მშობლების გული მოიგოს თუ მას თავისი მონაცემების რეალიზება სურს? ეგებ მას უნდა თვითშეფასება აიმაღლოს ანდა აჯობოს თანაკლასელებს? რატომ არის ადამიანი დათრგუნული – იმიტომ რომ დაამცირეს, თუ იმიტომ, რომ დაკარგა საყვარელი ადამიანი ან იქნებ ამის მიზეზი დანაშაულის გრძნობაა? თეორია დაგეიქმარება გავიგოთ რამდენად არის ეს დათრგუნულობა ანუ დეპრესია დამახასიათებელი მოცემული ადამიანისთვის, როგორ ჩამოყალიბდა ეს ნიშანი, რატომ გამოიწვია დეპრესია კონკრეტულმა გარემოებებმა და რატომ იქცევა დეპრესიის მდგომარეობაში მყოფი ადამიანი სწო-

რედ ასე და არა სხეანაირად: რატომ არის, რომ ასეთ დროს ერთი გადის სახლიდან და ყიდულობს, რასაც კი დაინახავს, ხოლო მეორე – საკუთარ ნატუჟში იკეტება.

ამგვარ კითხვებზე ამომწურავი პასუხების მისაღებად თეორიამ უნდა მოიცვას ხუთი სფერო: 1) *სტრუქტურა* – პიროვნების საბაზო ელემენტები ანუ “საშენი ბლოკები”; 2) *პროცესი* – პიროვნების დინამიკური ასპექტები, მათ შორის მოტივები; 3) *ზრდა-განვითარება* – როგორ ყალიბდება ყველა ჩვენგანი უნიკალურ პიროვნებად; 4) *ფსიქოპათოლოგია* – პიროვნების ნორმალური ფუნქციონირების დარღვევათა ჩვენება და მიზეზების დადგენა; 5) *ცვლილება* – როგორ იცვლება ადამიანი, და რატომ არის, რომ ზოგჯერ იგი ეწინააღმდეგება ცვლილებას, არ ან ვერ იცვლება.

### სტრუქტურა

პიროვნების სტრუქტურა მის სტაბილურ და მყარ ასპექტებს მოიცავს. ადამიანის კონცეფციის მოაზრებისას პიროვნების სტრუქტურის დასახასიათებლად განსაკუთრებით პოპულარულია *პიროვნული ნიშანი და ტიპი*.

„ნიშანი“ ეხება განსხვავებულ სიტუაციებზე ინდივიდის მყარ და შეთანხმებულ რეაქციებს და ახლოა იმ ცნებებთან, რასაც ადამიანთა დასახასიათებლად არასპეციალისტი იყენებს, მაგ., „ჭკვიანი“, „პატიოსანი“, „მხიარული“, ან „სერიოზული“.

*ტიპი* ბევრი სხვადასხვა ნიშნის კონაა. ნიშნის ცნებასთან შედარებით, ტიპი ქცევის უფრო ზოგად და რეგულარულ კონფიგურაციებს გულისხმობს. ადამიანი შეიძლება სხვადასხვა ხარისხით გამოხატული ბევრი ნიშნით ხასიათდებოდეს, მაგრამ ზოგად პლანში ერთ კონკრეტულ ტიპს მიეკუთვნებოდეს. ნიშ-

ნის და ტიპის გარდა პიროვნების თეორიებში სხვა ცნებებიც გამოიყენება.

## პროსესი

პიროვნების თეორიებს ერთმანეთისგან განასხვავებს ქცევის ასახსნელად გამოყენებული დინამიკური, *მოტივაციური ცნებები*. ეს ცნებები ქვევის **საპროსესო** ასპექტებს ეხება.

პიროვნების თეორიებში გამოიყენება მოტივაციურ ცნებათა ძირითადი სამი კატეგორია: სიამოვნების (ანუ ჰედონისტური მოტივები); ზრდის (ანუ თვითაქტუალიზაციის) მოტივები და მოვლენათა გააზრების (ანუ კოგნიტური) მოტივები.

ჰედონისტურ მოტივთა კონცეფციაში გადამწყვეტი მნიშვნელობა სიამოვნების ძიებასა და ტკივილისგან გაქცევას ენიჭება. ჰედონისტურ მოტივაციურ კონცეფციას აქვს ორი ვარიანტი: **დაძაბულობის შამპიონის მოძალი** და **საინფორმაციის მოძალი**. დაძაბულობის შემცირების მოდელის თანახმად, ფიზიოლოგიური მოთხოვნები ქმნის დაძაბულობას, რის მოცილებასაც ინდივიდი საკუთარ მოთხოვნებთან დაკმაყოფილებით ცდილობს. მაგალითად, შიმშილი ან წყურვილი წარმოქმნის დაძაბულობას, რომელიც შემცირდება თუ საკვებს ან სითხეს მივიღებთ. შინაგანი დაძაბულობის აღსაწერად, რომელიც ადამიანს ამ დაძაბულობის შემცირების მიმართულებით უბიძგებს, გამოიყენება ტერმინი *მოთხოვნილება* – *დრაივი*. დაძაბულობის შემცირების მოდელისგან განსხვავებით, სტიმულაციის მოდელში აქცენტირებულია საბოლოო პუნქტები ანუ მიზნები, გარეგანი სტიმულები, რის მიღწევა ან მოპოვება სურს ადამიანს. მაგალითად, ადამიანი შეიძლება ესწრაფვოდეს სიმდიდრეს, სახელს ან ძალაუფლებას. თუმცა ხაზი აქ ესმება მიზანს და არა დაძაბულობის შინაგან მდგომარეობას, სრულიად ცხადია,

რომ ამ შემთხვევაში გვაქვს სიამოვნებისკენ სწრაფვა, ხოლო სიამოვნება მიზნის მიღწევას უკავშირდება. სწორედ ამის გამო მოტივაციის სტიმულაციური მოდელი და დაძაბულობის შემცირების მოდელი, ორივე, ჰედონისტურ ანუ სიამოვნებზე ორიენტაციის თეორიებად არის მიჩნეული.

მოტივაციის სხვა თეორიებში ხაზგასმულია ორგანიზმის მისწრაფება ზრდისა და თვითრეალიზაციისადმი. ინდივიდი ცდილობს გაზარდოს ან აამოქმედოს საკუთარი შინაგანი პოტენციალი, თუნდაც დაძაბულობის ზრდის ხარჯზე (რაც, ერთგვარად, ეწინააღმდეგება ჰედონისტურ თეორიას).

დაბოლოს, მოტივაციის კოგნიტური თეორიებისთვის განსაკუთრებით საინტერესოა ადამიანის ძალისხმევა გაიგოს, გაიზაროს და განჭვრიტოს მის გარშემო მიმდინარე მოვლენები, რომ ადამიანისთვის დამახასიათებელია არა იმდენად სიამოვნების ძიება და თვითრეალიზება, რამდენადაც წადილი გაერკვიოს გარესინამდვილეში და ურთიერთშეთანხმებული შეხედულებები იქონიოს. მაგალითად, ადამიანი შეიძლება ისწრაფოდეს იმისკენ, რომ შეინარჩუნოს მე-ს თანამიმდევრული ხატი ან შეეძლოს სხვა ადამიანთა ქცევის პროგნოზირება. ასეთ შემთხვევაში იგი თანახმაა ამისთვის ტკივილი და დისკომფორტიც კი აიტანოს.

თავიდან ყველაზე უფრო მეტად იყო გავრცელებული დაძაბულობის შემცირების მოდელი. მაგრამ შემდგომში, გამოკვლევებმა, რომლებიც ჩატარდა არა მხოლოდ ადამიანებზე, არამედ ცხოველებზეც, აჩვენა, რომ ხშირად ორგანიზმი პირიქით, დაძაბულობას ეძებს. მაგალითად, საცდელი მაიმუნები ძალღონეს არ იშურებენ, რათა ამოხსნან ამოცანა და ამას ყოველგვარი ჯილდოს გარეშე აკეთებენ – ფაქტობრივად, ჯილდომ შეიძლება ამოცანის წარმატებით გადაჭრას ხელიც კი შეუშალოს. დასტურდება, აგრეთვე, თამაშის და კვლევის ქცევა გან-

სხვაგვარი სახეობის ცხოველებთან. ამგვარ დაკვირვებათა საფუძველზე რობერტ უაიტმა “კომპეტენტურობის მოტივაციის” ცნება ჩამოაყალიბა. ამ კონცეფციის თანახმად, ადამიანს ამოძრავებს სურვილი გარემოსთან ურთიერთქმედებისას საკუთარი უნარიანობა და ეფექტურობა იგრძნოს. ბავშვობის ასაკიდან მოყოლებული, ადამიანის მოქმედებები სულ უფრო მეტად უკავშირდება ჩვევების შემუშავებას დასაოსტატებლად (და გარემოს სამართავად) და სულ უფრო ნაკლებად – დაძაბულობის შემცირებას.

ფსიქოლოგიის ისტორიაში სხვადასხვა დროს მოტივაციის განსაკუთრებული თეორიები იყო გაბატონებული. მეოცე საუკუნის 50-იან წლებამდე ასეთი იყო მოთხოვნილების (დრაივის) თეორია, მოგვიანებით ყურადღება მიიპყრო ზრდისა და თვითაქტუალიზაციის მოდელებმა. გაჩნდა ინტერესი შემეცნებითი მოტივებისადმი, რომლებიც აზრთა შეთანხმებულობის და თანამიმდევრულობის ადამიანისთვის დამახასიათებელ მოთხოვნილებას უკავშირდება. პოპულარული რჩება, აგრეთვე, მიზნის თეორიები, სადაც აქცენტი კეთდება ადამიანის ძირეულ მისწრაფებაზე მიაღწიოს დასახულ მიზანს.

რამდენად აუცილებელია არჩევანის გაკეთება მოტივაციის სხვადასხვა თეორიას შორის ანუ ვამტკიცოთ, რომ რომელიმე ერთი სწორია, ხოლო დანარჩენი მცდარი? გამორიცხული ხომ არც ის არის, რომ ადამიანი სხვადასხვა სახის მოტივებს ავლენდეს – ხან სიამოვნებისკენ ისწრაფვოდეს, ხან კი – თვითაქტუალიზაციისკენ. ადამიანები იმითაც ხომ განსხვავდებიან თუ რამდენად არის მათი ქცევა უპირატესად ამა თუ იმ მოტივით ნაკარნახევი ანუ ასეთი ინდივიდუალური სხვაობები შეიძლება თაკად პიროვნების შემადგენელი ნაწილი იყოს.

და მაინც, პიროვნების მეკლევარები რომელიმე ერთი მოდელისკენ იხრებიან, როდესაც სურთ ადამიანის ქცევის საპროცესო ასპექტების ახსნა.

### ზრდა და განვითარება

ერთ-ერთი ყველაზე სერიოზული ამოცანა, რომლის წინაშე დგებიან ფსიქოლოგები – ინდივიდუალურ სხვაობათა და ადამიანის ინდივიდუალური უნიკალურობის ჩამოყალიბების გარკვევაა.

პიროვნების განვითარებას გენეტიკური და გარემოს ფაქტორები განსაზღვრავს. მეცნიერული ცოდნის განვითარების სხვადასხვა ეტაპზე ხან გენეტიკურ, ხან კი გარემოს დეტერმინანტებზე კეთდებოდა აქცენტი – ბოლო დროს კი ყურადღება განსაკუთრებით გენეტიკურ ფაქტორებზე გამახვილდა. იბადება კითხვა: საჭიროა კი ასეთი დაპირისპირება, ხომ ისედაც ცხადია, რომ ორივე, გენეტიკაც და გარემოც ადამიანის ფორმირებისთვის სრულიად აუცილებელია. ვიდრე ამ ორი დეტერმინანტის თანაფარდობას განვიხილავთ, შევჩერდეთ თითოეულ მათგანზე.

### *გენეტიკური დეტერმინანტები*

გენეტიკურ ფაქტორებს მნიშვნელოვანი როლი ეკუთვნის პიროვნების დეტერმინაციაში, განსაკუთრებით იმ მხრივ, რაც ჩვენ უნიკალურ ინდივიდებად გვაქცევს. თავიდან ფსიქოლოგები პიროვნების ფორმირებაში ორივე ფაქტორის თანაბარ ღირებულებას აღიარებდნენ. ხოლო თანამედროვე მეკლევარები მიიჩნევენ, რომ ამ ფაქტორთა როლი პიროვნების სხვადასხვა ნიშნის ჩამოყალიბებაში განსხვავებულია. გენეტიკური ფაქტორი ძალზე მნიშვნელოვანია ისეთი პიროვნული მახასიათებლებისთვის, როგორიცაა ინტელექტი და ტემპერამენტი. იგი ნაკ-

ლებად მნიშვნელოვანია ღირებულებების, იდეალებისა და შეხედულებების ფორმირებისთვის. დასტურდება ინდივიდუალური სხვაობები ტემპერამენტში, რაც აქტივობის დონესა და გაბედულებაში აისახება. ზოგი ბავშვი, სხვებთან შედარებით, უფრო აქტიური, მოძრავი და თამამია. ასეთად რჩება დიდობაშიც. ის, რომ ეს თავისებურებები ადრეული ასაკიდან ვლინდება და, როგორც ჩანს, აღზრდით არ არის განპირობებული, გვაფიქრებინებს, რომ ეს გენეტიკით განსაზღვრული ანუ მემკვიდრეობით მიღებული ნიშნებია.

ევოლუციონისტი ფსიქოლოგები მიიჩნევენ, რომ ადამიანებს არა მხოლოდ გენეტიკური კონსტიტუცია, არამედ სოციალურ ურთიერთობათა ნიმუშებიც (პატერნები) საერთო აქვთ. მაგალითად, მამაკაცის და ქალის განსხვავებული ჩართულობა შვილებზე ზრუნვაში, ალტრუიზმი და ძირითადი ემოციები — გენებში ჩადებული ევოლუციური მემკვიდრეობის შედეგია. ფსიქოლოგები, რომლებიც მუშაობენ საბაზო ემოციებზე — როგორცაა ბრაზი, სიხარული, სევდა, ზიზღი, გაოცება, სიძულვილი, შიში — ვარაუდობენ, რომ ემოციები თანშობილია და მათ შესახებ შესაბამისი ინფორმაცია გენებშია კოდირებული. ამრიგად, ბავშვები, ისევე, როგორც უფროსები, და შიმპანზე, ისევე როგორც ადამიანი, განიცდიან ამ ემოციებს, რადგანაც საერთო აქვთ ევოლუციური მემკვიდრეობა და გენეტიკური სტრუქტურა. ეს სრულიადაც არ ნიშნავს, რომ გამოცდილება არ ახდენს გავლენას რა ემოციებია უფრო ხშირი მოცემულ ინდივიდთან ან რა პირობებში განიცდის და როგორ გამოხატავს იგი გარკვეულ ემოციებს. ცხადია, ამაზე მოქმედებს გამოცდილება, მაგრამ განვითარება ფიქსირებულ გენეტიკურ სტრუქტურას მიყვება.

საბოლოო ჯამში, შეიძლება ითქვას, რომ გენების როლი ამგვარია: ისინი უზრუნველყოფს იმას, რომ ყველანი მივეკუთო-

ნებით ადამიანის ერთიან მოდემას და აგრეთვე იმასაც, რომ ჩვენ შორის ინდივიდუალური სხვაობები არსებობს.

### *გარემოს დეტერმინანტები*

გარემოს დეტერმინანტებს განეკუთვნება გავლენები, რის გამოც ვართ ერთნაირები და გავლენები, რის გამოც ვართ უნიკალურები.

**ქალბურა.** პიროვნების გარემოსეულ დეტერმინანტთა შორის უმნიშვნელოვანესია ადამიანის ის გამოცდილება, რაც გარკვეული კულტურისადმი მის მიკუთვნებულობას უკავშირდება. ყოველ კულტურას აქვს თავისი საკუთარი ინსტიტუციონალიზებული და სანქციონირებული ქცევის, სიტუაციების და მტკიცე შეხედულებების პატერნები, რაც თაობებს გადაეცემა. ეს ნიშნავს, რომ მოცემული კულტურის წარმომადგენელთა უმრავლესობას გარკვეული, საერთო და მსგავსი პიროვნული თვისებები ექნება. ამიტომ, ხშირად ვერც კი ვაცნობიერებთ კულტურულ გავლენებს, ვიდრე **ქონულიაზი** არ აღმოეჩნდებით სხვა კულტურის ადამიანებთან, რომლებიც განსხვავებულად ხედავენ სინამდვილეს და ჩვენ კულტურაში მიღებულ შეხედულებებს არა თუ არ იზიარებენ, ეჭვის თვალითაც უყურებენ. კულტურა საგანგებო დაფიქრებისა და განსჯის გარეშე გვეძლევა: “როგორც თეზი წყლისას, ისე ჩვენ ვერ ვახერხებთ კულტურის დანახვას, რადგან ეს ის გარემოა, რომელშიც ვცხოვრობთ” – წერს ცნობილი კულტუროლოგი მაიკლ კოული. კულტურა მთლიანად მსჭვალავს ჩვენი არსებობის ყველა მხარეს: იმას, თუ როგორ განვსაზღვრავთ რა გეჭირდება, რა არის ამისთვის გასაკეთებელი, როგორ განვიცდით სხვადასხვა ემოციას, რა არის ჩვენთვის “სასაცილო” და რა – “სატირა-



ლი", ჩვენ დამოკიდებულებას სიკვდილთან და სიცოცხლესთან და, აგრეთვე, რა მიგუანინია ადამიანისთვის ჯანმრთელ გამოვლინებად და რა — ავადმყოფურად.

**სოფიალური კლასი.** პიროვნება რომ შევიცნოთ უნდა ვიცოდეთ რომელ სოციალურ კლასს ეკუთვნის იგი — მაღალს, საშუალოს თუ დაბალს; მუშათა თუ კვალიფიცირებულ სპეციალისტთა კლასს. ეს იმიტომ, რომ კლასობრივი ფაქტორი განაპირობებს ინდივიდის სტატუსს; როლებს, რასაც იგი საზოგადოებაში ასრულებს; ნაკისრ **ვალდებულებას** და **პრივილეგიას**, რითაც სარგებლობს. ეს ფაქტორი გავლენას ახდენს იმაზე, თუ როგორ აღიქვამს პიროვნება საკუთარ თავს და სხვა სოციალური კლასის წევრებს. კულტურის ფაქტორთა მსგავსად, კლასობრივი ფაქტორები გავლენას ახდენს იმაზე, თუ როგორ ხედავს ადამიანი სიტუაციას და მასზე როგორ რეაგირებს.

**ოჯახი.** ერთი კულტურისა და კლასის შიგნით ადამიანის ქცევას ოჯახის გავლენა განაპირობებს. მშობლები შეიძლება იყვნენ მოსიყვარულე და თბილი, ცივი ანდა პირქუში; მომთხოვნი და მკაცრი ან ბავშვისთვის გარკვეული თავისუფლების და ავტონომიის მიმნიჭებელი. მშობლის ქცევის ორივე სტილი გავლენას ახდენს ბავშვის პიროვნების განვითარებაზე. მშობლის გავლენა შეილზე ხორციელდება სამი ხერხით:

1. მშობლები საკუთარი ქცევით ქმნიან სიტუაციებს, რომლებიც ბავშვის გარკვეულ ქცევას აყალიბებს (მაგ., მშობლის მიერ ბავშვის ფრუსტრირებას საპასუხოდ მოსდევს აგრესია);

2. მშობლები ბავშვისთვის ის მისაბაძი ნიმუშები ანუ მოდელებია, ვისთანაც მოახდენს იდენტიფიკაციას ანუ გააიგივებს თავს და ვის ქცევასაც გადაიღებს;

3. მშობლები გარკვეულ ქცევათა გამო ბავშვის წახალისებას მიმართავენ.

მკვლევარებს აინტერესებთ საკითხი – რატომ არის რომ ერთი ოჯახის შვილები ხშირად სრულიად განსხვავებულები გამოდიან? პასუხი ასეთია: არა იმიტომ, რომ განსხვავებულია მათი ფსიქიკური წყობა. არამედ იმიტომ, რომ განსხვავებულია ოჯახში და ოჯახს გარეთ მიღებული უშუალო გრძნობადი გამოცდილება.

**თანატოლთა.** თუკი საერთო ოჯახური გარემო არ აღმოჩნდა იმდენად მნიშვნელოვანი, როგორც ეს ბევრს ჰგონია, მაშ რა ყოფილა მნიშვნელოვანი? ოჯახში მიღებული ცალკეული ბავშვის უნიკალური გამოცდილება ხომ არ არის ამის მიზეზი? ბოლო დროს გაჩნდა სულ სხვა ალტერნატივა – თანატოლთა გარემოცვა ეს ის ფაქტორია, რომელიც გასაგებს ხდის პიროვნების განვითარებაზე გარემოს გავლენას და იმასაც, რომ ერთი ოჯახის შვილები შეიძლება სრულიად არ ჰგავდნენ ერთმანეთს. თანატოლთა ჯგუფი ინდივიდის სოციალიზაციის წამყვანი ფაქტორია. ეს ჯგუფი სთავაზობს ბავშვს ქცევის ახალ წესებს და ხანგრძლივ და მყარ გავლენას ახდენს მისი პიროვნების ფორმირებაზე. ამრიგად, მშობლებთან ურთიერთობა გადაწყვეტია ბავშვის ადრეული განვითარებისთვის, მაგრამ შემდგომში. მისი პიროვნების ჩამოყალიბებაში უფრო მნიშვნელოვანი ხდება თანატოლთა გავლენა, რაც, ხშირად, მშობელთა გავლენაზე გაცილებით უფრო ძლიერია.

### *გენეტიკურ და გარემოს დეტერმინანთა თანაფარდობა*

კამათი თუ რა უფრო მნიშვნელოვანია – მემკვიდრეობა თუ გარემო, ბუნება თუ აღზრდა – ახრს მოკლებულია, რადგან გენეტიკური ნიშან-თვისებები და გარემოს მახასიათებლები ურთიერთქმედებენ ერთმანეთთან. ფსიქოლოგიის ამოცანა ის არის, რომ განვითარების პროცესი გაიაზროს როგორც გენე-

ტიკურ და გარემოს ფაქტორთა მუდმივი ურთიერთქმედება. მაგალითისთვის განვიხილოთ რეაქციის დიაპაზონის ცნება. ამ ცნების არსი იმაშია, რომ გენეტიკური მემკვიდრეობა შესაძლო ვარიანტების გარკვეულ სპექტრს აფიქსირებს, ხოლო გარემო აქედან ერთ-ერთ კონკრეტულ ვარიანტს განსაზღვრავს. ანუ მემკვიდრეობა ადგენს დიაპაზონს, რომლის ფარგლებშიც თვისების ფორმირების კონკრეტულ თავისებურებას უკვე გარემო განსაზღვრავს. მაგალითად, მემკვიდრეობით შეიძლება იყოს შემოსაზღვრული ინდივიდის მუსიკალური ან ათლეტური უნარები, ხოლო ამ მონაცემების განვითარების კონკრეტულ ხარისხსა და ფორმას გარემო პირობები განსაზღვრავს.

მთლიანობაში, რეაქციის დიაპაზონის კონცეფცია სასარგებლოა, მაგრამ იგი “ბუნებასა” და “აღზრდას” შორის უწყვეტი ურთიერთქმედების აქტიურ პროცესს ვერ აღწერს. დაბადებისთანავე ჩვილი ბავშვები არა მხოლოდ განსხვავებულ ზემოქმედებას ექვემდებარებიან, არამედ მემკვიდრეობით მიღებულ კონსტიტუციურ სხვაობათა გამო განსხვავებულ რეაქციებს აღუძრავენ გარემოს: პიპერაქტიურ ბავშვზე მშობლები ისე არ რეაგირებენ, როგორც მშვიდზე, გოგონას და ბიჭს განსხვავებულად ეპყრობიან. შემდგომშიც, ადამიანი ეცდება აირჩიოს ის გარემო, რომელიც მისი ფსიქიკური კონსტიტუციის თავისებურებებს შეესაბამება და წარსულში განცდილ სიამოვნებას უკავშირდება. ამგვარად, საქმე გვაქვს არა მარტივ მიზეზ-შედეგობრივ მიმართებებთან, არამედ მემკვიდრეობასა და გარემოს შორის მუდმივ ციკლურ ურთიერთქმედებასთან.

გენეტიკურ და გარემოს ფაქტორთა ურთიერთქმედება პიროვნების ყველა ასპექტში შეინიშნება.

## ფსიქოპათოლოგია და ქსენის სვლილება

ქცევის მთელი მრავალფეროვნების ახსნა რომ შეძლოს, პიროვნების თეორია უნდა შეიცავდეს იმის ანალიზს, როგორ ასერხებს ერთი ადამიანი წარმატებით გაართვას თავი ყოველდღიურ სტრესებს და, საბოლოო ჯამში, ცხოვრებით კმაყოფილი იყოს, მაშინ როცა მეორე ფსიქოპათოლოგიურ რეაქციებს ანუ ფსიქოლოგიური მიზეზებით გამოწვეულ ქცევით გადახრებს ავლენდეს.

გარდა ამისა, პიროვნების სრულმა თეორიამ უნდა წარმოადგინოს ფსიქოთერაპიის ხერხები ანუ მეთოდები, რითაც ქცევის პათოლოგიური ფორმების შეცვლა შესაძლებელი. თუმცა პიროვნებაზე მომუშავე არა ყველა ფსიქოლოგი ფსიქოთერაპევტია, პიროვნების სრულფასოვან თეორიას მაინც ევალება გარკვიოს როგორ და რატომ იცვლება ადამიანი ანდა პირიქით, ეწინააღმდეგება ცვლილებას.

### პიროვნების თეორიის ძირითადი პრობლემები

#### ფილოსოფიური შეხედულება ადამიანის რაობაზე

პიროვნების ყველა თეორიის მიღმა ადამიანის რაობის შესახებ გარკვეული ფილოსოფიური შეხედულება იკითხება. მაგალითად, ერთი თეორია განიხილავს ადამიანს როგორც ორგანიზმს, რომელიც მსჯელობს, ირჩევს და იღებს გადაწყვეტილებას (“ადამიანი რაციონალური არსებაა”), ხოლო მეორე, ადამიანს განიხილავს როგორც ორგანიზმს, რომელიც ირაციონალურად, ვნებების კარნახით მოქმედებს (“ადამიანი არის ცხოველი”); ერთი თეორიისთვის ადამიანი მექანიზმია, რომელიც ავტომატურად რეაგირებს გარე სტიმულზე (“ადამიანი

მანქანაა”), მაშინ, როცა სხვისთვის ის სისტემაა, რომელიც კომპიუტერის მსგავსად ინფორმაციის გადამუშავებით არის დაკავებული (“ადამიანი კომპიუტერია”).

მეცნიერული ფაქტების და დასაბუთებების გარდა პიროვნების თეორიაზე გავლენას ახდენს მისი ავტორის პიროვნება, ეპოქის ატმოსფერო და აგრეთვე მოცემული კულტურისა და თანადროული ფილოსოფიური აქსიომები. ამის თვალსაჩინო მაგალითია ზიგიუნდ ფროიდი და მისი მოძღვრება.

### ქაქვის ბარეზანი და შინაგანი დებარმინანტები

უპირატესად რით არის დეტერმინირებული ადამიანის ქცევა – გარეგანი თუ შინაგანი მოვლენებით? ყველა თეორია აღიარებს, რომ შინაგანი ცხოვრების ფაქტორები და ადამიანის გარეთ მიმდინარე მოვლენები ქცევის დეტერმინაციაში მნიშვნელოვან როლს ასრულებს. საქმე გარეგანი და შინაგანი დეტერმინანტების მნიშვნელობას და თანაფარდობას ეხება. ფროიდისთვის ქცევაზე გარეგანი ფაქტორების გავლენა იყო მინიმალური, ხოლო სკინერისთვის – მაქსიმალური. ფროიდს მიაჩნდა, რომ ადამიანი იმართება უხილავი შინაგანი ძალებით, ხოლო სკინერი ამტკიცებდა, რომ ადამიანს მართავენ გარე ძალები; ფროიდის მიმდევრები ფიქრობდნენ, რომ ადამიანი თავისი ბუნებით აქტიურია, სკინერიანელები კი ადამიანს გარემოებათა “მსხვერპლად” მიიჩნევენ. ფროიდი ითხოვდა ყურადღების ფოკუსირებას იმაზე, რაც ადამიანის შიგნით ხდება, ხოლო სკინერი ფიქრობდა, რომ ამას აზრი არა აქვს და უმჯობესია გარესინამდვილის ფაქტორებზე კონცენტრირება.

ფროიდისა და სკინერის შეხედულებები უკიდურეს პოზიციებს გამოხატავენ და ბევრი ფსიქოლოგი მათ არ იზიარებს. მიუხედავად ამისა, თეორიათა უმრავლესობა ერთი ან მეორე

პოლუსისკენ იხრება. ბოლო დროს კი გარეგანსა და შინაგანს შორის თანაფარდობის შესწავლის მოწოდება გაისმის.

## ქვეყნის შეთანხმებულობა ღრმსა და სიტუაციაში

რამდენად მყარია (კონსისტენტური, შინაგანად თანამიმდევრული, შეთანხმებულია) პიროვნება და მისი ქცევა სხვადასხვა დროს და სიტუაციიდან სიტუაციაში? მეგობრებთან და მშობლებთან, ან დისკუსიისას სასწავლო აუდიტორიაში და მხიარულ წვეულებაზე, რამდენად რჩება ის ერთსა და იმავე პიროვნებად? დროში შეთანხმებულობის მხრივ, რამდენად არის თქვენი ამჟამინდელი პიროვნება ბავშვობის დროინდელი თქვენი პიროვნების იდენტური? ასეთად დარჩებით 20 წლის შემდეგაც?

ამ საკითხშიც პიროვნების თეორიათა ავტორები ანუ პერსონოლოგები განსხვავებულ პოზიციებს იკავებენ. სხვადასხვა სიტუაციაში პიროვნების ქცევის შეთანხმებულობის პრობლემა უკავშირდება დილემას სახელწოდებით: “ადამიანი-სიტუაცია”. ფსიქოლოგთა ერთი ნაწილის აზრით, ადამიანი ძალზე მყარი და თანამიმდევრულია თავის ქცევაში. სხვები კი ამტკიცებენ, რომ ადამიანის ქცევა სიტუაციურად იმდენად ცვალებადია, რომ თითქოს მას სხვა ადამიანი ასრულებს. პიროვნების დროში უცვლელობის თვალსაზრისის თანახმად “ბავშვი – ზრდასრული ადამიანის მამა” და იმ დროისთვის, როდესაც ადამიანი 25 წლის ასაკს მიაღწევს, “პიროვნება ქანდაკებასავით მყარია”. ამ აზრს ყველა როდი იზიარებს და ბავშვობასა და ღიღობას შორის უწყვეტ განვითარებას ვერ ხედავს, რადგან ძნელია წინასწარ თქმა რა გამოვა ბავშვისგან, გაამართლებენ თუ არა შვილები მშობელთა მსოფლივს.

პიროვნული შეთანხმებულობის საკითხი ძალიან რთულია და მასზე პასუხები ნაწილობრივ დამოკიდებულია იმაზე, პიროვნების რომელ ასპექტს ვიხილავთ და რას ვგულისხმობთ შეთანხმებულობის ცნებაში – იმას, რომ ადამიანი ყველა სიტუაციაში სავსებით ერთნაირად იქცევა, თუ უფრო იმას, რომ ადამიანის ქცევა ერთსა და იმავე პიროვნულ პატერნს ასახავს. აგრესიული ბავშვი დიდობაშიც შეიძლება აგრესიული დარჩეს, მაგრამ ეს აგრესიულობა სხვანაირად გამოხატოს. ჩაითვლება ეს ქცევის შეთანხმებულობად? ადამიანი შეიძლება სრულიად განსხვავებულად გამოიყურებოდეს ცხოვრების სხვადასხვა მომენტში და სხვადასხვა სიტუაციაში, მაგრამ თავისი არსით, იმით, რაც დგას ამ ქცევის უკან, შეიძლება ისევე იგივე რჩებოდეს – ისევე, როგორც უცვლელია ყინულის, წყლის და ორთქლის ქიმიური ფორმულა გარეგნული ფორმის მიუხედავად. ამრიგად, თეორეტიკოსები საპირისპირო მოსაზრებებს გამოთქვამენ იმის შესახებ, რამდენად შეთანხმებული და თანამიმდევრულია ადამიანის ქცევა სხვადასხვა დროსა და სიტუაციაში.

### ქსენის მთლიანობა და “საკუთარი მე-ს” ცნება

რით შეიძლება აიხსნას ის ფაქტი, რომ ჩვენი ქცევა, შემთხვევითი და ქაოტური კი არ არის, არამედ ორგანიზებული და მოწესრიგებულია? ანუ ის, რომ ადამიანის ქცევა ცალკეული იზოლირებული რეაქციისგან კი არ შედგება, არამედ მისთვის გარკვეული პატერნი, ორგანიზაცია და ინტეგრაციაა დამახასიათებელი. ამ მიმართებით ხშირად გამოიყენება ცნება Self - “თვით”, “მეობა”, თვითობა”, “პირადობა”, “თვითონ,” “ჩემი თავი”. იგი ნაცვალსახელ “მე“-თი შეიძლება იყოს გადმოცემული, რაც არსებობის, ყოფის დამადასტურებელია. ბევრი ფსი-

ქოლოგი მე-ს წამყვან მნიშვნელობას ანიჭებს, თუმცა არიან ისეთებიც, ვინც მე-ს ცნების საჭიროებას რადიკალურად უარყოფს.

ჩვეულებრივ, მე-ს ცნებას მეცნიერები სამი მიზეზით მიმართავენ:

1. საკუთარი თავის ცნობიერება ჩვენი ფენომენოლოგიური ანუ სუბიექტური განცდის მნიშვნელოვანი ასპექტია;
2. წარმოდგენა, რაც გაგვანჩია საკუთარი თავის შესახებ, ხშირ შემთხვევაში, გაკლენას ახლენს ჩვენ ქცევაზე;
3. მე-ს ცნება ადამიანის ქცევის ორგანიზებული, ინტეგრირებული ასპექტების გამოსახატავად გამოიყენება. პასუხად კითხვაზე – არის კი ესოდენ აუცილებელი მე-ს ცნების გამოყენება, ცნობილმა პერსონალოგმა გორდონ ოლპორტმა განაცხადა, რომ არაერთი ფსიქოლოგის მკვლელობა ადამიანის პიროვნების ინტეგრირებულობა, სტრუქტურირებულობა და მთლიანობა მე-ს ცნების გარეშე აეხსნა, ამას აღმოჩნდა.

მე-ს ცნებაზე თუ უარს ვიტყვით, ქცევის მაინტეგრირებელ ასპექტთა ასახსნელად ალტერნატიული ცნება მაინც დაგვჭირდება. უძიობესია თვითონ მე-ს კვლევა მკაცრი სამეცნიერო მეთოდებით წარიმართოს, რათა “მე” არ წარმოვიდგინოთ როგორც ჩვენ შიგნით დაბუდებული პატარა უცნაური არსება.

ამრიგად, რით უნდა აიხსნას პიროვნების მთლიანობა და ინტეგრირებულობა და რამდენად აუცილებელია ამისთვის მე-ს ცნება. ეს პიროვნების ფსიქოლოგიის ერთ-ერთი მთავარი საკითხია.



## სნობიერების განსხვავებული მდგომარეობები და არასნობიერის სნება

რამდენად ვაცნობიერებთ საკუთარ შინაგან ცხოვრებას და საკუთარი ქცევის მიზეზებს? ფსიქოლოგთა უმრავლესობა აღიარებს ცნობიერების განსხვავებული მდგომარეობების არსებობას. ნარკოტიკულ ნივთიერებათა გავრცელებამ და ამასთანავე, აღმოსავლური რელიგიებით გატაცებამ და მედიტაციის ტექნიკებით დაინტერესებამ, დასავლეთში ცნობიერების ალტერნატიულ მდგომარეობათა მთელი სპექტრის მიმართ დიდი ინტერესი განაპირობა. მათი კვლევა აუცილებელია, რომ ჩვენი ყურადღების მიღმა არ დარჩეს ფაქტორები, რომლებიც არაცნობიერად გავლენას ახდენს ჩვენ ქცევაზე. ამასთანავე, ბევრს არ აკმაყოფილებს არაცნობიერის ფროიდის თეორია, რადგანაც მასში ძალიან ბევრი რამ ემპირიულ კვლევის გარეშე არაცნობიერზეა გადამისამართებული.

მაინც როგორ უნდა აიხსნას ისეთი განსხვავებული მოვლენები, როგორიცაა მცდარი, უნებლიე მოქმედებები, წამოცდენები, სიზმრები და გარკვეულ ვითარებაში წარსულის იმ ეპიზოდების გახსენება, რომლებიც სრულიად დავიწყებული გვეგონა? ყველა ეს მოვლენა დამოუკიდებელია, თუ მათ შორის კავშირი არსებობს? მათი ინტერპრეტირება არაცნობიერის ცნებას საჭიროებს თუ ალტერნატიული ახსნაც შესაძლებელია?

### აზრს, ბრძნობას და ქსეპას შორის მიმართება

რაოდენ მჭიდროა ჩვენ აზრებს, გრძნობებს და რეალურ მოქმედებებს შორის კავშირი? შეიძლება, რომ ერთი გავლენას ახდენდეს მეორეზე: გრძნობები ცვლიდეს ჩვენ აზრებს ან აზ-

რები გრძნობებს ან ეგებ ერთიც და მეორეც საცხებით შესაძლებელია?

პიროვნება კოგნიციებს (აზრებს, წარმოდგენებს), აფექტებს (ემოციებს, გრძნობებს) და რეალურ ქცევას შეიცავს. რამდენად იმსახურებს ეს პროცესები კვლევას და რა სახისაა მათ შორის მიმართება?

რადიკალური ბიპეიორიზმი ყურადღებას ხილულ (ღია) ქვევაზე ამახვილებდა და უარს აცხადებდა შინაგანი პროცესების – აზრებისა და გრძნობების კვლევაზე. მოგვიანებით, “კოგნიტურ რევილუციას” ფსიქოლოგიაში კოგნიტური თეორიების დომინირება და გრძნობათა სფეროს უგულვებელყოფა მოჰყვა. ამჟამად ეს მდგომარეობა თანდათანობით სწორდება.

პიროვნების ფსიქოლოგები განსხვავებულ მნიშვნელობას და წონას ანიჭებენ პიროვნების ფუნქციონირების თითოეულ ამ სფეროს, რაც გაველენას ახდენს იმაზე, თუ საკუთრივ რა შეისწავლება, როგორ ტარდება გამოკვლევა ან პიროვნების დიაგნოსტიკა. განსხვავებულია ფსიქოლოგთა შეხედულება აზრებს, გრძნობებს და ქცევას შორის მიზეზ-შედეგობრივი კავშირების შესახებაც: ზოგისთვის ქცევაში და აზრების აღმოცენებაში გადამწყვეტი როლი ეკუთვნის აფექტებს ანუ გრძნობებს, სხვები – ქცევასა და გრძნობების წარმოქმნაში წამყვან როლს კოგნიციებს ანუ აზრებს ანიჭებენ.

## წარსულის, აწმყოს და მომავლის ბაველენა ქვევაზე

საკუთარი წარსულის “მიქელები” ვართ თუ წარმოსახული მომავლის გავლენა უფრო ძლიერია? – საკითხი ეხება წარსულის, აწმყოს და მომავლის მნიშვნელობას ქცევის რეგულაციაში. ყველა ფსიქოლოგი დაეთანხმება აზრს, რომ ქცევაზე გავლენას

ახდენს შორეული და ახლო წარსული. ზუსტად ასევე, ჩვენ აწმყო შეხედულებებზე შეიძლება გავლენა იქონიოს საკუთარმა ფიქრებმა ახლო და შორეულ მომავალზე. პერსონოლოგები განსხვავდებიან იმით, თუ რა არის მათთვის აწმყო ქცევის ლეტერმინანტი – მომავალი თუ წარსული. ერთ პოლუსზე იმყოფება ფსიქოანალიზი, რომელიც უდიდეს მნიშვნელობას წარსულში შექონილ გამოცდილებას ანიჭებს, მეორე პოლუსზე კოგნიტური თეორია, რომელშიც აქცენტირებულია ინდივიდის სამომავლო გეგმები. მაგრამ მთავარი ის არ არის, შეუძლია თუ არა წარსულში მომხდარ მოვლენებს გრძელვადიანი გავლენა იქონიოს პიროვნებაზე ანდა სამომავლო მოვლენებმა იმოქმედოს აწმყოზე (ეს არაერთარ ეჭვს არ იწვევს). პრობლემა მდგომარეობს იმაში, როგორ უნდა აღიწეროს წარსული გამოცდილების ან ანტიციპირებული, წარმოსახული მომავლის როლი და, რაც მთავარია, ქცევაზე მათი გავლენა აწმყოს როგორ დაეუკავშიროთ.

### ძირითადი ცნებები

პიროვნება – ადამიანის მახასიათებლები, რომლებიც ქცევის შეთანხმებულ გამოვლინებებზეა პასუხისმგებელი.

სტრუქტურა – პიროვნების თეორიის ცნება, რომელიც პიროვნების ყველაზე მყარ და უცვლელ ასპექტებს მოიცავს.

პროცესი – პიროვნების თეორიის ცნება, რომელიც პიროვნების მოტივაციურ ასპექტებს მოიცავს.

### ძირითადი დებულებები

1. პიროვნების კვლევა არის სისტემატური მცდელობა გამოვლენილ იქნას და აიხსნას ადამიანის აზრების, გრძნობების და ხილული ქცევის შეთანხმებულობა, მთლიანობა და რეგულარობა.

2. პიროვნების არაერთი განსაზღვრება არსებობს და, ამასთანავე, თითოეული მოწოდებულია პიროვნება როგორც მწყობრი, მთლიანი სისტემა განიხლოს.
3. პიროვნების ფუნქციონირების გასაგებად პიროვნების თეორეტიკოსები – პერსონოლოგები – სვამენ კითხვებს: "რა?" (სტრუქტურა), "რატომ?" (პროცესი) და "როგორ" (ზრდა და განვითარება). კითხვები აგრეთვე ფსიქოპათოლოგიას და პიროვნულ ცვლილებებს ეხება.
4. ფუნდამენტური სახის პრობლემები მუდმივად დგას პიროვნების ფსიქოლოგიის წინაშე. ამ პრობლემათა გადასატრელად მოწოდებული პასუხები თეორიებს ერთმანეთისგან არსებითად განასხვავებს.
5. ფსიქოლოგი, რიგითი ადამიანისგან განსხვავებით, ეწევა სისტემატურ დაკვირვებებს, მკაფიოდ აყალიბებს თავის თეორიას და კონკრეტული ვარაუდების შემოწმების მკაცრ მეთოდებს ქმნის.
6. პიროვნების თეორია ახდენს დაგროვილი ცოდნის სისტემატიზებას და გვთავაზობს პასუხებს იმაზე, რაც ჩვენთვის ჯერჯერობით უცნობია. პიროვნება იმდენად რთული ორგანიზაციაა, რომ მისი ახსნისა და გაგებისთვის თეორია სრულიად აუცილებელია.

## პიროვნების მეცნიარული ავლვა

რა სახის მონაცემებია საინტერესო ფსიქოლოგისთვის, რომელიც პიროვნებას შეისწავლის? რა ტიპის ინფორმაცია გვჭირდება, რომ ადამიანის სისტემატური კვლევა ვაწარმოოთ? ამგვარი ინფორმაცია 4 კატეგორიად იყოფა: **სსოვრების ჩანაწერები, დაკვირვების მონაცემები, ბანტირების მონაცემები და თვითნაგარიზები.**

**სსოვრების ჩანაწერები.** ამ მონაცემებს განეკუთვნება ინფორმაცია, რომელიც სხვადასხვა დოკუმენტში და საბუთშია დაფიქსირებული. მაგალითად, თუ გვინდა გავიგოთ კავშირი ინტელექტსა და სასკოლო წარმატებას შორის, შეგვიძლია საკლასო ჟურნალებში ჩაწერილი ნიშნები გამოვიყენოთ; ხოლო თუ გვინტერესებს კავშირი პიროვნულ თავისებურებებსა და დანაშაულებრივ ქცევას შორის, დანაშაულებრივი ქცევის კრიტიკრიუმად შეგვიძლია დაპატიმრების, ბრალდების და განაჩენის საარქივო ჩანაწერები გამოვიყენოთ.

**დაკვირვების მონაცემები.** ეს არის ინფორმაცია, რომლის მიღება შესაძლებელია საქმეში ჩახედული დამკვირვებლებისგან, როგორც არიან მშობლები, მასწავლებლები, მეგობრები. ჩვეულებრივ, ამგვარი მონაცემები პიროვნულ ნიშანთა შეფასებით მიიღება: მაგ., მეგობრებს თხოვენ შეაფასონ ინდივიდი კომუნიკაბელურობის, ექსტრავერსიის და სინდისიერების ნიშნით. ზოგჯერ დამკვირვებლებს საგანგებოდ ასწავლიან როგორ აწარმოონ ხანგრძლივი დაკვირვება ადამიანის ყოველდღიურ ცხოვრებაზე. მაგალითად, ბავშვთა საზაფხულო ბანაკის აღმუ-

რდელებს ასწავლიან სისტემატურ დაკვირვებას ბავშვის ქცევის ცალკეულ ასპექტებზე, როგორცაა თავდაჯერებულობა, ემოციური სიმტკიცე, საკომუნიკაციო უნარები და სხვ. თუ დამკვირვებელთა მონაცემები ერთმანეთს დაემთხვა, ეს ნიშნავს, რომ მონაცემები სანდოა.

**პასაჰირაჰის მონაცემები.** ეს არის ინფორმაცია, რომელიც ექსპერიმენტული პროცედურებით ან სტანდარტიზებული ტესტების მეშვეობით მიიღება. მაგალითად, ბავშვის შორეული მოტივაცია შეიძლება გაიზომოს იმის მიხედვით, რამდენი ხნით შესძლებს იგი გადადოს უშუალო მოთხოვნის დაკმაყოფილება დიდი ჯილდოს მიღების მოლოდინში, ნაცვლად იმისა, რომ სწრაფად დაიკმაყოფილოს მოთხოვნა, გაცილებით მცირე ჯილდოს პირობებში. სტანდარტიზებული ტესტებით გათვალისწინებულ დავალებათა შესრულება, როგორცაა, მაგ., ინტელექტის ტესტები, ასევე ტესტირების მონაცემთა ნიმუშია.

**თავითანობრივები.** ეს არის საკუთარი თავის შესახებ თვითონ ცდისპირის მიერ მოწოდებული ინფორმაცია, რაც კითხვებზე პასუხის ფორმით მიიღება. ასეთ შემთხვევაში ადამიანი საკუთარ თავს აფასებს სკალებით (მაგ., “მე სინდისიერი ადამიანი ვარ”). პიროვნული კითხვარები შეიძლება ერთ რომელიმე ნიშანს (მაგ., ოპტიმიზმს) ეხებოდეს ან მთელ პიროვნულ სტრუქტურას მიიცავდეს.

იბადება კითხვა: რამდენად ემთხვევა ერთმანეთს სხვადასხვა მონაცემებით მიღებული მაჩვენებლები? თუ ადამიანმა მაღლა შეაფასა საკუთარი თავი ისეთი პიროვნული ნიშნის მიხედვით, როგორცაა სინდისიერება, შეაფასებენ მას ასეთად სხვები (მეგობრები, მასწავლებლები)? სათანადო კითხვარის გამოყენებით მიღებული ინდივიდის დეპრესიის მაღალი მაჩვენებელი

ნებლები დაემთხვევა პროფესიონალი ინტერვიუერის მიერ გამოტანილ შეფასებას? თუ ინდივიდი საკუთარ თავს ექსტრავერტად მიიჩნევს, შეფასდება იგი ასეთად ლაბორატორიულ ექსპერიმენტშიც (მაგ., ჯგუფურ დისკუსიაში მონაწილეობისას), რომელიც საგანგებოდ დაიგეგმა ამ პიროვნული ნიშნის შესასწავლად? ცნობილია, რომ კითხვართა მეშვეობით მიღებული ქულები ხშირად ლაბორატორიულ პირობებში მიღებულ მონაცემებს არ ემთხვევა. კითხვარები, როგორც წესი, შეიცავენ გაცილებით ფართო და ზოგად მოსაზრებებს სიტუაციათა დიდი მრავალფეროვნების მიმართ (მაგ., “საზოგადოდ, საკმაოდ გაწონასწორებული ადამიანი ვარ”), მაშინ როცა ექსპერიმენტული პროცედურა პიროვნულ თვისებებს სრულიად კონკრეტულ კონტექსტში ზომავს. ამგვარად, ტესტირების მონაცემები და თვითშეფასების მონაცემები, ჩვეულებრივ, ერთმანეთისგან განსხვავდება.

რა მიმართებაა თვითანგარიშებსა და გარეშე დამკვირვებელთა შეფასებებს შორის? ამ საკითხში ფსიქოლოგთა აზრი იყოფა: ნაწილი მიიჩნევს, რომ მეგობართა და მეუღლეთა მიერ მიცემული პიროვნული ნიშნების შეფასებები ძირითადად ემთხვევა ადამიანის თვითშეფასებებს, სხვების აზრით კი – არა. როცა შესაფასებელი ნიშანი პიროვნულად მნიშვნელოვანია (მაგ., ჭკუა, გულკეთილობა), თვითშეფასების პროცესში იჭრება მიკერძოება და აქვეითებს ობიექტურობას (ანუ საკუთარ და სხვათა შეფასებებს შორის შესაბამისობას). გარდა ამისა, ზოგიერთი პიროვნული ნიშანი დაკვირვებისთვის უფრო ხელმისაწვდომია, ვიდრე სხვა (მაგ., კომუნიკაბელურობა, განსხვავებით ნევროტიულობისგან), რაც თვითშეფასებასა და დამკვირვე-

ბელთა შეფასებებს შორის უფრო მაღალ შეთანხმებულობას განაპირობებს.

რადგან სხვადასხვა მეთოდით დადგენილი პიროვნული მახასიათებლები ესოდენ განსხვავდება ერთმანეთისგან, ხომ შეიძლება იმის თქმა, რომ გაზომვის ერთი ხერხი სჯობია მეორეს? ამ კითხვას გადაჭრით ვერ ვუპასუხებთ.

მონაცემთა ყოველ კატეგორიას აქვს თავისი ძლიერი და სუსტი მხარეები. ზოგი ფსიქოლოგი უპირატესობას მონაცემთა ერთ წყაროს ანიჭებს, ნაწილი – მეორეს. ეს დამოკიდებულია კვლევის მიზნებზე, თუმცა ყველა დაეთანხმება იმას, რომ სხვადასხვა მიზნებისთვის ოთხივე ტიპის მონაცემთა გამოყენება სავსებით შესაძლებელია. მაგალითად, თუ გვინტერესებს ადამიანის სუბიექტური განცდა – როგორ განიცდის და აფასებს საკუთარ თავს და სხვა ადამიანებს, მაშინ თვითანგარიშების გამოყენება დაგვირდება; თუ გვინდა გავიგოთ რა წარმატებით ასრულებს ადამიანი რეალურ ამოცანებს – ტესტების გამოყენება ჯობია. იდეალური ვითარება იქნებოდა ერთსა და იმავე ცდისპირზე განსხვავებული კატეგორიის მონაცემთა მოპოვება. ამით პიროვნების ყოველისმომცველ სურათს მივიღებდით და გავიგებდით რატომ ემთხვევა ან არ ემთხვევა ერთმანეთს კონკრეტულ გაზომვებით მოპოვებული მაჩვენებლები.

## ევაირიული ავლუვისადმი სამი ძირითადი მიდგომა

პიროვნების კვლევაში, ჩვეულებრივ, სამიდან ერთ-ერთი მიდგომა გამოიყენება. ამ მიდგომების შესადარებლად სამივე მათგანს სტრესისა და უმწიობის გამოკვლევათა მაგალითზე განვიხილავთ. ეს დაგვანახებს სხვადასხვა პროცედურებით მიღებული მონაცემები როგორ აქსებს ერთმანეთს და მოკლენის



უყვრო ღრმა გაგებას განაპირობებს. სტრესისა და უმწეობის თემა შეირჩა იმიტომ, რომ ის თავისთავად საინტერესოა და, ამასთანავე, პიროვნების თანამედროვე კვლევაში მნიშვნელოვან როლს ასრულებს.

## ცალკეული შემთხვევის შესწავლა და კლინიკური კვლევა

**კლინიკური კვლევა** ცალკეული ინდივიდების ინტენსიურ შესწავლას გულისხმობს. კერძო, კონკრეტულ შემთხვევათა შესწავლამ და პაციენტებთან მომუშავე კლინიკოსტების მიერ ჩატარებულმა სიღრმისეულმა დაკვირვებებმა დიდი როლი შეასრულა პიროვნების რამდენიმე უმნიშვნელოვანესი თეორიის ჩამოყალიბებაში. ეს თეორიები და მათ საფუძველზე წამოყენებული ჰიპოთეზები მოგვიანებით საგანგებოდ შემოწმდა პიროვნული ტესტებით, კითხვარებით და ექსპერიმენტული მეთოდებით, მაგრამ საფუძველი ამ თეორიებს ჩაუყარა კლინიკურმა დაკვირვებებმა და მათ შემდგომ განვითარებაშიც დიდი წვლილი სწორედ კლინიკურ დაკვირვებებს მიეძღვის.

განვიხილოთ როგორ დაედო საფუძველად კლინიკური დაკვირვება სტრესის და უმწეობის განცდის შესწავლას.

შფოთვის ცნება, რომელიც მჭიდროდ უკავშირდება სტრესის ცნებას, ყოველთვის იპყრობდა დიდ ყურადღებას. ცნობილი ფსიქოლოგი-კლინიკოსტი როლო მეი ლიტერატურის მიმოხილვის საფუძველზე მივიდა დასკვნამდე, რომ შფოთვის არსებითი მახასიათებლები – საფრთხის წინაშე საკუთარი დაურწმუნებლობისა და უმწეობის განცდებია. დაურწმუნებლობა (ანუ მტკიცე კოგნიტური სტრუქტურის უქონლობა) და უმწეობის განცდა (სიტუაციაზე კონტროლის არქონა) კლინიკური ლიტერატურის მუდმივი თემაა. დაურწმუნებლობა ხშირად გამოიხატება როგორც “გაურკვევლობის წინაშე შიში” და იგი უმწეო-

ბას და უსუსურობას უკავშირდება. უცნობი და უხილავი საფრთხე ქმნის სიტუაციას, როდესაც ვერ ხერხდება ქცევის წარმართვა გარკვეულ მიზანზე, რასაც გონების პარალიზება და უმწეობის განცდის აღმოცენება მოსდევს. სტრესზე რეაგირების მრავალ კლინიკურ გამოკვლევათა შორის აღსანიშნავია ფსიქონალიტიკოსების გრინკერისა და შპიგელის წიგნი “სტრესით მოცული მამაკაცები”. იგი II მსოფლიო ომის მონაწილე მფრინავთა რეაქციებს მიეძღვნა.

### *სტრესზე რეაქციები საბრძოლო მოქმედებების დროს*

საპაერო ბრძოლების მონაწილეთა სტრესზე საერთო და გასხვავებულ რეაქციათა წარმომავლობის ასახსნელად ავტორები ჩამოთვლიან სხვადასხვაგვარ საფრთხეებს, რომლებიც ემუქრებოდა მფრინავებს, ჯგუფური მორალის ნორმებს, რომლებსაც ეყრდნობოდნენ მფრინავები, რათა აეტანათ მუდმივი საფრთხე და სვაიმენ კითხვას: “რისი ეშინიათ მფრინავებს?” კლინიკური საუბრებიდან ირკვევა, რომ ყველაზე ძლიერი შიში მტრის აქტიურ მოქმედებებს უკავშირდება, როდესაც მტერი საბრძოლო თვითმფრინავებს და საზენიტო ქვემეხებს იყენებს. მაგრამ თვითმფრინავი შფოთვის ისეთი ძლიერი წყარო არ არის, როგორც “საზენიტო ქვემეხი, რომელიც უპიროვნო და უღმობელია!” უძლიერი სტრესორია ის, რომ “ირგვლივ არაფერი მოასწავებს საფრთხეს. იერიშის დაწყების არავითარი ნიშანი არ ჩანს, მზარდ შფოთვასთან გამკლავება სულ უფრო ძნელი ხდება!”

სტრესზე თავდაპირველი რეაქცია დაძაბულობის და ზესიფხიზლის ზრდაა – ადამიანი ფიზიკურად და ფსიქოლოგიურად ემზადება განსაცდელისთვის, რათა პირისპირ შეხედეს საფრთხეს და საკუთარ თავსა და სიტუაციაზე როგორმე კონ-

ტროლი შეინარჩუნოს. მაგრამ შორიახლო ჩამოყარდნილი ყუმბარა, ფიზიკური დადლილობა და თანამებრძოლთა დაღუპვა არყევს სულიერ წონასწორობას და ადამიანს უმწეობის განცდა და, შესაბამისად, ძლიერი შფოთვა ეუფლება. შფოთვის შესამცირებლად მფრინაყები ეჭიდებიან აზრს – “მე არაყერი მომივა!” ან კიდევ სხვადასხვა “მაგიურ” რიტუალებს ასრულებენ და ამით ზებუნებრივ ძალებს ანდობენ თავის ბედს. ყველა ეს ფანდი კონტროლის დაკარგვის წინააღმდეგ მიმართული ძალისხმევა და საკუთარ უმწეობასთან გამკლავების მცდელობაა.

ხანგრძლივმა სტრესმა შეიძლება ყველა ტიპის ნევროტული რეაქცია და ფსიქოსომატური სიმპტომი გამოიწვიოს. ეს მოვლენები ერთიანდება ჯგუფში, საერთო სახელწოდებით “*ოპერაციული დადლილობა*”. ჩვეულებრივ, ის შფოთვის, დეპრესიის და ფსიქოსომატური რეაქციების ნაზავია.

## ლაბორატორიული კვლევა და ექსპერიმენტი

**ნასაპირიანებელი კვლევის** დროს მკვლევარი კონტროლს აწესებს ცვლადებზე, რათა დაადგინოს მათ შორის არსებული მიზეზ-შედეგობრივი კავშირები (“თუ . . . მაშინ”). მკვლევარს შეუძლია შექმნას პირობები, რომლებიც უსრუნველყოფს შფოთვის მაღალ, საშუალო და დაბალ დონეებს და დააკვირდეს რა გავლენას იქონიებს შფოთვის ეს განსხვავებული დონეები აზროვნებაზე და პიროვნებათაშორისო ურთიერთობებზე. ექსპერიმენტის მთავარი მიზანია მოვლენათა მიზეზების შესახებ გარკვეული აზრის შემუშავება ანუ ორი ცვლადიდან ერთის შეცვლით მეორეში ცვლილების მიღება.

კლინიკური კვლევა და ექსპერიმენტი რიგი ასპექტებით ერთმანეთის საპირისპიროა. კლინიციანები შეძლებისდაგვარად ცდილობენ დაუახლოვონ თავისი დაკვირვებები რეალურ ცხოვ-

რებას, მოკლენათა ბუნებრივ მსკლელობაში არ ერეიან და მცირერიცხოვან ცალკეულ ინდივიდებს იკვლევენ. ლაბორატორიული ექსპერიმენტული კვლევა კი ცვლადებზე მკაცრ კონტროლს და მრავალრიცხოვან ცდისპირთა გამოკვლევას გულისხმობს.

### დასწავლილი უმწეობა

ექსპერიმენტული მიდგომის შესაძლებლობების შესაფასებლად, განვიხილოთ სტრესის და უმწეობის შესწავლაზე მიმართული კვლევითი პროგრამა. ერთ-ერთ თავის ადრეულ გამოკვლევაში მარტინ სელიგმენმა კოლეგებთან ერთად აღმოაჩინა, რომ ძაღლები, რომლებიც იღებდნენ მოულოდნელ და არაკონტროლირებად ელექტროდარტყმებს ერთ სიტუაციაში, გადაქონდათ თავისი ეს უმწეობა სხვა სიტუაციებზე. სადაც საკსებით შესაძლებელი იყო ელექტროდარტყმების აცილება. პირველ სიტუაციაში ძაღლები აღმოჩნდნენ ისეთ ვითარებაში, რომ რაც არ უნდა ექნათ, როგორც არ უნდა ყოფილიყო მათი რეაქცია – ეს ვერავითარ გაკლენას ვერ მოახდენდა ელექტროდენის ჩართვა-გამორთვაზე და არც მისი მუხტების ხანგრძლივობასა და ინტენსივობაზე. როცა იგივე ძაღლები მოათავსეს მეორე, განსხვავებულ სიტუაციაში, სადაც ჯებირზე გადახტომით ძაღლს შეეძლო გაქცეოდა ელექტროდარტყმებს, ძაღლების უმეტესობა ამას არ აკეთებდა – მაშინვე ნებდებოდა და ელექტროდენის დარტყმებს უდრტვინველად იღებდა. წინმსწრებმა ვითარებამ ასწავლა ძაღლებს, რომ მცდელობებს შედეგი არ მოაქვს. მათ ეს “მწარე გამოცდილება” მეორე სიტუაციაზე გადაიტანეს და უარი თქვეს გამოსავალის ძიებაზე. ასე განჩნდა ფსიქოლოგიაში **დასწავლილი უმწეობის** ცნება.

ძაღლების ქცევა, რომლებმაც დაისწავლეს, რომ არიან უმწეონი, განსაკუთრებით საკვირველი იყო იმ ძაღლების ფონ-

ზე, რომლებსაც მანამდე ელექტროდარტყმები არ მიუღიათ. ვითარებაში, სადაც შეიძლებოდა ელექტროდარტყმებისგან თავის დაღწევა, ეს “გამოუცდელი” ძაღლები პანიკურად აქეთ-იქეთ აწყდებოდნენ, სანამ შემთხვევით არ მიაგნებდნენ ქცევას, რითაც ელექტროდარტყმებს აიცდენდნენ. შემდგომში, ყოველ ჯერზე ძაღლები ამ ქცევას სულ უფრო სწრაფად პოულობდნენ, ბოლოს კი იმასაც ახერხებდნენ, რომ საერთოდ არ მიეღოთ ელექტროდარტყმები. ამ “სალი” ძაღლებისგან განსხვავებით, უმწიკობაათვისებული ძაღლები ჯერ ასევე გააფთრებით აწყდებოდნენ აქეთ იქეთ, მაგრამ შემდეგ ჩერდებოდნენ, ძირს წვებოდნენ და წკმუტუნს იწყებდნენ. მტკივნეული პროცედურის განმეორებისას ძაღლები სულ უფრო სწრაფად ნებდებოდნენ და დარტყმებს სულ უფრო პასიურად იღებდნენ.

ექსპერიმენტატორებმა სცადეს გაეადვილებინათ ძაღლებისთვის ელექტროდარტყმების აცილება და საკვების მიწოდებით როგორმე გაეტყუებინათ უსაფრთხო ზონაში. ყველაფერი ამოა აღმოჩნდა – ძაღლები აგრძელებდნენ ადგილზე წოლას.

მომდევნო კვლევებმა აჩვენა, რომ იგივე მოვლენა შეიძლება მივიღოთ ადამიანთანაც თუ ძლიერ ხმაურს გამოვიყენებთ. დასწავლილი უმწიკობა აუტანელი ხმაურის თმენაში გამოიხატა. კვლევებმა დაადასტურა, აგრეთვე, რომ დასწავლილ უმწიკობას აქვს გენერალიზაციის უნარი ანუ ის მოქმედებათა ფართო სპექტრზე ვრცელდება. საგულისხმოა, რომ უმწიკობა დაისწავლება მაშინაც, როდესაც ადამიანი უმწიკო ქცევის ნიმუშებს უბრალოდ აკვირდება.

სელიგმენმა დასწავლილი უმწიკობის ფენომენი ახსნა იმით, რომ ცხოველმა და ადამიანმა დაისწავლა, რომ საბოლოო შედეგები მასზე არ ყოფილა დამოკიდებული. ხოლო მოლოდინი, რომ რეზულტატები არ არის დამოკიდებული ორგა-

ნიზმის რეაქციებზე, გაელენას ახდენს კოგნიტურ და მოტივაციურ სფეროზე;

1. უმართავი მოვლენები ამცირებენ მოტივაციას მოიძებნოს სხვაგვარი რეაქციები, ისეთები, რომლებიც სიტუაციას “კონტროლზე აიყვანს”;
2. წინმსწრები მოვლენის უმართავობის შედეგად ორგანიზმს უძნელდება იმის ათვისება, რომ მის რეაქციებს შეუძლია რაიმე გაელენა მოახდინოს სხვა მოვლენებზე;
3. მოვლენათა უკონტროლობის განცდის გამოცდილება თანდათანობით იწვევს იმდაგვარ ემოციურ მდგომარეობას, რასაც ადამიანთან ღებრესია ეწოდება;

სწორედ ასეთია დასწავლილი უმწეობის თეორია, რომელიც ამ მდგომარეობის თავიდან აცილების და, ამასთანავე, კორექციის ვარაუდებს შეიცავს. დასწავლილი უმწეობის მოდელი და მასთან დაკავშირებული ექსპერიმენტები, მართლაც, ძალზე შთაბეჭდავია. ძაღლებზე, კატებზე, ვირთაგვებზე და თევზებზე ჩატარებულმა ცდებმა ცხადად დაადასტურა ამ ფენომენის არსებობა. ადამიანებთან ამ ექსპერიმენტის ჩასატარებლად დასწავლილი უმწეობის მოდელის ახლებური, უფრო ამომწურავი ფორმულირება გახდა საჭირო.

მარტინ სელიგმენის კვლევითმა პროგრამამ ექსპერიმენტული კვლევის ძლიერი მხარეები დაგვანახა.

## პიროვნული კითხვარები და კორელაციური კვლევები

პიროვნული ტესტები და კითხვარები გამოიყენება მაშინ, როდესაც ცალკეულ ინდივიდთა ინტენსიური შესწავლა შეუძლებელი ან არასასურველია და როდესაც ლაბორატორიული ექსპერიმენტების ჩატარება შეუძლებელია. გარდა ამისა, პიროვნულ კითხვართა უპირატესობა ისაა, რომ ერთდროულად

მრავალი ცდისპირის შესახებ დიდი რაოდენობის ინფორმაცია გროვდება (თუმცა, ამ შემთხვევაში ერთი ინდივიდი არ შეისწავლება ისე ამომწურავად, როგორც კლინიკური მიდგომის დროს). მკვლევარს შეუძლია მრავალი განსხვავებული ცდისპირის ასევე მრავალი პიროვნული თვისება შეისწავლოს. პიროვნული ტესტების და კითხვარების გამოყენება, ძირითადად, ინდივიდებს შორის განსხვავებათა დადგენას უკავშირდება. მაგალითად, ფსიქოლოგებს აინტერესებთ ინდივიდუალური სხვაობები შფოთვის, კომუნიკაბელურობის ან დომინანტურობის გამოვლინებაში; ან კიდევ, გარკვევა ერთ პიროვნულ მახასიათებელში სხვაობა უკავშირდება თუ არა განსხვავებულობას სხვა მახასიათებელში, მაგალითად, თუ ადამიანი შფოთვის მაღალი დონით ხასიათდება ნიშნავს ეს, რომ იგი ნაკლებად ან მეტად კრეატიული იქნება? ამგვარ კვლევებს **პორაფაზიური** ეწოდება. კორელაციური კვლევებით ცდილობენ ორ ან მეტ ცვლადს შორის კავშირების დადგენას. კორელაციის კოეფიციენტის მიხედვით შეგვიძლია, მაგალითად, ვთქვათ, რომ შფოთვა *კავშირშია* მომატებულ რიგიდულობასთან (აზროვნების სიხისტესთან), მაგრამ ვერ ვიტყვით, რომ შფოთვა *იწვევს* რიგიდულობის ზრდას ანუ მიზეზ-შედეგობრივ კავშირს ვერ დაკავდასტურებთ. იმის გამო, რომ აქცენტს აკეთებს ინდივიდუალურ სხვაობებზე და ერთდროულად მრავალ ცვლადს შეისწავლის, კითხვარები და კორელაციური კვლევები პიროვნების მკვლევართა შორის მეტად პოპულარულია.

*კონგროლის მინავანი-გარეგანი ლოკუსი  
(ინგერნალობა-ექსტერნალობა)*

ექსპერიმენტული და კორელაციური მიდგომების შედარების საშუალებას დასწავლილი უმწივების ექსპერიმენტების სე-

რია იძლევა. ერთ-ერთ მათგანში აღმოჩნდა, რომ ინდივიდუალური სხვაობები დასწავლილი უმწეობის ჩამოყალიბებაში დამოკიდებულია ისეთ პიროვნულ მახასიათებელზე, როგორცაა **კონტროლის ლოკუსი**.

კონტროლის ლოკუსი პიროვნების სოციალური დასწავლის შემადგენელი ნაწილია. ამ ცნების ავტორია ჯულიან როტერი. კონტროლის ლოკუსი ადამიანის ზოგადი მოლოდინია მის ცხოვრებაში მომხდარ გადამწყვეტი მნიშვნელობის მოვლენათა მიზეზები საკუთარ თავში ან სხვაგან, გარეთ დაინახოს. ერთ პოლუსზე იმყოფებიან ადამიანები, რომლებიც ფიქრობენ, რომ ხელთ უპყრიათ საკუთარი ცხოვრების მართვის სადავე და ეს იქნება კონტროლის შინაგანი ლოკუსი ანუ ინტერნალობა, ხოლო მეორეზე – ადამიანები, რომლებიც დარწმუნებული არიან, რომ მათი ცხოვრების მნიშვნელოვან მოვლენებს განაგებს გარეგანი ძალები და მოვლენები (შემთხვევა, ბედისწერა, იღბალი), რაც კონტროლის გარეგან ლოკუსზე ანუ ექსტერნალობაზე მიუთითებს.

რადგანაც კონტროლის გარეგანი ლოკუსის მქონე ადამიანთა შეხედულებები ძალიან ჰგავს დასწავლილი უმწეობისთვის დამახასიათებელ შეხედულებებს, სავარაუდოდ, ადამიანები, რომლებიც განსხვავდებიან კონტროლის ლოკუსის მაჩვენებლებით, ასევე განსხვავებულად მოიქცევიან დასწავლილი უმწეობის სატესტო, ხელოვნურად შექმნილი გამოუვალი მდგომარეობის ექსპერიმენტულ სიტუაციაში. ეს ვარაუდი კვლევაში დაადასტურა.

### *მიზეზობრივი (კაუზალური) აგრიბუციები: ახსნის სტილი*

უკეთ რომ გავიგოთ პიროვნების შესწავლისადმი კორელაციური მიდგომა და, აგრეთვე, კითხვარებისა და ექსპერიმენ-



ტული პროცედურების კომბინირებული გამოყენება – გაეგრძელოთ დასწავლილი უმწეობის კვლევის ანალიზი. დასწავლილი უმწეობის ფენომენის გასააზრებლად ძალზე მნიშვნელოვანია იმის გათვალისწინება თუ რა ინტერპრეტაციას აძლევს დართ ხსნის საკუთარ უმწეობას თვითონ ადამიანი. ამ მიმართულებით წარმოებულ კვლევას დასწავლილი უმწეობის მოდელის დახვეწა მოჰყვა. მოდელის თანახმად, ადამიანი ცდილობს გაიგოს რატომ არის უმწეო და ამ კითხვას მიზეზ-შედეგობრივი (კაუზალური) ატრიბუციის კატეგორიებში პასუხობს. ყველაზე მნიშვნელოვანია მიზეზობრივი ატრიბუციის სამი პარამეტრი: ერთი, რომ ადამიანს შეუძლია თავისი უმწეობის მიზეზი თავის თავს ან სიტუაციას მიაწეროს, ანუ მიზეზი ან საკუთარ თავში ან სიტუაციის თავისებურებებში ეძიოს და, შესაბამისად, უმწეობის მიზეზი გარეთ ან შიგნით დაინახოს; მეორე – ადამიანს შეუძლია უმწეობა ამ კონკრეტული სიტუაციისთვის სპეციფიკურ ფაქტორებს ან გარე ან შიდა უფრო ზოგად ვითარებას მიაწეროს; მესამე – სიტუაციის თავისებურებები ადამიანმა შეიძლება აღიქვას როგორც მეტნაკლებად უცვლელი და სტაბილური ან როგორც დროებითი და არასტაბილური.

ამრიგად, დასწავლილი უმწეობის გაუმჯობესებელი მოდელი ვარაუდობს, რომ არსებობს კაუზალური ატრიბუციის შემდეგი სამი პარამეტრი: *შინაგანი-გარეგანი, სპეციფიკური-გლობალური და სტაბილური-არასტაბილური*. გამოყენებული ატრიბუციის სახეს არაერთი შედეგი მოყვება. მაგალითად, თუ სიტუაციის მართვის შეუძლებლობა მიეწერება შინაგან ფაქტორებს, სავარაუდოდ, ეს გამოიწვევს თვითშეფასების უფრო მეტად დაქვეითებას, ვიდრე როდესაც ის გარეგან ფაქტორებს მიეწერება. სტუდენტს, რომელიც ხანგრძლივ წარუმატებლობას თავის არც თუ მაღალ ინტელექტს და არაკომპეტენტურობას მიაწერს, გაცილებით მეტად დაუქვეითდება თვითშეფასება,

ვიდრე იმ სტუდენტს, ვინც ფიქრობს, რომ მისი წარუმატებლობა სწავლების დაბალი დონის ბრალია. იმ შემთხვევაში, როდესაც სიტუაციაზე კონტროლის ნაკლებობას ადამიანი რაიმე გლობალურ ფაქტორებს მიაწერს, დასწავლილი უმწეობა უფრო ბევრ სხვა სიტუაციაზე გავრცელდება, ვიდრე როდესაც კონტროლის ნაკლებობა უფრო კონკრეტულ, სიტუაციურად სპეციფიკურ ფაქტორებს მიეწერება; და თუ ადამიანი კონტროლის ნაკლებობას მიაწერს სტაბილურ ფაქტორებს, როგორცაა საკუთარი უნიჭობა ან რთული სასწავლო პროგრამა, მოსალოდნელია დასწავლილი უმწეობის დროში უფრო დიდი სიმტკიცე, ვიდრე როდესაც უმწეობის მიზეზები მიეწერება არასტაბილურ ფაქტორებს – როგორ გრძობდა თავს გამოცდის დღეს სტუდენტი ან საკუთარ იღბალს თუ უიღბლობას. ამრიგად, იმის მიხედვით, თუ როგორ ატრიბუციას მიენიჭა უპირატესობა საკუთარი უმწეობის ასახსნელად, შეგვიძლია განვსაზღვროთ იქნება თუ არა უმწეობის მოლოდინები ქრონიკული თუ ამწუთიერი, გავრცელდება სხვა სიტუაციებზე თუ მხოლოდ კონკრეტული სიტუაციებით შემოიფარგლება და რა მოუწავთ თვითშეფასებას – დაქვეითდება იგი თუ არა. საგულისხმოა ვარაუდი, რომ შინაგანი, გლობალური და სტაბილური ატრიბუციები მნიშვნელოვან როლს ასრულებს დეპრესიის ჩამოყალიბებაში.

**აბრიკაზიული სკილის კითხვარი (ASQ).** დასწავლილი უმწეობისადმი ექსპერიმენტული მიდგომა კაუზალურ ატრიბუციებზე ზემოქმედებას და მათ მოტივაციურ და ემოციურ შედეგებზე დაკვირვებას ითვალისწინებს. მაგალითად, ცდისპირი შეიძლება ჩავაყენოთ ისეთ ვითარებაში, რაც მას საკუთარი მარცხის შინაგან ან გარეგან ატრიბუციისკენ უბიძგებს და ამის საფუძველზე განვსაზღვროთ, როგორ შეიცვლება მისი თვითშეფასება. რადგანაც ექსპერიმენტულად ატრიბუციის სასურველი ტი-

პის შემუშავებას არაერთი მეთოდოლოგიური სიმძნელე გადაე-  
ღობა, ამ მიმართულებით კვლევის სტიმულირების მიზნით შე-  
მუშავდა აბრიჯის სილინის კითხვარი. იგი გამიზნულია ატრი-  
ბუციის სამივე პარამეტრის მიხედვით განსხვავებების გასაზო-  
მად: ცდისპირს თხოვენ დაასახელოს 12 ჰიპოთეტური მოვლენ-  
ის მიზეზი და შემდეგ შეაფასოს ეს მიზეზები სკალებით, რა-  
თა გაირკვეს ატრიბუცია გარეგანია თუ შინაგანი, სპეციფიკუ-  
რი თუ გლობალური, სტაბილური თუ არასტაბილური. კითხ-  
ვარში მოყვანილი 6 ჰიპოთეტური მოვლენა სასიხარულოა და 6  
სამწუხარო, ზოგი მოვლენა პიროვნებათაშორისო ურთიერთო-  
ბებს ეხება, სხვები – რომელიმე სფეროში პირად წარმატებებს.  
ყარაუდი, რომ ადამიანისთვის დამახასიათებელია გარკვეული  
ატრიბუციული ტენდენცია ანუ სტილი და ის, რომ კითხვარის  
მეშვეობით შესაძლებელია მისი დადგენა – დადასტურდა.

დასწავლილი უმწეობის სტილის მიხედვით უმართავი  
უარყოფითი მოვლენების შინაგანი, სტაბილური და გლობალუ-  
რი ფაქტორებისთვის მიწერა თუმცა ვერ იქნება დეპრესიის მი-  
ზეზი და უბრალოდ მისი თანმხლები მოვლენაა, იგი მაინც  
ხელს უწყობს დეპრესიის ჩამოყალიბებას. დეპრესიისთვის ესო-  
დენ დამახასიათებელი თვითდადანაშაულება (რომ არა ვთქვათ  
თვითგვემა) კავშირშია საკუთარი ხასიათით და არა ქმედებე-  
ბით უკმაყოფილებასთან. ნეგატიური მოვლენები, რომლებიც  
მიეწერება ხასიათს (“ასეთი ვარ და რას ვიზამ!”) ნაკლებად  
მართვადია, ვიდრე მოვლენები, რომლებიც კონკრეტულ ქმედე-  
ბას მიეწერება (“ეს რა ჩავიდინე!”). გარდა ამისა, ხასიათით უკ-  
მაყოფილება ატრიბუციის უფრო სტაბილური და გლობალური  
ტიპია, ვიდრე ქმედებათა გამო საკუთარი თავის გაკიცხვა.

**ახსნის სტილი.** “ახსნის სტილი” ატრიბუციის სტილის თა-  
ნამედროვე სინონიმია. ჩატარდა არაერთი კვლევა, ძირითადად  
კორელაციური, რის საფუძველზე გაკეთდა შემდეგი დასკვნები:

1. დასწავლილი უმწეობის ყენომენი დასტურდება როგორც ადამიანთან, ისე ცხოველებთან;
2. ადამიანისთვის დამახასიათებელი ახსნის სტილი მთელი ცხოვრების მანძილზე რჩება უცვლელი;
3. ახსნის სტილი გავლენას ახდენს მოტივაციაზე, ემოციებზე და ქცევაზე. უფრო კონკრეტულად: პესიმისტური სტილი (ნეგატიურ მოვლენათა შინაგანი, სტაბილური და გლობალური ინტერპრეტაციები) უკავშირდება სუსტ მოტივაციას, დაბალ წარმატებას და უარყოფით ემოციებს; საპირისპირო სურათია ოპტიმისტური სტილის შემთხვევაში;
4. დასწავლილი უმწეობის სიმპტომები დეპრესიის სიმპტომებს ემთხვევა. დეპრესიული რეაგირებისადმი მიდრეკილი ინდივიდი ნეგატიურ მოვლენათა შინაგან, სტაბილურ და გლობალურ ახსნას მიმართავს, ხოლო დადებითი მოვლენების ასახსნელად გარეგან, არასტაბილურ და სიტუაციურად-სპეციფიკურ ინტერპრეტაციებს იყენებს; თუმცა დადგინდა, რომ ახსნის პესიმისტური სტილი დეპრესიას უკავშირდება, კვლევამ ვერ დაადასტურა, რომ იგი დეპრესიის მიზეზია;
5. საგანგებო თერაპიული მეთოდებით შესაძლებელია ახსნის სტილის შეცვლა და დეპრესიული მდგომარეობის მნიშვნელოვანი შემსუბუქება;
6. დასწავლილი უმწეობა და ახსნის პესიმისტური სტილი ჯანმრთელობის ცუდ მდგომარეობას უკავშირდება.

ამ შთამბეჭდავმა ფაქტებმა მარტინ სელიგმენს და მის კოლეგებს ოპტიმიზმის ინსტიტუტების შექმნა შთააგონა. ამ ინსტიტუტებში ჩატარდება პიროვნული კონტროლის საბაზო გამოკვლევები და მათ საფუძველზე პიროვნებას არა უმწეობა, არამედ იმედიანი განწყობები ჩამოუყალიბდება. ამ მუშაობას საზოგადოების ფსიქოლოგიური გაჯანსაღების ჰუმანიტარული

მიზანი ექნება: მოხდება მიღებული შედეგების გამოყენება სკოლებში, წარმოებაში და საზოგადოების სხვადასხვა სექტორში.

## პიროვნების ავლავისადმი ალბარნაბიულ მიღგრომათა შელარაბითი ანალიზი

გაეცანით პიროვნების კვლევის მიზნებს და უკვე შეგვიძლია შევაფასოთ სამი კვლევითი სტრატეგია: სხვადასხვა მიმართულებით მოქმედი თითოეული სტრატეგიის ღირსებები და ნაკლოვანებები.

### სალკეულ შემთხვევათა შესწავლა და კლინიკური კვლევა: ღირსებაები და ნაკლოვანებები

კლინიკურ გამოკვლევათა ღირსებები და ნაკლოვანებები განისაზღვრება იმით, თუ კონკრეტულად რა შეისწავლება და როგორ ტარდება გამოკვლევა. როგორც წესი, კლინიკურ გამოკვლევაში ჩვენთვის საინტერესო ქცევა პირდაპირ და უშუალოდ შეისწავლება. იგი შეიძლება ზოგიერთი ფენომენის (მაგ., საომარი სტრესის) შესწავლის ერთადერთი პროდუქტიული ხერხიც კი იყოს, რადგანაც სწორედ ცალკეულ შემთხვევათა შესწავლით შეგვიძლია პიროვნებაში მიმდინარე პროცესებისა და გარემოსთან მისი ურთიერთქმედების მთელ სირთულეს დაეკვირდეთ. უკვე აღვნიშნეთ, რომ პიროვნების ფსიქოლოგიას სხვა სფეროებისგან განასხვავებს პიროვნების შინაგანი სტრუქტურისა და პროცესების ორგანიზებისადმი განსაკუთრებული ყურადღება. კლინიკური კვლევა კი სიდრმისეული ორგანიზაციის შესწავლის შესაძლებლობას იძლევა. ამასთანავე, ამ ტიპის კვლევები ვერ იქნება დაცული მკვლევარის სუბიექტივიზმისგან, ეს კი სხვადასხვა მკვლევართა მიერ მიღებული მონაცემების განსხვავებულობას ბადებს. ამიტომაც, გამოჩენილი

პერსონოლოგი ჰენრი მიურეი დაბეჯითებით ითხოვდა ინდივიდუალურ შემთხვევათა კვლევის და ჯგუფური კვლევის ერთდროულ ჩატარებას და ურთიერთშეჯერებას.

### *სიტყვიერი ანგარიშების გამოყენება*

პიროვნების კლინიკურ გამოკვლევებში სიტყვიერი ანგარიშების გამოყენებას თან ახლავს სპეციფიკური პრობლემები: 1. ფსიქონალიტიკოსები და დინამიკური ორიენტაციის ფსიქოლოგები მიიჩნევენ, რომ ადამიანი ხშირად სრულიად გაუცნობიერებლად და უნებლიეთ მცდარად გადმოსცემს მოვლენებს – "ბავშვის აღქმა არაზუსტია, ბავშვები ცუდად აცნობიერებენ საკუთარ შინაგან მდგომარეობებს; მომხდარის შესახებ მათი მოგონებები შორსაა სინამდვილისგან და არც დიდები არიან ამ მხრივ უკეთესები" – წერდა მიურეი. 2. ექსპერიმენტატორი ფსიქოლოგები მიიჩნევენ, რომ ადამიანს არ გააჩნია საკუთარ შინაგან მდგომარეობათა შეფასების კრიტერიუმები და ინტერვიუერის კითხვაზე პასუხისას უფრო ხშირად ხელმძღვანელობს ფიქრით (ანუ ეყრდნობა ლოგიკას) თუ რას უნდა განიცდიდეს, ვიდრე იმით, თუ რა იყო სინამდვილეში. გამოდის, რომ სიტყვიერი ანგარიშები მონაცემთა ერთობ საექვო წყაროა და ამის მიზეზია ფსიქოლოგიური თავდაცვა ან საკუთარი შინაგანი პროცესების წკვლობის სრულიად "ნორმალური" სიძნელეები. არსებობს განსხვავებული შეხედულებაც – მივიჩნით სუბიექტური ანგარიშები იმად, რაც არის ანუ უბრალოდ, მონაცემებად და რომ არ გაგვაჩნია სერიოზული საფუძველი ვიფიქროთ, რომ ვერბალური თეითანგარიშები ნაკლებად სასარგებლოა, ვიდრე გარედან დაკვირვებადი რეაქციები, როგორცაა, მაგალიდაკ'ზე თითის დაჭერა.

თუ ვერბალურ რეაქციებს ინფორმაციის სანდო წყაროდ ჩათვლით, იბადება კითხვა: “ვერბალურ რეაქციათა რა სახეები ავგელაზე უფრო სასარგებლო და სანდო?” პასუხი ასეთია: ცდისპირს შეუძლია მოგვაწოდოს ცნობა იმაზე, რამაც მისი ყურადღება მიიპყრო. თუ ექსპერიმენტატორი სთხოვს მას გაიხსენოს ან აგვიხსნას რაიმე მოვლენა, რაც სადღაც მისი ცნობიერების პერიფერიაზე იმყოფებოდა, ცდისპირი დაიწყებს მსჯელობას და ვარაუდების წამოყენებას იმის შესახებ, რაც იყო და ვერ “აღადგენს” იმ უშუალო განცდას, რამაც ბიძგი მისცა მის ქცევას.

ის, ვისაც მიაჩნია, რომ ვერბალურ შეტყობინებათა გამოყენება აუცილებელია, ფიქრობს, რომ თუ დაწერილებით გამოვიკითხავთ ცდისპირებს, სასარგებლო ინფორმაციას მოვიპოვებთ. თუმცა ინტროსპექციის მეთოდი დიდ ხანია რაც დისკრედიტირებულია, ამგვარი მონაცემების მიმართ ინტერესი ბოლო დროს შესამჩნევად იზრდება.

### ლაბორატორიული, ექსპერიმენტული კვლევა: ღირსებები და ნაკლოვანებები

ექსპერიმენტული, ლაბორატორიული კვლევა მრავალი თვალსაზრისით სამეცნიერო იდეალს განასახიერებს. ექსპერიმენტული მიდგომის ძალა და უპირატესობა იმაშია, რომ შესაძლებელია შერჩეული ცვლადების მართვა, ობიექტური მონაცემების შეგროვება და მიზეზ-შედეგობრივ მიმართებათა დადგენა. სათანადოდ დაგეგმილ და ჩატარებულ ექსპერიმენტში ყოველი ნაბიჯი გულდასმით იგეგმება, რათა მკვლევარისთვის საინტერესო ცვლადებზე რაიმე გარეშე გავლენა გამოირიცხოს. რთული ურთიერთკავშირების გარკვევის სიძნელე რომ არ შეიქმნას, ცვლადი არ უნდა იყოს ბევრი. გარკვევაში იგულისხმე-

ბა ის, რომ ექსპერიმენტატორს უნდა შეეძლოს თქმა: “თუ X, მაშინ Y”.

ფსიქოლოგები, რომლებიც კრიტიკულად უდგებიან ლაბორატორიულ გამოკვლევებს, მიიხრევიან, რომ მათში შექმნილი ვითარებები, მეტწილად, ხელოვნურია და სხვა კონტექსტისთვის გამოუსადეგარი: ის, რაც დასტურდება ლაბორატორიაში, შეიძლება ლაბორატორიის გარეთ არ გამოვლინდეს. გარდა ამისა, არა ყველა ფენომენის რეკონსტრუირებაა შესაძლებელი ლაბორატორიაში.

გამოთქმული კრიტიკა ვერ უარყოფს იმ უდავო ფაქტს, რომ ექსპერიმენტული კვლევა მიზეზ-შედეგობრივი კომპოზიციების შემოწმების აუცილებელი ბაზაა, და რომ ზოგიერთ ფენომენს ვერასოდეს აღმოვაჩენდით, რომ არა ლაბორატორიული ექსპერიმენტი.

### *კორელაციური კვლევები და კითხვარები: ღირსებები და ნაკლოვანებები*

კორელაციური კვლევა ექსპერიმენტულს რომ შევადაროთ, დავინახავთ, რომ ის, რაც მისი ღირსებაა, ექსპერიმენტული კვლევის ნაკლოვანებაა და პირუკუ. ერთი მხრივ, კორელაციური კვლევა საშუალებას იძლევა შევისწავლოთ ცვლადთა უფრო ფართო დიაპაზონი, ვიდრე ეს ექსპერიმენტული კვლევით არის შესაძლებელი, ხოლო მეორე მხრივ, ვერ ხორციელდება ცვლადებზე სათანადო კონტროლი.

განვიხილოთ, როგორ ხდება პიროვნულ კითხვართა გამოყენება კორელაციურ კვლევაში. ჯერ ერთი, ბევრ ფსიქოლოგს დაეჭვებას რამდენად არის კითხვარზე ცდისპირის პასუხები სანდო საბუთი იმისა თუ სინამდვილეში რას გრძნობს და რას აკეთებს იგი. მეორე, კითხვებზე პასუხის დროს, როდესაც თვი-



თანგარიშია საჭირო, თავს იჩენს სხვადასხვაგვარი მიკერძოება ანუ ვლინდება პასუხის სხვადასხვაგვარი სილი: 1. დათანხმების ან არდათანხმების სილი და 2. სოსიალური სასურველობა. პირველი სტილი გამოხატავს ცდისპირის ტენდენციას საზოგადოდ დაუთანხმოს (ან პირიქით, არ დაუთანხმოს) კითხვებს, განურჩევლად იმისა, როგორია მათი შინაარსი. მაგალითად, ცდისპირი უპირატესობას ანიჭებს პასუხებს "მომწონს", "ვეთანხმები" ან "არ მომწონს", "არ ვეთანხმები". მეორეგვარი ტენდენციურობა ე.წ. სოციალურად მოწონებულ პასუხებში გამოიხატება. ეს ნიშნავს, რომ ცდისპირი გულწრფელი არ არის და მისი მიზნია გაცემული პასუხებით თავი იმ თვისებებით შემკულად წარმოადგინოს, რაც ფასობს საზოგადოებაში. პიროვნული კითხვარები საკმაოდ მიმზიდველია, რადგან იოლია მათი გამოყენება და პიროვნების ისეთ თვისებებთან მიახლოება, რომელთა შესწავლა სხვა ხერხებით თითქმის შეუძლებელია.

### პიროვნების თეორია და ემპირიული ავტავა

საგულისხმოა, რომ თეორია და კვლევა სერიოზულ გავლენას ახდენს ერთმანეთზე: თეორია კვლევის პერსპექტივას სახავს, ხოლო კვლევა თეორიის წიაღში აღმოცენებული პირობების შემოწმების საშუალებებს გვთავაზობს. კვლევის გარეშე თეორია ცარიელი სპექულაციაა, ხოლო კვლევები, რომლებიც თეორიასთან არ არის კავშირში, ფაქტების უბრალო გროვად რჩება. ამდენად, თეორია და კვლევა შემეცნების ერთიანი პროცესის შემადგენელი ნაწილებია.

პიროვნების მკვლევარები კვლევის სამი სტრატეგიიდან რომელიმე ერთისკენ იხრებიან. პირველი სტრატეგიაა — "ვაიძულოთ მოვლენა ჩვენ თქალწინ მოხდეს!" (ექსპერიმენტული მიდგომა) ან "შევისწავლოთ ის, რაც უკვე მოხდა" (კორელაცი-

ური მიდგომა); მეორე სტრატეგიაა – “შევისწავლოთ ყველა ინდივიდი” (ექსპერიმენტული მიდგომა) ან “შევისწავლოთ ერთი ცალკეული ინდივიდი” (კლინიკური მიდგომა) და მესამე – “შევისწავლოთ პიროვნების ერთი ან რამდენიმე ასპექტი” (ექსპერიმენტული მიდგომა) ან მთლიანი ინდივიდუალობა (კლინიკური მიდგომა). სხვაგვარად რომ ვთქვათ, მკვლევარები მყარად ანიჭებენ უპირატესობას კლინიკურ, ექსპერიმენტულ ან კორელაციურ კვლევას. მეცნიერული ობიექტურობის მოთხოვნის მიუხედავად, ემპირიული კვლევა ადამიანური წამოწყებაა, ამიტომ მასში უცილობლად პირადი, სუბიექტური ელემენტიც მონაწილეობს.

პიროვნების სხვადასხვა თეორია განსხვავებულ კვლევით სტრატეგიას უკავშირდება და, შესაბამისად, მონაცემთა განსხვავებულ სახეებს ბადებს. ანუ თეორიას, მონაცემებს და ემპირიული კვლევის ტიპს შორის არსებული კავშირები იწვევს იმას, რომ: 1) ერთი თეორიისთვის დამახასიათებელი დაკვირვების მონაცემები განსხვავდება დაკვირვების იმ მონაცემებისგან, რაც სხვა თეორიისთვის არის ნიშნული და 2) ფენომენები, რომლებიც საინტერესოა ერთი თეორიისთვის, არც ისე ადვილი შესასწავლია იმ ხერხებით, რომლებიც გამიზნულია ფენომენების საკვლევად, რითაც უპირატესად პიროვნების სხვა თეორიაა დაკავებული. ერთი თეორია კონცენტრირდება მონაცემთა ერთ სახეობაზე და იკვლევს მას თავისი მიდგომით. ხოლო მეორე – სხვა ტიპის მონაცემებს აგროვებს და კვლევის სხვა სტრატეგიებს მიმართავს. საქმე იმაში როდია, რომელი სტრატეგია ჯობია, არამედ იმაში, რომ თითოეული განსხვავებულია და ეს განსხვავებები აუცილებლად გასათვალისწინებელია.

## ძირითადი ცნებები

კლინიკური კვლევა – კვლევითი მიდგომა, რომელიც გულისხმობს ინდივიდის ინტენსიურ შესწავლას მის ბუნებრივ ქცევაზე დაკვირვებით ან ინდივიდისგან მიღებული კერბალური ცნობების ფორმით იმის შესახებ, თუ რა ხდებოდა ბუნებრივ პირობებში.

ექსპერიმენტული კვლევა – კვლევის სტრატეგია, რომლის დროსაც ექსპერიმენტატორი მანიპულირებს ცვლადებით, რათა დაადგინოს ზოგადი კანონზომიერებები. ექსპერიმენტის მიზანი რამდენიმე ცვლადს შორის მიზეზ-შედეგობრივი კავშირის დადგენაა.

კორელაციური კვლევა – კვლევითი მიდგომა, რომლის დროსაც იზომება არსებული ინდივიდუალური სხვაობები და მათ შორის კავშირები დგინდება.

## ძირითადი დაბულებები

1. კვლევის მიზნებიდან გამომდინარე პიროვნების ფსიქოლოგიაში სხვადასხვა, ხშირად ალტერნატიული მიდგომები გამოიყენება.
2. თითოეულ კვლევით სტრატეგიას თავისი ღირსებები და ნაკლოვანებები აქვს.
3. არაერთი მკვლევარი კრიტიკულად უდგება პიროვნების ექსპერიმენტული კვლევის შესაძლებლობას.

### თავი III

## ფსიქოლინამიური თეორია: ფროიდის ფსიქონალიზი

ფსიქონალიზში აისახა საზოგადოებაში მიმდინარე ტრადიციულ ღირებულებათა რღვევისა და გადაფასების პროცესი, რაშიც, თავის მხრივ, ფსიქონალიზსაც მიუძღვის წვლილი.

ფსიქონალიზი გამორჩეული მოვლენა იყოს დასავლური ცივილიზაციისთვის და თავისი მნიშვნელობა დღემდე არ დაუკარგავს. პიროვნების ფსიქოლოგიის კუთხით ზიგმუნდ ფროიდის ნააზრევის მასშტაბურობას აღიარებენ როგორც მისი მომხრეები, ისე მოწინააღმდეგეები, რაც თანამედროვე კვლევებშიც აისახება.

ფსიქონალიტიკური თეორია ცალკეულ ადამიანთან ინტენსიური მუშაობიდან ამოიზარდა. იგი ფსიქოლინამიკური თეორიის ნიმუშია, რადგანაც მასში წამყვანი მნიშვნელობა ძალთა ურთიერთქმედებას ენიჭება. ამ თეორიის თანახმად ქცევა მოტივებს, მოთხოვნებს და ინსტინქტურ ლტოლვებს შორის ბრძოლის, კონფლიქტების და კომპრომისების შედეგია. ქცევაში მოტივი შეიძლება ვლინდებოდეს პირდაპირ ან შენიღბულად, ფარულად. ერთი და იგივე ქცევა ერთ ადამიანთან ერთ მოტივს შეიძლება ემსახურებოდეს, მეორესთან – მეორეს; ან კიდევ, ერთი და იმავე ადამიანის მრავალ განსხვავებულ მოტივს ერთი ქცევა შეესაბამებოდეს: მაგალითად, საკვების მიღებამ დააკმაყოფილოს შიმშილი, მაგრამ სიმბოლურად შეიძლება სიყვარულის მოთხოვნისადაც დააკმაყოფილოს; ექიმობამ ადამიანებისადმი დახმარების მოთხოვნისადაც დააკმაყოფილოს და, ამასთანავე, ავადმყოფობის და ტრაუმის მიღების სა-

კუთარი შფოთვის შემსუბუქებასაც ემსახურებოდა. ქცევის სწორედ ამგვარი თავისებურებაა პიროვნების ფსიქოლინამიკური თეორიის ამოსავალი წერტილი. მთავარია, რომ ქცევას გაცნობიერების სხვადასხვა დონეები აქვს: ადამიანს შეუძლია მეტნაკლებად გაიცნობიეროს ის ძალები, რაც მის განსხვავებულ მოქმედებათა უკან იმალება.

## ფროიდის პახედულებები საზოგადოებასა და ადამიანზე

ფსიქოანალიზში იმპლიციტურად მოცემულია ანუ “სტრიქონებს შორის იკითხება” შეხედულებები ადამიანის რაობაზე და ცხოვრების გლობალური ფილოსოფიაც. ფროიდს სურდა შეექმნა მიუკერძოებელი თეორია, რომელიც თავისუფალი იქნებოდა როგორც საკუთარი, ისე თანადროული ილუსორული შეხედულებებისგან, მაგრამ სინამდვილეში ფსიქოანალიტიკურ მის თეორიაში აისახა თემები, რომლებიც XIX საუკუნის დასასრულისა და XX საუკუნის დასაწყისის ევროპისთვის იყო აქტუალური. თემცა ფროიდის თეორია დაკვირვებებს ეყარებოდა, თანამედროვე ენით რომ ითქვას, ფროიდის ამონაკრები არ იყო რეპრეზენტატიული – იგი მხოლოდ ერთ სოციალურ ფენას – საშუალო ბურჟუაზიას მოიცავდა.

ფსიქოანალიტიკური მოძღვრების ცენტრშია შეხედულება, რომ ადამიანი არის **ანერგატიული სისტემა**. პოსტულატად აღებულია, რომ ეს არის სისტემა, რომელშიც ენერგია თავისუფლად მიედინება, ან შემოვლილ გზებს პოულობს ან კიდევ გროვდება – ისე, როგორც წყალი გუბდება კაშხალის წინ. ენერგიის რაოდენობა შეზღუდულია და თუ ის ერთ რამეზე იხარჯება, მეორისთვის გაცილებით ნაკლები რჩება; ანუ კულტურული მიზნების მისაღწევად დახარჯული ენერგია სექსუალურ მიზ-

ნებს ადარ ყოფნის და პირუკუ თუკი ენერგიის დაცვლის ერთი არხი ზღოკირებულია, მოიძებნება სხვა. მთელი ქცევის საბოლოო მიზანი – *სიამოვნება* ანუ დაძაბულობის შემცირება და ენერგიის განმუხტვაა.

მაინც რა კავშირი აქვს ენერგეტიკულ მოდელს ადამიანის ქცევასთან?

ენერგიის შენახვის პრინციპის შესაბამისად, მატერია და ენერგია არ ქრება – იგი ერთი ფორმიდან მეორეში გადადის. ფიზიოლოგ ბრიუკეს იდუა, რომ ადამიანს ამოძრავებს ძალები, რომლებიც ენერგიის მუდმივობის კანონს ემორჩილება – ფროიდმა ფსიქოლოგიის სფეროზე გაავრცელა. დინამიკისა და ენერგეტიკის საუკუნემ დაბადა ადამიანის ახალი კონცეფცია, რომლის თანახმად ადამიანი ენერგეტიკული სისტემაა და ემორჩილება იმავე კანონებს, რითაც საპნის ბუშტების და პლანეტების მოძრაობა იმართება.

გარდა იდეისა, რომ ადამიანი ენერგეტიკული სისტემაა, ფროიდის კონცეფციაში გატარებულია აზრი, რომ ადამიანებს სექსუალური და აგრესიული ინსტინქტები ანუ ლტოლვები ამოძრავებს. ადამიანის ქცევაში აგრესიის როლის შესახებ ფროიდის შეხედულებები ემყარებოდა დაკვირვებებს, მაგრამ ამ მოვლენათა ინტერპრეტაცია ფილოსოფიურ ჭრილში ხდებოდა. წიგნში *“კულტურით შიშვენილობა”*, 1930, ფროიდი წერდა, რომ ადამიანი სრულიადაც არ არის კეთილშობილი არსება, ვისაც სიყვარული სწყურია და მხოლოდ და მხოლოდ თავს იცავს, როცა უტყვენ. პირიქით, არსი იმაშია, რომ აგრესიისადმი მკვეთრად გამოსატყული მიდრეკილება ადამიანის ლტოლვათა შემადგენელი ნაწილია.

ფროიდი უდიდეს მნიშვნელობას ანიჭებდა სექსუალურ ლტოლვას და კონფლიქტს, რომელიც ამ ლტოლვის დაკმაყოფილებასა და საზოგადოებას შორის არსებობს. სექსუალური აკრ-

ძაღვების მიუხედავად (რაც განსაკუთრებით მკაცრი იყო ეპოქაში, რომელშიც ცხოვრობდა ფროიდი და მისი პაციენტები), ადამიანი მისდევს სიაზოგადობის არინსიას, საკუთარი სურვილების შეზღუდვად დაკმაყოფილებას ესწრაფვის. მაგრამ ამგვარი დაჟინებული ქცევა საზოგადოებისა და გარესინამდვილის მოთხოვნებს უპირისპირდება. ენერგია, რომელიც სხვა შემთხვევაში გამოთავისუფლდებოდა სიამოვნებისა და ტკობის ძიებაში, უნდა შეკავდეს და სხვა არხში გადავიდეს, რათა საზოგადოების მიზნებს მიესადაგოს. სამეცნიერო მოღვაწეობა და მხატვრული შემოქმედება – კულტურული მოღვაწეობის მთელი სპექტრი – სექსუალური და აგრესიული ენერჯის გამოხატულებაა, რასაც უშუალო გამოკლების საშუალება არ მიეცა.

ინდივიდსა და საზოგადოებას შორის კონფლიქტის ძირითადი შედეგი მაინც სულიერი ტანჯვაა. ნევროზები, ბედნიერების განცდის დაკარგვა და ბრალეულობის გრძობა, ფროიდის თანახმად, ეს ციკლიზაციის პროგრესისთვის ადამიანის მიერ გადახდილი საფასურია.

ამრიგად, პიროვნების თეორიის ფორმალური კონცეპტუალიზაციის მიღმა მოცემულია გარკვეული შეხედულება ადამიანზე, რომელსაც, ცხოველის მსგავსად, ამოძრავებს ინსტინქტები ანუ ლტოლვები და იგი მათი დაკმაყოფილების მიმართულებით მოქმედებს. ადამიანი ფუნქციონირებს როგორც ენერგეტიკული სისტემა, ამა თუ იმ ფორმით ანაწილებს, იმარაგებს და განმუხტავს თავისი არსით ერთსა და იმავე ენერჯიას. ქცევა მეტწილად ჩვენი ცნობიერების მიღმა არსებული ძალებით არის დეტერმინირებული. საბოლოო ჯამში, ფსიქოანალიზი ინსტინქტების დასაცავად ღებება და ეძებს გზებს როგორმე შემცირდეს მათი ფრუსტრირებულობის ხარისხი.

## ფსიქონალიზი: პიროვნების თეორია

ფროიდი ნათლად აცნობიერებდა თეორიის და ემპირიული კვლევების ურთიერთკავშირს. მას აუცილებლად მიაჩნდა ცნებებისთვის ზუსტი განსაზღვრებების მიცემა, მაგრამ იმასაც უშვებდა, რომ არც თუ ძალიან მკაფიო განსაზღვრებებს და სპეკულატურ თეორიებს შეუძლია სარგებლობის მოტანა მეცნიერების განვითარების ადრეულ ეტაპზე.

ფროიდმა პიროვნების ვრცლად დამუშავებული თეორია შექმნა, მაგრამ მეცნიერებაში მისი მთავარი წვლილი საავტორო მეთოდით მიღებული დაკვირვებებით განისაზღვრა. ფროიდს საგნებით აკმაყოფილებდა ეს მეთოდი და საერთოდ ვერ ხედავდა ფსიქონალიზის პრინციპების ლაბორატორიული შემოწმების აუცილებლობას.

პიროვნების ფსიქონალიტიკური თეორიის განხილვისას მხედველობიდან არ უნდა გამოგვრჩეს ფროიდის აქცენტი კლინიკურ კვლევაზე და იმაზე, რომ ადამიანის ფუნქციონირება სხვადასხვა ძალთა ურთიერთქმედების შედეგია.

### სტრუქტურა

რა სტრუქტურულ ელემენტებს ეყრდნობა პიროვნების ფსიქონალიტიკური თეორია? თავიდან ფსიქონალიტიკური მოძღვრების ამოსავალი წერტილი იყო ცნობიერების დონეთა ცნება. მართლაც, ფროიდი აცხადებდა, რომ ფსიქონალიზს არ გააჩნია სხვა მიზნები და მონაპოვარი, ფსიქიკურ ცხოვრებაში არაცნობიერის აღმოჩენის გარდა.

### არაცნობიერის ცნება

ფსიქონალიზს სხვაგვარად სიღრმის ფსიქოლოგიასაც უწოდებენ. რადგან ის არის მცდელობა ადამიანის ქცევა



არაცნობიერის მეშვეობით აიხსნას. ძნელია გადავაფასოთ ის მნიშვნელობა, რაც ჰქონდა საზოგადოდ ფსიქოლოგიისთვის არაცნობიერის ცნებას. არაცნობიერის ცნების არსი იმაშია, რომ ჩვენ არსებობას აქვს ისეთი ასპექტები, რომლებსაც ბოლომდე ვერ ვაცნობიერებთ; გარდა ამისა, ჩვენი ქცევა მეტწილად დეტერმინირებულია გაუცნობიერებელი ძალებით და რომ დიდი ფსიქიკური ენერგია იხაჯება არაცნობიერ სურვილთა გამოხატვის მისაღები გზების ძიებაზე ან კიდევ იმაზე, რომ ეს არაცნობიერი სურვილები როგორმე ცნობიერებაში არ დაეუშვათ. სწორედ პიროვნების ქცევაზე არაცნობიერის გავლენის ხარისხი და ამგვარი გავლენის მოტივაციური ასპექტებია განსაკუთრებით საგულისხმო არაცნობიერის ფსიქოანალიტიკურ ცნებაში.

### *ცნობიერების დონეები*

ფსიქოანალიზის თეორიის თანახმად ფსიქიკური ცხოვრება შეიძლება აღიწეროს ფსიქიკური ფემომენტების გაცნობიერების თვალსაზრისით: **სნოვიარი** განეუთვნება მოვლენებს, რომლებსაც მუდმივად, ნებისმიერ მომენტში ვაცნობიერებთ, **წინარასნოვიარი** – მოვლენებს, რომლებიც შეგვიძლია გავაცნობიეროთ, თუკი უურადღებას მივაქცევთ, **არასნოვიარი** – მოვლენებს, რომლებსაც არ ვაცნობიერებთ და ვერც გავაცნობიერებთ, თუკი ამისთვის საგანგებო პირობები არ შეგვექმნება.

ფროიდი არ იყო პირველი, ვინც უურადღება მიაპყრო არაცნობიერის სფეროს, მაგრამ ნამდვილად ეკუთვნის პირველობა არაცნობიერი ფსიქიკურის თავისებურებათა კვლევაში და ჩვენ ყოველდღიურ ცხოვრებაში მათი დიდი მნიშვნელობის გამოვლენაში. ფროიდი ანალიზებდა სიზმრებს, წამოცდენებს, ნევროზებს, ფსიქოზებს, მხატვრულ შემოქმედებას და სიტუა-

ციურ ანუ იმპულსურ ქცევას, რათა არაცნობიერისთვის დამახასიათებელი თვისებები ამოეცნო. მან აღმოაჩინა ის, რომ არაცნობიერი ფსიქიკური ცხოვრება არ ცნობს “შეუძლებელს”; არაცნობიერი ალოგიკურია (საპირისპირო მოვლენები შეიძლება ერთსა და იგივეს აღნიშნავდეს), ანგარიშს არ უწევს დროს (სხვადასხვა პერიოდში მომხდარი მოვლენები ერთდროულად შეიძლება იყოს მოცემული) და სივრცეს (ზომისა და მანძილის მიმართება უგულებელყოფილია, ისე რომ მცირე საგნებმა შეიძლება უზარმაზარი საგნები დაიტოს, ხოლო დაცილებული წერტილები შეეთავსოს ერთმანეთს). სწორედ სიზმრებში ჩანს დაუფარავად არაცნობიერის მოქმედება: ჩვენ თვალწინ იშლება სიმბოლოთა სამეფო, სადაც უამრავი იდეა შეიძლება ერთ სიტყვად გაერთიანდეს, ერთი საგნის დეტალი ერთდროულად შეიძლება უამრავ სხვადასხვა რაიმეს აღნიშნავდეს.

**მოთიხიარებადი არამოთიხიარებადი.** ფსიქონალიტიკური თეორია თავისი არსით ადამიანის ქცევის მოტივაციის თეორიაა, რომლის თანახმად, ჩვენი მოქმედებების მნიშვნელოვან ნაწილს განსაზღვრავს არაცნობიერი გავლენები. ზოგიერთი აზრი, გრძნობა და იმპულსი არაცნობიერ მდგომარეობაში იმყოფება სრულიად მოტივირებულ მიზეზთა გამო: ანუ თუ ნებას დავრთავთ ამ აზრებს ცნობიერებაში ამოვიდნენ, ეს ტკივილს მოგვაცვენებს. მაგალითად, თუ წარსულის მტკივნეულ მოვლენებს გავიხსენებთ, ვალიარებთ საკუთარ ეჭვიანობას და მტრულ გრძნობებს ან კიდევ გააცნობიერებთ სექსუალურ ლტოლვას პირისადმი, ვის მიმართაც ასეთი ლტოლვა აკრძალულია – ეს ყველაფერი, ცხადია, სერიოზულ სულიერ დისკომფორტს შეგვიქმნის. ადამიანის ძირითადი მისწრაფება სიამოვნების ძიება და ტკივილისგან გაქცევაა, ამიტომაც ცდილობს მსგავსი აზრები, გრძნობები და მოტივები ცნობიერების მიღმა დატოვოს.

უსიქონანალიტიკოსები ვარაუდობენ, რომ ის, რაც ჩამალულია არაცნობიერში შეიძლება ჩვენ ყოველდღიურ ქცევაში წამოცდენების, მცდარი აღქმის, უცაბედი ქმედებების, უწვეულო და, ერთი შეხედვით, ირაციონალურ ქცევათა სახით გამოვლინდეს. სხვაგვარად რომ ვთქვათ, ჩვენი ყვარული, "ნამდვილი" გრძნობები და მოტივები შეიძლება სააშკარაოზე გამოვიდეს, მცდელობათა მიუხედავად მოვამწყვედიოთ ისინი არაცნობიერის სიღრმეებში. ამასთან, საქმე არა მხოლოდ იმაშია, რომ მათ შესახებ არაფერი ვიცით – მთავარია, რომ ისინი სერიოზულ გავლენას ახდენს ჩვენ ყოველდღიურ ქცევაზე. უსიქონანალიზი სწორედ ამგვარი არაცნობიერი გავლენების კვლევის ხერხია.

**რალფანაბარი უსიქონალიზიკური კვლევები.** არაცნობიერს უშუალოდ ვერასოდეს დაეაკვირდებით. მაინც რა საბუთები მოგვეპოვება არაცნობიერის კონცეფციის სასარგებლოდ?

დავიწყით თვითონ ფროიდის კლინიკური დაკვირვებებით. არაცნობიერის მნიშვნელობას ფროიდი ჩასწვდა, როდესაც პიპნოზის ფენომენებს აკვირდებოდა. ცნობილია, რომ პიპნოზის მდგომარეობაში ადამიანს შეუძლია გაიხსენოს ისეთი რამ, რისი გახსენებაც ადრე არ შეეძლო. მეტიც, პიპნოზური შთაგონების მდგომარეობაში ადამიანი სჩადის გარკვეულ მოქმედებებს, ისე, რომ ვერც კი ხვდება, რომ პიპნოზურ შთაგონებას ემორჩილება: იგი სავსებით დარწმუნებულია, რომ მოქმედებს საკუთარი ნებით. მოგვიანებით ფროიდმა უარი თქვა პიპნოზზე, როგორც სამკურნალო მეთოდზე და საკუთარი თერაპიული პრაქტიკა სხვა მეთოდებით გააგრძელა. მან დაინახა, რომ პაციენტები ხშირად იხსენებენ და აცნობიერებენ მოვლენებს და სურვილებს, რომლებიც ადრე ღრმად პქონდათ გადაძალული. ხშირად ამგვარ "აღმოჩენებს" თან ახლდა მწყველი ემოციები – უძლიერესი შფოთვა, ისტერიული ტირილი და მძვინვარება.

სწორედ ამგვარმა დაკვირვებებმა აფიქრებინა ყროიდს, რომ არაცნობიერი შეიცავს მოგონებებსა და სურვილებს, რომლებიც არა თუ არ არის წარმოდგენილი ჩვენი ცნობიერების ნაკადში, არამედ განზრახ ჩამარხულია არაცნობიერში.

რა გზით შეიძლება ამის ექსპერიმენტული დასაბუთება? მეოცე საუკუნის 60-70-იან წლებში ჩატარდა **გაუსნოიჩიკაალი ალჟის გამოკვლევა**. დაისვა საკითხი: შესაძლებელია, რომ ადამიანი იცოდეს რაიმე ისე, რომ არ იცოდეს, რომ იცის? მაგალითად, შეუძლია ადამიანს ესმოდეს ან ხედავდეს სტიმულებს და ამ სტიმულთა გავლენას განიცდიდეს ისე, რომ ვერც კი ხედებოდეს, რომ მან ისინი აღიქვა? ამჟამად ეს მოვლენა **ჰანზლარბლარი ალჟის** სახელწოდებითაა ცნობილი. ეს არის ადამიანის მიერ სტიმულის რეგისტრირება იმ დონეზე, რომელიც უფრო დაბალია, ვიდრე ის ზღურბლი, რაც ცნობიერ აღქმას სჭირდება. მაგალითად, ერთ-ერთ ადრეულ გამოკვლევაში ცდისპირთა ჯგუფს აწვდიდნენ ე.წ. "იდუმალ სურათს". მასზე გამოსახული იყო ტბის ნაპირი და იხვი, რომლის კონტურს მცენარეები ნიღბავდა. მეორე ჯგუფს აჩვენეს მსგავსი სურათი, ოღონდ იხვის გარეშე. ორივე ჯგუფს სურათს ტაქისტოსკოპით, ხანმოკლე ექსპოზიციით აწვდიდნენ. ამის შემდეგ, ცდისპირებს თხოვდნენ დაეხუჭათ თვალები, წარმოესახათ ბუნების სურათი, ჩაეხატათ იგი და დაესახელებინათ მისი ნაწილები. საინტერესოა, დადასტურდება ამ ორ ჯგუფს შორის დახატულ პეიზაჟებში რაიმე განსხვავება? თუ დადასტურდება, იქნება ეს დამოკიდებული იმაზე, რომ მათ გაიხსენეს ის, რაც ახლახან აღიქვეს? აღმოჩნდა, რომ ცდისპირთა ნახატებში, რომლებმაც "ნახეს" იხვიანი სურათი, გაცილებით მეტი იყო იხეთან ასოცირებული ხატები (იხვი, წყალი, ფრინველები, ბუმბული), ვიდრე მეორე ჯგუფის ცდისპირთა ნახატებში. საკვირველი ის არის, რომ ეს ცდისპირები არაფერს ამბობდნენ, რომ ექსპერიმენტის

დროს სურათზე იხვი დაინახეს. სხვაგვარად რომ ეთქვათ, სტიმულები, რომლებიც ცნობიერად არ აღიქმებოდა, გაგლენას ცდისპირთა წარმოსახვასა და აზრებზე მაინც ახდენდა.

ის ფაქტი, რომ ადამიანს შეუძლია აღიქვას და განიცადოს სტიმულთა გაგლენა, რომელთა არსებობაზე წარმოდგენაც კი არ გააჩნია, თავისთავად სრულიადაც არ ნიშნავს, რომ აქ ფსიქოდინამიკური ან მოტივაციური ძალებია ამოქმედებული. ამას დამტკიცება სჭირდება. საკითხის კვლევა ორი მიმართულებით წარიმართა. პირველს ეწოდა **პარსიანული ფაშა**. იგი გულისხმობს პროცესს, რომლის მეშვეობით ინდივიდი თავს იცავს შვოთვისგან, რაც მოყვება საფრთხის შემცველ სტიმულთა ცნობას. ერთ-ერთ ექსპერიმენტში ცდისპირს ხანმოკლე ექსპოზიციით, ტაქისტოსკოპით აწოდებდნენ ორი ტიპის სიტყვებს – ნეიტრალურ სიტყვებს, როგორცაა *ვაშლი, ცეკვა, ბაგში* და ემოციურად შეფერილ სიტყვებს: *გაუქატიურება, მძივი* და *ქენისი*. სიტყვები ცდისპირებს ჯერ ძალიან სწრაფად მიეწოდებოდა, შემდგომ სულ უფრო ნელა. ფიქსირდებოდა ცდისპირის მიერ თითოეული ამ სიტყვის იდენტიფიცირების მომენტი და, აგრეთვე, ყოველი ამ სიტყვის დროს საოფლე ჯირკვლების აქტივობა (ფსიქიკური დაძაბულობის ერთ-ერთი საყოველთაოდ მიღებული მაჩვენებელი). გაზომვებმა აჩვენა, რომ ცდისპირები ემოციურად შეფერილი სიტყვების ამოცნობას, ნეიტრალურთან შედარებით მეტ დროს ანდომებდნენ და ავლენდნენ ემოციურ რეაქციას უფრო ადრე, ვიდრე ამ სიტყვებს ამოცნობდნენ. კრიტიკის მიუხედავად (მაგალითად, შეიძლება ცდისპირმა უფრო ადრე ამოცნო ემოციურად დატვირთული სიტყვები, მაგრამ შეყოვნდა, რადგან მოუერიდა ექსპერიმენტატორის წინაშე მათი წარმოთქმა, რამაც გაზარდა რეაქციის დრო), ამგვარი კვლევებით დამაჯერებლად დასაბუთდა, რომ

ადამიანს შეუძლია გაუცნობიერებლად, შერწყვით ირეაგიროს სპეციფიკურ სტიმულებზე და გაურბოდეს მათ.

ამ მოვლენის შესასწავლად, რომელსაც ეწოდა **ჰეზღურბ-  
ლური ფსიქოლინამიკური აბიზასია**, მოგვიანებით ჩატარდა კვლევები, სადაც ნაცადია არაცნობიერი სურვილების სტიმულირება და იმავდროულად მათი ცნობიერებაში არდაშეება. ექსპერიმენტულ პროცედურაში სასტიმულო მასალა ცდისპირს ხანმოკლე ექსპოზიციით წარედგინება. მასალა უკავშირდება სურვილებს, რომლებიც ერთ შემთხვევაში საფრთხესთან ასოცირდება, ხოლო მეორე შემთხვევაში, პირიქით, საფრთხეს ამცირებს. საფრთხის შემცველი სურვილთა აქტივაციის დროს მოსალოდნელია, რომ სასტიმულო მასალა, რაკი ის ქვეზღურბლურ დონეზე იქნა მიწოდებული, "გამოადვიძებს" არაცნობიერ კონფლიქტს და, ამგვარად, ფსიქოლოგიური დისბალანსის მდგომარეობას გააძლიერებს. შფოთვის შემამცირებელი სტიმულის შემთხვევაში კი ქვეზღურბლურ დონეზე მიწოდებული სასტიმულო მასალა შეასუსტებს არაცნობიერ კონფლიქტს და ამ გზით ფსიქოლოგიურ დისბალანსსაც შეამცირებს. კვლევათა სერიამ ამგვარი ქვეზღურბლური ფსიქოლინამიკური აქტივაციის ეფექტები დაადასტურა.

პერცეპტული დაცვისა და ქვეზღურბლური ფსიქოლინამიკური აქტივაციის კვლევები შეიძლება განვიხილოთ როგორც სერიოზული ექსპერიმენტული საბუთი, რომ ფსიქოლინამიკური მოტივაციური ფაქტორები დიდწილად განსაზღვრავს იმას, რა არის "ჩამალული" და "ინახება" არაცნობიერში, თუმცა მეთოდოლოგიის თვალსაზრისით ამ ექსპერიმენტებს ბევრი ნაკლი მოეძებნება.

**აკანფოზიარის სნეზის თანაშეღრონე სპაზუსი.** მოტივირებული არაცნობიერის ცნება დღემდეა ფსიქოანალიტიკური თეორიის

ცენტრში მოქცეული. როგორ აფასებს მას ფართო ფსიქოლოგიური საზოგადოება?

დღესდღეობით თითქმის ყველა ფსიქოლოგი დაეთანხმება იმას, რომ არაცნობიერი პროცესები არსებით გავლენას ახდენს იმაზე, თუ კონკრეტულად რა იპყრობს ჩვენ ყურადღებას და რა გრძნობებს განვიცდით. ამასთანავე, არსებობს სხვადასხვა თვალსაზრისი იმის თაობაზე, თუ როგორ ფუნქციონირებს არაცნობიერი, როგორია მისი შინაარსი და მოტივაციური ასპექტები. შეინიშნება ორი საპირისპირო პოზიცია: ერთი მახვილს სვამს ფსიქოანალიტიკურ არაცნობიერზე, ხოლო მეორე – ე.წ. კოგნიტურ არაცნობიერზე.

როგორც ვნახეთ, არაცნობიერზე ფსიქოანალიტიკური შეხედულება ხაზს უსვამს მისი ფუნქციონირების ირაციონალურ, არაცნობიერ ბუნებას. ამას გარდა, არაცნობიერის შინაარსი შეიცავს, ძირითადად, სექსუალურ და აგრესიულ წარმოდგენებს, გრძნობებს და მოტივებს. უმთავარესია ის, რომ რაც არაცნობიერში იმყოფება, იქ მოხედა გარკვეულ მოტივთა გამო და რომ არაცნობიერის შინაარსი გავლენას ახდენს ადამიანის ყოველდღიური ქცევის მოტივებზე.

ამისგან საპირისპიროდ, არაცნობიერზე კოგნიტური შეხედულების თანახმად, გაუცნობიერებულ და გაცნობიერებულ პროცესებს შორის ფუნდამენტური თვისობრივი განსხვავება არ არსებობს. ანუ არაცნობიერი პროცესები, ჯერ ერთი, შეიძლება იყოს ისეთივე გონიერი, ლოგიკური და რაციონალური, როგორც ცნობიერი პროცესები, და მეორე, არაცნობიერის შესახებ კოგნიტურ შეხედულებაში ხაზგასმულია არაცნობიერის “შიგთავისის” მრავალფეროვნება და ცალკე კატეგორიად არ არის გამოყოფილი სექსუალური და აგრესიის სფეროები. დაბოლოს, არაცნობიერზე კოგნიტური შეხედულება არ სვამს მახვილს მოტივაციურ ფაქტორებზე. კოგნიტური თვალსაზრი-

სის თანახმად, შემეცნებითი პროცესები არაცნობიერია ანუ ცნობიერების დონეზე ვერ წარიმართება, რადგანაც ამ დონისთვის არასოდეს მიუღწევიათ; ან კიდევ, დროის მსვლელობაში რუტინული და ავტომატური გახდა (მაგ., ღილების შებნევა, კლავიატურაზე ასოების აკრეფა). არაერთი კულტურული დოგმა სწორედ ამგვარი არაცნობიერი გზით ავითვისებდა და, ამდენად, მისი სიტყვიერი, ცნობიერი ფორმით ჩამოყალიბება გაგვიჭირდება. ასეთი არაცნობიერი შინაარსი ჩვენ ქცევაზე მოტივაციურ გავლენას ვერ ახდენს.

მცდელობათა მიუხედავად, გამთლიანებულიყო არაცნობიერზე ეს ორი – ფსიქოანალიტიკური და კოგნიტური შეხედულება, პოზიციათა არსებითი განსხვავებულობა დღემდე ძალაში რჩება.

საბოლოო ჯამში, არაცნობიერი ფენომენების მნიშვნელობა ყველამ აღიარა და მათი შესწავლა ემპირიული კვლევის მნიშვნელოვან მიმართულებად ჩამოყალიბდა.

### *იდი, ეგო, სუპერეგო*

ფსიქოანალიზის ფორმალური მოდელის საფუძველში დევს ცნებები იდი (იგი), ეგო (მე) და სუპერეგო (ზე-მე), რომლებიც ადამიანის სასიცოცხლო მოქმედების სხვადასხვა ასპექტს შეესაბამება.

იდი ადამიანის მთელი მამოძრავებელი ენერჯის წყაროა. სასიცოცხლო მოქმედებისთვის აუცილებელი ენერჯია სექსუალურ და აგრესიულ ლტოლვებშია, სიცოცხლის და სიკვდილის ინსტინქტებში, რომლებიც იდის მნიშვნელოვანი ნაწილია. იდი ცდილობს გამოათავისუფლოს, “განტვირთოს” აგონება, დაძაბულობა და ენერჯია. ეს ქვესისტემა სურვილის ასრულების პრინციპით მოქმედებს – ეძებს სიამოვნებას და გაურბის



ტივილს. ჭირვეული ბავშვის მსგავსად, იდი დაძაბულობის მყისიერ და სრულ განტვირთვას ესწრაფვის, ვერ იტანს ფრუსტრაციას და თავისუფალია ყოველგვარი აკრძალვისგან. იდი ანგარიშს არ უწყევს რეალობას – იგი ჭლოგიკის, ღირებულებების და ზნეობის მიღმა იმყოფება. იდი კმაყოფილებას პოულობს როგორც რეალურ მოქმედებაში, ისე ფანტაზიებში – წარმოიდგენს, რომ უკვე ფლობს იმას, რაც სურს; წარმოსახული კმაყოფილება არაფრით არის რეალურზე ნაკლები; ერთი სიტყვით, იდი დაუინებელი, იმპულსური, ბრმა, ირაციონალური, ასოციალური, ეგოისტურია და მისთვის მხოლოდ სიამოვნება არსებობს – ამასთან, სიამოვნება უნდა იყოს განცდილი “აქ და აშუამად”, შესაძლო შედეგებზე დაფიქრების გარეშე.

სუპერეგო ანუ **ზა-მე** იდის სრული ანტიპოდი. ბიოლოგიურ ადამიანში არსებული კულტურული “იმპლანტანტი” სუპერეგო შეიცავს ორ კომპონენტს. პირველი – სინდისი, თავის მხრივ, შეიცავს აკრძალვებს საზოგადოებრივად დაუშვებელი ქცევის წინააღმდეგ; მეორე – ეგო-იდეალი, ინდივიდის წარმოდგენაა ისეთ პიროვნებაზე, რადაც ჩამოყალიბებას იგი უნდა ცდილობდეს. საკუთარ ქცევას ინდივიდი მე-იდეალის მეშვეობით განსჯის. სუპერეგოს ორი შემადგენელი ქვესისტემის – სინდისის და ეგო-იდეალის გენეზისი განსხვავებულია. ეგო-იდეალი ყალიბდება მშობლების მიერ შვილის წახალისებით, დაჯილდოვებით, ხოლო სინდისი – დასჯით. შემდგომში სინდისი სჯის, ქენჯნის პიროვნებას დანაშაულის გრძნობით, ხოლო მე-იდეალი მას სიამაყის გრძნობით აჯილდოვებს. ამ ორი ქვესისტემისგან შემდგარი ზე-მე-ს ერთ-ერთი ფუნქცია სწორედ სრულყოფილებისკენ და არა სიამოვნებისკენ სწრაფვაა.

ჩვენი არსებობის მორალური ვექტორის, სუპერეგოს მოქმედება თვითკონტროლში გამოიხატება. სუპერეგო ერთდროულად თრგუნავს იდის საზოგადოებრივად მიუღებელ იმპულს-

სებს და უბიძგებს ეგო-ს მოცემულ სიტუაციაში პრაგმატული გადაწყვეტილება მორალურით ჩაანაცვლოს. ამრიგად, პიროვნების ამ ინსტანციის ფუნქციაა მართოს ქცევა საზოგადოების წესების შესაბამისად, რისთვისაც იყენებს ჯილდოს (სიამაყის გრძნობას, საკუთარი თავისადმი სიყვარულს) “კარგი” ქცევისთვის და სასჯელს (დანაშაულის და არასრულფასოვნების გრძნობებს და, აგრეთვე, თვითდასჯას ე.წ. უბედურ შემთხვევათა სახით) ცუდი ყოფაქცევისთვის.

ზე-მე შეიძლება ფუნქციონირებდეს ძალზე პრიმიტიულ დონეზე – იყოს “ფხიზელი გუშაგი” – ვერ ითვალისწინებდეს რეალობას და ქცევას გარემოებათა შესაბამისად ვერ ცვლიდეს. ასეთ შემთხვევაში ადამიანი ვერ არჩევს აზრს მოქმედებისგან, დანაშაულის გრძნობით იტანჯება უკეთური ფიქრების გამოც. მეტიც, ინდივიდი შებოჭილია სქემებით “ყველაფერი ან არაფერი”, “თეთრი-შავი” და სრულყოფილებას ესწრაფვის. ინდივიდის ლექსიკონში ისეთი სიტყვების სიჭარბე, როგორიცაა “კარგი”, “ცუდი”, “ცოდვა”, “მადლი” – მის მკაცრ ზე-მეს ავლენს. ზე-მე შეიძლება გამგები და მოქნილიც იყოს, მაგალითად, ადამიანს შეუძლია პატიობდეს თავის თავს და სხვას იმას, რაც უნებურად დაემართა. განვითარების მსვლელობაში ბავშვი სწავლობს ამგვარ ნიუანსირებას.

მესამე ქვესისტემა არის “ეგო” ანუ “მე”. თუ იღი მუდმივად ეძიებს სიამოვნებას, ხოლო ზე-მე – სრულყოფილებას, “მე” რეალობისკენ ისწრაფვის. მე-ს ფუნქცია იმაშია, რომ გამოხატოს და დააკმაყოფილოს იღის სურვილები, რეალურ ვითარებებს და ზე-მეს მოთხოვნებს შეუსაბამოს ისინი. “მე” მოქმედებს რეალობის პრინციპით: რაციონალურ არჩევანს სიამოვნების მიღების მოთხოვნებზე მალდა აყენებს. თუ იღსა და სუპერეგოს შორის კონფლიქტია, ეგო განსჯის, აგვარებს მას ისეთი კომპრომისის პოვნით, რაც ნაწილობრივ დააკმაყოფი-

ლებს ორივეს. მაგალითად, ლტოლქეების გადაყვანება ხდება იმ მომენტისთვის, როდესაც შესაძლებელი იქნება მაქსიმალური კმაყოფილების მიღება მტკიცენული და უსიამოვნო შედეგების მინიმუმის ხარჯზე. მაგრამ როდესაც იდის ზეწოლა ძლიერდება, ოპტიმალური კომპრომისის გამოძებნა ძნელდება. რეალობის პრინციპის შესაბამისად, იდის ენერგია შეიძლება დაიბლოკოს, განზე იქნას გადაყვანილი ან თანდათანობით გამოთავისუფლდეს – რეალობასთან და სინდისთან სრული შესაბამისობით. ამგვარი სტრატეგია არ ეწინააღმდეგება სიამოვნების პრინციპს. იგი უფრო დროებით უკანდახევავს მეტყველებს. მეს შეუძლია განასხვაოს სურვილი და ფანტაზია, აიტანოს კომპრომისი და დროსთან ერთად თვითონაც შეიცვალოს. ამაში მეს პერცეპტული და კოგნიტური უნარების განვითარება დაეხმარება. მეს შეუძლია აითვისოს მეტი ინფორმაცია და იაზროვნოს უფრო რთული ცნებებით: იფიქროს მომავალზე იმ პოზიციიდან თუ რა ჯობია გრძელვადიან პერსპექტივაში. ამ თვისებებით “მე” მკაფიოდ განსხვავდება რეალობას მოწყვეტილი, უცვლელი და დაჟინებული “იდისგან”.

არაცნობიერისა და იდის ცნებების დამუშავებაში შეტანილ წვლილთან შედარებით, გაცილებით ნაკლები ყურადღება და მნიშვნელობა მიენიჭა მეს. ფროიდმა წარმოადგინა “მე” როგორც სუსტი სტრუქტურა, საბრალო არსება, ერთდროულად სამი მკაცრი ბატონის: იდის, რეალობის და ზემეს მსახური. ამრიგად, ფროიდი მიიჩნევს, რომ “მე” – ლოგიკური, რაციონალური, დაძაბულობის ამტანი პიროვნების “მმართველი ორგანოა”, მაგრამ, ამავედროულად აღარებს მას მხედარს, რომელსაც უმძიმესი საქმე, გაუხედნავე ცხენის – “იდის” მოთოკვა აკისრია.

ცხოვრების მიწურულს ფროიდმა აღიარა პიროვნებისთვის მეს დიდი მნიშვნელობა. ეს თემა შემდგომში განავითარა

მისმა ქალიშვილმა ანამ და ფსიქოანალიტიკოსებმა, რომელთა შრომები მოგვიანებით **პრო-ფსიქოლოგიას** მიეკუთვნა. თუ ადრეულ ფსიქოანალიტიკურ შეხედულებათა თანახმად, მე-ს არ გააჩნდა საკუთარი ენერჯია და გეზს იქეთკენ იღებდა, საითაც სურდა "იღს", მოგვიანებით, კონფლიქტების გადაჭრასა და ადაპტაციაში მე-ს განსაკუთრებული როლი მიენიჭა. ხაზგასმით აღინიშნა, რომ ინდივიდს სიამოვნებას შეიძლება გერიდეს არა მხოლოდ ენერჯიის განმუხტვა, არამედ მე-ს თავისუფალი, უკონფლიქტო ფუნქციონირებაც, რომ მე-ს ენერჯიის საკუთარი წყარო აქვს და მისთვის სასიამოვნოა გარესინამდვილესთან კონტაქტი. მე-ს ეს კონცეფცია კომპეტენტურობის მოტივაციის ცნებას ეხმიანება. პიროვნების აღწერისას ეს კონცეფცია განსაკუთრებულ მნიშვნელობას ანიჭებს ხერხებს (აღქმას, აზროვნებას), რითაც ადამიანი აქტიურად ეუფლება გარესინამდვილეს.

მე-ს ყუნქციონირების ინდივიდუალურ სხვაობათა შესწავლის მიზნით დამუშავდა პროცედურები ისეთ ცნებათა გასახომად, როგორიცაა **მე-ს ძალა**, **მე-ს ბანეითარაზის დონე**, **მე-ს პლასტიკურობა** და თვითკონტროლი. თუმცა დეტალებით ეს ცნებები განსხვავდება ეთმანეთისგან, მათთვის საერთოა ყურადღება ისეთი უნარებისადმი, როგორიცაა მოთხოვნილების დაკმაყოფილების გადავადების ამტანიანობა, ფრუსტრაციათა დათმენა და სტრესთან გამკლავება, საკუთარი თავის მკაფიო განცდა, ადამიანებთან ახლობლური ურთიერთობების დამყარება, ღირებულებათა გათავისებულები სისტემა და ცხოვრებაში მეტნაკლები უკონფლიქტობა.

ცნობიერის, არაცნობიერის, "იღი"-ს, "მე"-ს, და "ზე-მე"-ს ცნებები უკიდურესად აბსტრაქტულია და, ამასთანავე, არაზუსტი. გარდა ამისა, ზოგიერთი ეს ცნება თეორიის განვითარების კვალდაკვალ იცვლებოდა. მაგრამ, საბოლოო ჯამში, ისიც არ

უნდა დაგვაფიქვდეს, რომ ეს ცნებები რეალურ ფენომენთა კონცეპტუალიზაციაა. თუმცა ფსიქონაღალიზის ენა ხატოვანი და თვალსაჩინოა, ამ ცნებებს როგორც რეალურ მოვლენებს არ უნდა შეეხედოთ. ჩვენ შიგნით არც ენერგოსადგური და არც ქონდრისკაცია, რომელიც ამ ენერგიას ანაწილებს. საქმე ეხება არა იმას, რომ ჩვენში “ძეუს” იღი, მე და ზე-მე, არამედ იმას, რომ ადამიანის ქცევას ახასიათებს ისეთი თვისებები, რომელთა კონცეფტუალიზება საკმაოდ ხელსაყრელია ამ სტრუქტურული ცნებების სახით.

## პროცესი

### *სიკვდილის და სიკვდილის ინსტინქტები*

პიროვნება ენერგეტიკული სისტემაა და იმავე კანონებს ემორჩილება, რასაც სხვა ენერგეტიკული სისტემები. ენერგიას შეუძლია სახეცვლილება, მაგრამ, არსებითად, ეს იგივე ენერგია იქნება. პროცესები (დინამიკა) იმ ხერხებს ეხება, რომელთა მეშვეობითაც ენერგია ელინდება, იბლოკება ან ტრანსფორმირდება. მთელი ფსიქიკური ენერგიის წყარო სხეულებრივი აგზუნების მდგომარეობაშია, რასაც გამოვლენა და შესუსტება სჭირდება. აგზუნების მდგომარეობებს ეწოდება *ინსტინქტები* ანუ *ლოკოლეები*. ეს მუდმივიმოქმედი, გარდაუვალი ძალებია.

ფროიდმა გამოყო ორი ინსტინქტი – **სიოსხლის ინსტინქტი**, რაშიც შევიდა ეგო- და სექსუალური ინსტინქტები, და **სიკვდილის ინსტინქტი**, რომელიც ორგანიზმის სიკვდილისადმი ანუ არა-ორგანულ მდგომარეობაში გადასვლის მისწრაფებას მოიცავს. სიცოცხლის ინსტინქტის ენერგიას ეწოდა *ლიბიდო*. სიკვდილის ინსტინქტს რაიმე ერთი სახელი არ მოეძებნა და მასში

ძირითადად აგრესია იგულისხმება. ორივე ეს ინსტინქტი – სექსუალური და აგრესიული – იდის შემადგენელი ნაწილია.

ინსტინქტი ხასიათდება როგორც ლტოლვა დაუყოვნებლივ მოხდეს მოთხოვნების შემცირება, მიღწეულ იქნას კმაყოფილება და სიამოვნება. ცხოველისგან განსხვავებით, ადამიანს ინსტინქტთა დაკმაყოფილება მრავალგვარი ხერხით შეუძლია და სწორედ ეს განაპირობებს პიროვნების უნიკალურობას. მეტიც, ადამიანთან ინსტინქტები, ვიდრე დაკმაყოფილდება, შეიძლება დამუხრუჭდეს და მოდიფიცირდეს.

### *ფუნქციონირების დინამიკა*

ფუნქციონირების დინამიკის მხრივ ინსტინქტები შეიძლება დაიბლოკოს (თუნდაც ღრობით), გამოვლინდეს შეცვლილი სახით ან უშუალოდ, უცვლელად გამოიხატოს. ინსტინქტთა დაკმაყოფილების კუთხით შესაძლებელია ინსტინქტის *გადანაცვლება* თავდაპირველი ობიექტიდან რომელიმე სხვაზე. მაგალითად, დედისადმი სიყვარულმა შეიძლება გადაინაცვლოს ცოლის, შეიძლების სიყვარულზე. ნებისმიერი ინსტინქტი შეიძლება ტრანსფორმირდეს, სახე იცვალოს. შესაძლებელია სხვადასხვა ინსტინქტების კომბინირება: მაგალითად, ფეხბურთი შეიძლება ერთდროულად აკმაყოფილებდეს სექსუალურ და აგრესიულ ინსტინქტებს და ა.შ. ინსტინქტთა სწორედ ეს დენადობა; მუდმივი მოდიფიცირება და ალტერნატიული გზებით დაკმაყოფილება, განაპირობებს ქცევის ვარიაციებს. არსებითად ერთი და იგივე ინსტინქტი შეიძლება დაკმაყოფილდეს სრულიად განსხვავებული ხერხებით და ერთსა და იგივე ქცევას სხვადასხვა ადამიანთან განსხვავებული მიზეზები განაპირობებდეს.

ინსტინქტის ბლოკირების ანუ დამუხრუჭების პროცესი ისევე გულისხმობს ენერჯის ხარჯვას, როგორც მისი დაკმა-

ყოფილება. ადამიანები, რომლებიც დიდ ძალას ხარჯავენ ინსტიტუტის დამუხრუჭებაში, საბოლოოდ დაღლილობასა და გაბეზრებულობას განიცდიან. ინსტიტუტების გამოვლენასა და მათ შეკავებას შორის ურთიერთქმედების საკვანძო მომენტია **ჟოთია**.

შფოთვა მტკივნეული ემოციური განცდაა, რაც პიროვნებას მოახლოებული საფრთხის ან საშიშროების შესახებ აუწყებს. უსაგნო ანუ „მოტივივე“ შფოთვის დროს ინდივიდი კერ უკავშირებს დაძაბულობის საკუთარ მდგომარეობას რაიმე გარეგან ობიექტს, ხოლო შიშის დროს დაძაბულობის წყარო ინდივიდისთვის ცნობილია. ფროიდს ეკუთვნის შფოთვის ორი თეორია. პირველის თანახმად, შფოთვა განუმუხტავი სექსუალური იმპულსების შედეგია. უფრო გვიანდელ თეორიაში შფოთვა განიხილება როგორც ძალზე უსიამოვნო, მტკივნეული ემოცია, რომელიც მე-ს წინაშე მდგარი საშიშროების სიგნალია; შფოთვა წარსული ტრავმული განცდის გამეორებაა, მაგრამ შესუსტებული სახით. ამგვარად, ამჟამინდელი შფოთვა საფრთხის უფრო ადრინდელ განცდას უკავშირდება.

### *შფოთვა და ღაცვის მექანიზმები*

შფოთვა იმდენად მტკივნეული მდგომარეობაა, რომ მისი დიდხანს ატანა ძნელია. რა უნდა მოვუხერხოთ ამგვარ მდგომარეობას? რატომ არ ვშფოთავთ მუდმივად? იმიტომ, რომ ინდივიდს შეუძლავდა შფოთვისგან თავის დაცვის მექანიზმები. არაცნობიერად გამოიმუშავებული გვაქვს რეალობის დამახინჯების ხერხი: ცნობიერებაში გრძნობების არდაშვება, რათა არ განვიცადოთ შფოთვა. მაგრამ რა გზით?

ღაცვის ერთ-ერთი პრიმიტიული მექანიზმია *პროექცია*. ამ მექანიზმის წყალობით ყველაფერი, რაც **შარული** და მიუღებე-

ღია ცნობიერებისთვის, პროეცირდება სხვა ადამიანზე და აღიქმება როგორც ინდივიდის მიმართ სრულიად გარეშე და უცხო. ნაცვლად იმისა, რომ აღიაროს ადამიანთა მიმართ თავისი მტრული დამოკიდებულება, ინდივიდი მტრულ დამოკიდებულებას ადამიანებს მიაწერს. დაცვის ამ მექანიზმს მეტნაკლებად ყველა იყენებს.

დაცვის სხვა მექანიზმია **უარყოფა**. ასეთ დროს ხდება ან რეალობის უარყოფა („ო, არა, ეს შეუძლებელია მომხდარიყო!“) ან განცდის უარყოფა („რა მოხდა, მე სულაც არ მწყენია!“). რეალობის უარყოფა შეინიშნება მაშინაც, როდესაც ადამიანი ამტკიცებს ან ვარაუდობს, რომ „შეუძლებელია ეს მე დამემართოს!“, როგორც ეს ხდება ხოლმე მძიმე დაავადების დიაგნოსტიკებისას. უარყოფასთან დაკავშირებით იბადება სერიოზული კითხვა: ხომ არ არის რეალობისადმი ზურგის შექცევის ეს მექანიზმი დესტრუქციული, რადგანაც “რეალობაზე ორიენტაცია” ფსიქოანალიზში ემოციური ჯანმრთელობის საფუძვლად არის აღიარებული და საეჭვოა, რომ სიმართლის დამახინჯებას ადაპტაციისთვის რაიმე ღირებულება აქონდეს. პარალელურად არსებობს აზრი, რომ დადებითი ილუზიები და თავის მოტყუება, რაც ხშირად რეალობის დამახინჯებას ან უარყოფას ემყარება, შეიძლება ადაპტაციას ემსახურებოდეს. მაგალითად, ფიქრობენ, რომ პოზიტიური ილუზიები საკუთარი თავის, მოვლენათა მართვის უნარის მიმართ და რომ „ყველაფერი კარგად იქნება“, შეიძლება აუცილებელი და სასარგებლოც იყოს ფსიქიკური ჯანმრთელობისთვის. პასუხი, როგორც ჩანს, დამოკიდებულია დამახინჯების ხარისხზე და კონკრეტულ გარემოებებზე, რომლებშიც ეს დამახინჯება ხდება. ზომიერი პოზიტიური ილუზიების ქონა, საზოგადოდ, შეიძლება სასარგებლო იყოს; ემოციური ტრამვის შემთხვევაში უარყოფამ და საკუთარი თავის მოტყუებამ შეიძლება დროებით შეეება მოჰგვაროს



ადამიანს და იხსნას შუკოთვისა და დუპრესიისგან ან კიდევ სასარგებლო იყოს თუკი ადამიანი გამოუვალ მდგომარეობაშია (მაგ., დაავადებულია უკურნებელი სენით). ამასთანავე, უარყოფა ზიანის მომტანია, თუ იგი ხელს გვიშლის სერიოზულად მოვეკიდოთ დაავადების სიმპტომებს და შესატყვისი მკურნალობა ჩავიტაროთ.

დაცვის მექანიზმია *გაუქმება (ანუღლირება)*. ამ მექანიზმის მეშვეობით ინდივიდი “მაგიურად” სპობს ერთ მოქმედებას ან სურვილს მეორე მოქმედების ან სურვილის მეშვეობით. მაგ., თვითმკვლელობაზე ფიქრებს სპობს იმით, რომ მუდმივად ამოწმებს ხომ არ იღვრება გაზი ქურიდან.

*რაციონალიზაცია* არის საჩოთირო ან წარუმატებელი ქცევის გამართლება რაიმე გამოგონილი მოსახრებებით ან მისი სოციალურად მისაღები ინტერპრეტაცია;

დაცვის მექანიზმი *ინტელექტუალიზაცია* ლოგიკური და რაციონალური არგუმენტაციის გამოყენებაა, რათა აცილებულ იქნას უსიამოვნო და ირაციონალურ აზრებთან, გრძნობებთან, სურვილებთან ან შიშებთან პირისპირ შეხედრა. ინტელექტუალიზაციის მეშვეობით ხდება აზრის გაბატონება გრძნობაზე და ცნობიერებაში ლოგიკურად დაკავშირებული და ემოციურად განცალკევებული “კუნძულების” წარმოქმნა.

*ჩანაცვლება* – შეკავებული აზრების, გრძნობების, სურვილების ან შიშების გადატანა რაიმე სხვა, ნაკლებ სახიფათო ობიექტზე, ვიდრე ის ობიექტია, რამაც ეს მდგომარეობები გამოიწვია.

*რეაქციის წარმოქმნა* არის სახიფათო სურვილების გამოხატვის დაბლოკვა საპირისპირო ქცევის მეშვეობით, მაგ., ძუნწობის – ხელგაშლილობით, სისასტიკის – გულწივილობით და სხვ.

*ინტროექცია* – პიროვნების მიერ სხვა ადამიანის (ჩვეულებრივ, მშობლის) მოთხოვნების გათავისება და მათი შესრულება ამ სხვა ადამიანის დაუსწრებლად.

*იდენტოფიკაცია* – ინდივიდის მიერ სხვა ადამიანის პიროვნული ნიშნის საკუთარ შინაგან სიბრტყეში გადატანა-გათავისება და საკუთარი პიროვნების მის მიხედვით “აგება”.

*იზოლაცია* – მოვლენის განცალკევება მეხსიერების დანარჩენი შინაარსებისგან ან თვით ამ მოვლენისთვის ემოციების ჩამოშორება. ბუნებრივ ემოციურ თანხლებას მოკლებული იზოლირებული მოვლენა აღარ არის საშიში და ცნობიერებიდან არ აღიკვეთება.

დაცვის სხვადასხვა მექანიზმებს შორის მთავარი, პრიორიტეტული დაცვის მექანიზმია **ფათრფუნა ანუ განდუნა (რარანსია)**, როდესაც ხდება აზრისა და სურვილის ცნობიერებიდან მოცილება. განდუნა გარკვეულ როლს ყველა სხვა სახის დაცვის მექანიზმებში ასრულებს და სხვა დაცვების მსგავსად ენერჯის მუდმივ ხარჯვას მოითხოვს, რათა ცნობიერებაში ფსიქიკისთვის საშიში შინაარსები არ მოხვდეს. კვლევებით გამოვლინდა ისეთი მოვლენა, როგორცაა ზოგიერთი ადამიანისთვის დამახასიათებელი **განდუნის რარანსული სტილი**. ამ სტილის მქონე ინდივიდები აღნიშნავენ, რომ უარყოფითი ემოციური განცდები სუსტად აქვთ გამოხატული; ჩვეულებრივ, მათი ემოციური რეაქციები ერთგვაროვანია; მე-ხატი საკმაოდ არაწინააღმდეგობრივია; არ უყვართ ცვლილებები და გაურბიან ინფორმაციას, რომელიც ცვლილებებს გამოიწვევს. რეპრესიული სტილის მქონე ადამიანებს ეს გარეგნული სიმჩნევე და სიმშვიდე, როგორც წესი, მათ ძვირი უჯდებათ: ისინი სტრესზე ფიზიოლოგიურად უფრო მილავრად რეაგირებენ და უფრო მეტად არიან მიდრეკილნი სხვადასხვაგვარი მძიმე დაავადებებისადმი, ვიდრე ინდივიდები, ვისთვისაც განდუნა არ არის დამახასია-

თებელი. ეს ფაქტები საკსებით ესადაგება იდეას, რომ არასაკმარისი ემოციური გამომხატველობა ფსიქოსომატურ დაავადებათა რისკ-ფაქტორია.

ყველა ჩამოთვლილი მექანიზმი, როგორც აღვნიშნეთ, მე-ს შფოთვისგან იცავს. მაგრამ არის დაცვის ერთი მექანიზმი, რომლის მეშვეობით ინდივიდი თავის ლტოლევებს ყოველგვარი შფოთვის გარეშე გამოხატავს. სოციალურად მეტად ღირებულ ამ მექანიზმს ეწოდება **საზლიმასია**. ამ შემთხვევაში მოთხოვნის დაკმაყოფილების საწყის ობიექტს ჩაენაცვლება გაცილებით უფრო მაღალი, კულტურულად მნიშვნელოვანი მიზანი. მაშინ, როდესაც დაცვის სხვა მექანიზმები „პირისპირ ეჯახება“ ინსტინქტს და ასე თუ ისე, ხელს უშლის და ზღუდავს მის გამოხატვას, სუბლიმაციის დროს ინსტინქტი გარდაიქმნება და ახალ, სასარგებლო არხში წარიმართება. სხვა დაცვებისგან განსხვავებით, აქ მე-ს არ სჭირდება ენერჯის მზარდი ხარჯვა, რათა ინსტინქტის განმუხტვა აღკვეთოს. ფროიდის თანახმად, მხატვრული ნაწარმოებების შექმნას და, საზოგადოდ, შემოქმედებას, საფუძვლად საზოგადოებრივად აკრძალულ ლტოლვათა სუბლიმირება უდევს. ადამიანის უნარში მოახდინოს სექსუალური და აგრესიული ენერჯის სუბლიმირება, მოქცეულია ცივილიზაციის არსი.

## ზრდა და განვითარება

ფსიქოანალიტიკური თეორია პიროვნების განვითარების ყველა ასპექტს ითვალისწინებს. მათგან მთავარია ორი: პირველი – ადამიანის მიერ განვითარების გარკვეული სტადიების გაველა. მეორე – ადრეული ბავშვობის მოვლენათა დიდი მნიშვნელობა მთელი მომდევნო ცხოვრებისთვის. ფსიქოანალიზის თეორია ამტკიცებს იმასაც, რომ ზრდასრული პიროვნების ყვე-

ლაზე არსებით თაყვისებურებებს საფუძველი ცხოვრების პირველი ხეთი წლის განმავლობაში ეყრება.

### *აზროვნების პროცესების განვითარება*

აზროვნების ფსიქოანალიტიკური თეორია ფოკუსირდება გადასვლაზე აზროვნების პირველადი პროცესიდან, მეორად პროცესზე. აზროვნების პირველადი პროცესი ხორციელდება არაცნობიერ დონეზე, სადაც რეალობა და ფანტაზია ჯერ კიდევ ერთი და იგივეა. პირველადი პროცესები ელინდება სიზმრებში. ხშირად სიზმარში მოვლენა ერთდროულად სხვადასხვა ადგილას ხდება, სხვადასხვა ადამიანის თვისებები ურთიერთთან გადახლართულია, სცენები სწრაფად ინაცვლებს წინ და უკან – მომავალში ან წარსულში და ადგილი აქვს ისეთი მოვლენებს, რაც ცხადში ვერასდროს მოხდება. აზროვნების მეორადი პროცესი გულისხმობს ცნობიერების ენის გამოყენებას და რეალობის შემოწმებას. ამ პროცესის პარადელურად მიმდინარეობს მე-სა და ზე-მე-ს განვითარება. მე-ს განვითარებასთან ერთად ინდივიდი გამოეყოფა დანარჩენ სამყაროს როგორც “მე” ანუ “თვითობა”.

გასული საუკუნის 90-იან წლებში ეპიტაინმა ფუნდამენტურად განასხვავა *უშუალო* და *რაციონალური აზროვნება*. აზროვნების ამ ორი ტიპიდან ერთი უკავშირდება გრძნობებს და უშუალო გამოცდილებას, ხოლო მეორე – ინტელექტს. უშუალო აზროვნება, ისევე როგორც პირველადი აზროვნება, მინეგულია ეკოლუციური განვითარების უფრო ადრეულ ეტაპად და მთლიანობით, კონკრეტულობით და მასზე ემოციების ძლიერი ზეგავლენით ხასიათდება. იგი ხშირად გამოიყენება პიროვნებათაშორისო ურთიერთობებში – ის ემპათიური და ინ-

ტუიტურია. რაციონალური აზროვნება მეორადი სააზროვნო პროცესის ანალოგიურია. იგი ევოლუციის უფრო გვიანდელი ეტაპზე წინდება და უფრო აბსტრაქტული, ანალიტიკურია და, ამასთანავე, მას ლოგიკა და ფაქტები მართავს. რაციონალური აზროვნება მათემატიკური და ფორმალური ამოცანების გადასატრელად გამოიყენება.

აზროვნების ამ ორ სისტემას შორის პოტენციური კონფლიქტის ილუსტრირებას ახდენს ექსპერიმენტი. ცდისპირებს თხოვდნენ აერჩიათ ორიდან ერთი: ამოეღოთ საპრიზო წითელი კანფეტი ჭურჭლიდან, რომელიც ათ კანფეტს შეიცავდა და მათგან მხოლოდ ერთი იყო წითელი, თუ ჭურჭლიდან, რომელშიც იყო ასი კანფეტი და აქედან წითელი იყო რვა. ცდისპირებმა იცოდნენ წითელი კანფეტების ხვედრითი წილი თითოეულ ჭურჭელში და მშვენივრად *ესმოდათ*, რომ გაცილებით გონივრულია იმ ჭურჭლის არჩევა, რომელშიც პროცენტულად მეტი წითელი კანფეტია, ანუ სადაც ათიდან ერთი კანფეტი იყო წითელი. მაგრამ, მიუხედავად ამისა, ცდისპირებს ჰქონდათ *გარცდა*, რომ მეტი შანსი აქვთ იმ ჭურჭლიდან არჩევის შემთხვევაში, სადაც მეტია წითელი კანფეტი, მასში კანფეტების უფრო ნაკლები პროცენტული შემცველობის მიუხედავად. *გრძნობასა და გაგებას* შორის ეს კონფლიქტი აზროვნების უშუალო და რაციონალურ სისტემებს შორის კონფლიქტს ასახავს. ეს სისტემები ფუნქციონირებენ პარალელურ რეჟიმში და შესაძლებელია ერთმანეთთან თანხმობის ან კონფლიქტის ვითარებაში იმყოფებოდნენ. ალბათ, ასე ხდება შემოქმედებითი მოღვაწეობის სხვადასხვა ფორმის დროს. გარდა ამისა, არსებობს ინდივიდუალური სხვაობები თითოეული ამ სისტემის განვითარებუ-

ლობის მხრივ და იმაშიც, თუ ვინ როდის და რამდენად ხშირად იყენებს მათ.

### **ლტოლვების განვითარება**

ფსიქოანალიზის თეორიის ყველაზე მნიშვნელოვანი ნაწილი ლტოლვების განვითარებას ეთმობა. ლტოლვების წყარო სხეულებრივი დაძაბულობის მდგომარეობაა, რომელიც სხეულის გარკვეულ უბნებზე კონცენტრირდება. ამ უბნებს **პროპანული ზონები** ეწოდება. სხეულის ძირითადი ეროგენული ზონების განვითარება და შეცვლა ბიოლოგიით არის განპირობებული. პირველი ეროგენული ზონაა პირი, მეორე – ანუსი, მესამე – გენიტალიები. ბავშვის ემოციური განვითარება დამოკიდებულია სხვადასხვაგვარ წუხილსა და მიღებულ სიამოვნებაზე, რაც ასე თუ ისე ამ ზონებს უკავშირდება.

**ბანეთარაზის სტადიები.** აგზნების, მგრძობელობის და ენერჯის პირველი ზონა – პირია. აგზნების წარმომავლობის ადგილის შესატყვისად განვითარების სტადიას **ორალური სტადია** ეწოდება. ადრეულ ბავშვობაში ორალური სიამოვნება განიცდება კვების, ჩვილისთვის დამახასიათებელი ცერა თითის წოვის და პირის სხვა მოძრაობები დროს. ზრდასრულ ასაკში ორალურობის ნიშნები ვლინდება კვების დეჭვაში, ჭამა-სმაში და მოწვევაში. ორალური განვითარების ადრეულ სტადიაზე ბავშვი პასიური და მიმიღებია. უფრო გვიანდელ ორალურ სტადიაზე, კბილების ამოსვლასთან ერთად ორალურ სიამოვნებას სექსუალური და აგრესიული სიამოვნება ერწყმის. ორალურობის ნაკვალეკია, მაგალითად, სწავლა-განათლებასთან დაკავშირებული ორალური ასოციაციები, როგორიცაა “სულიერი საზღო”, “ინფორმაციის შთანთქმა”, “სასწავლო მასალის გადაღეჭვა” და სხვ.

მეორე, განვითარების **ანალურ საფაზა** (ასაკი 2-3 წ.წ.) აგზნება ლოკალიზდება ანუსში. კუჭში გასვლა თავისთავად იწვევს დაძაბულობის შემცირებას და, ამასთანავე ანუსის ლორწოვანი გარსის სტიმულაციით მიღებულ სიამოვნებას. ეს კი აჩენს კონფლიქტს: 1. უკალიების მოცილებასა და შენარჩუნებას შორის ანუ შეებით მოგვრილ სიამოვნებასა და შენარჩუნებით მიღებულ სიამოვნებას შორის და 2. კუჭში გასვლით მიღებული სიამოვნებასა და უფროსების მკაცრ მოთხოვნას შორის გადავადდეს ეს აქტი (ბავშვმა ქოთანზე გადაყენება მოითხოვოს). ეს კონფლიქტი ინდივიდსა და საზოგადოებას შორის პირველი სერიოზული შეჯახებაა: სოციალური გარემოითხოვს ბავშვისგან წავიდეს სიამოვნების პრინციპის საწინააღმდეგოდ თუ არა და დაისაჯოს. “ჯავრის ამოსაყრელად” ბავშვმა შეიძლება განზრახ დაიწყოს ჩასვრა, ფეკალიების მოცილების პროცესი მისთვის რაღაც ღირებულის დაკარგვას დაუკავშიროს და ამგვარმა ასოციაციამ გამოიწვიოს დეპრესია. ან პირიქით, მოცილება, გაცემა დაუკავშირდეს სხვების “დასაჩუქრებას” და ბავშვს ძალაუფლების განცდა მიანიჭოს.

**ფალოსურ საფაზა** (ასაკი 4-5 წ.წ.) აგზნება და დაძაბულობა ლოკალიზდება გენიტალებში. სქესთა შორის ბიოლოგიურ დიფერენციაციას მოსდევს ფსიქოლოგიური დიფერენციაცია. სხეულებრივ სფეროში ახალი შეგრძნებები აძლიერებს ინტერესს გენიტალებისადმი, ბიჭი იგებს, რომ მას აქვს, ხოლო გოგონებს არა აქვს პენისი. ეს იწვევს პენისის შესაძლებელი დაკარგვის ანუ **ანსტრასიის შიშს**. მამა მეტოქე ხდება დედის სიყვარულში. მამისადმი მტრულ გრძნობებს მოსდევს პასუხისგების შიში. ეს ყველაფერი **ოიდიოსის კომალიანის** სახელით ცნობილი ფენომენია.

გოგონასთან განვითარების პროცესი ამ სტადიაზე სხვაგვარად მიმდინარეობს. წამყვანი თემა ამ ეტაპზე, ბიჭისგან გან-

სხვაეგვრით, არა პენისის დაკარგვა, არამედ **პენისისადმი შური** და მამისადმი ლტოლვაა.

მართლაც ასეა სინამდვილეში, თუ ეს ფროიდის პაციენტთა დამახინჯებული მოგონებებია? მშობელთა ცნობებით, დაახლოებით ოთხი წლის ასაკიდან ბავშვი მზარდ უპირატესობას საპირისპირო სქესის მშობელს ანიჭებს და ასევე მზარდ ანტიგონიზმს იმავე სქესის მშობლისადმი იჩენს. 5-6 წლის ასაკიდან მშობლების მიმართ ამგვარი დამოკიდებულება იკვლება. აღსანიშნავია, რომ სხვა თეორიული ორიენტაციის მკვლევარებიც ადასტურებენ, რომ მათ მიერ აღმოჩენილი ფაქტები ვაჟების – დედებთან და გოგონების – მამებთან ურთიერთობის ფსიქოანალიტიკურ შეხედულებებს ემთხვევა.

ოიდიპოსის კომპლექსის გადასატრელად ბავშვი თავისი სქესის მშობელთან იდენტიფიკაციას მიმართავს. იმავე სქესის მშობელთან **იდანაშინაპაპი** განვითარების ფსიქოლოგიის ცენტრალური ცნებაა. იდენტიფიკაციის პროცესში იდენტიფიკაციის სხვა ადამიანის თვისებებს და საკუთარ ქცევაში მათ ინტეგრირებას ახდენს. მშობლებთან იდენტიფიცირებით შვილები მათ ღირებულებებსა და მორალურ ნორმებს ითვისებენ. სწორედ ამ აზრით უწოდებენ ზემეს წარმატებით გადალახული ოიდიპოსის კომპლექსის “მემკვიდრეს”.

თუმცა ფროიდი შედარებით ნაკლებ ყურადღებას უთმობდა განვითარების იმ ფაქტორებს, რომლებიც ოიდიპოსის კომპლექსის დაძლევის შემდეგ მოქმედებს, მათ არსებობას იგი ადასტურებდა. ფალოსურ სტადიას **ლაბანდური პერიოდი** მოყვება. ლატენტური სტადიის აზრი ფსიქოანალიტიკურ თეორიაში არსად მკაფიოდ განმარტებული არ ყოფილა. ეს პერიოდი (6-13 წ.წ.) სექსუალური ლტოლვისა და ინსტინქტების შესუსტებით ხასიათდება. ბავშვი, ძირითადად, გარესამყაროზე ხდება ორიენტირებული, ხარობს გარესამყაროსთან კონტაქტით, მაგრამ



საკუთარ ინსტინქტთა დაკმაყოფილების რაიმე ახალი ხერხები ამ სტადიაზე მას არ აღენიშნება. ამჟამად განვითარების ფსიქოლოგია ლატენტიური პერიოდის არსებობას არ ადასტურებს. სავარაუდოდ, იგი სპეციფიკური იყო ეპოქისთვის, რომელშიც ფროიდი ცხოვრობდა.

პუბერტატის პერიოდის დადგომა და სექსუალური ლტოლვის ახლად გამოღვიძება **განიბალური სტადიის** დასაწყისს მოასწავებს. ოიდიპოსის კომპლექსთან დაკავშირებული შინაგანი ბრძოლა ისევ იწყება. მოზარდობის ხანისთვის დამახასიათებელი შინაგანი დაბნეულობა, ნაწილობრივ, ამას მიეწერება.

### *განვითარების ფსიქოსოციალური სტადიები*

განვითარების ფსიქონალიტიკურ თეორიაში ძირითადი ყურადღება ადამიანის ცხოვრების პირველ ხუთ წელს და ინსტინქტების განვითარებას ეთმობა. ამ თეორიულ ჩარჩოებშივე ეგო-ფსიქოლოგებმა სცადეს მეტი ყურადღება ამ აღრეულ წლებში განვითარების სხვა ასპექტებისთვისაც დაეთმოთ. ერიკ ერიკსონმა, ერთ-ერთმა წამყვანმა ეგო-ფსიქოლოგმა, განვითარება ფსიქოსოციალური ტერმინებით აღწერა. ფსიქოსოციალურ ცვლილებათა მის თეორიაში მოცემულია ტიპური კონფლიქტის 8 სახეობა, რაც ადამიანის ცხოვრებაში დაბადებიდან სიბერემდე წამოიჭრება. ერიკსონის რწმენით, ყოველი ინდივიდი თანმიმდევრობით გადის სტადიებს, რომლებიც მთავარი კონფლიქტის გარშემო იყრის თავს. ეს კონფლიქტია საკუთარი რაობა. ინდივიდი წარმატებით გადაჭრის ამ კონფლიქტს, ან მის გადაჭრას ვერ მოახერხებს. წარმატებული გადაჭრა გულისხმობს, რომ ინდივიდმა რაღაც ახალი და პოზიტიური შეიძინა, ხოლო წარუმატებელი იმას, რომ ინდივიდს არა თუ არ შეემატა რაღაც პოზიტიური, არამედ დაემატა რაღაც არაჯან-

სალი, რაც შემდგომში დადს დაასეამს მისი ცხოვრების კარდი-  
ნალურ განწყობებს და მოლოდინებს. იხ. ტაბულა 1.

ტაბულა 1. ფსიქოსოციალური განვითარების სტადიები ერიკსონის მიხედვით

ფსიქოლოგი- ური სტადია	ასაკი	პოზიტიური გამოსავალი	ნეგატიური გამოსავალი
ანტიპათიური ანტიპათიური ანტიპათიური ანტიპათიური	1 წ.	შინაგანი კომფორტის განცდა, საკუთარი თავისა და სხვების მიმართ ნდობა, ოპტიმიზმი	დისკომფორტის განცდა, საკუთარი თავისა და სხვების მიმართ უნდობლობა, პესიმიზმი
ანტიპათიური ანტიპათიური ანტიპათიური ანტიპათიური	2-3	წყობილობა, თვითკონტროლი, არსებობის გაკეთების უნარი	სიხისტე, საკუთარ შესაძლებლობებში დაუქვეება, სირცხვილი
ანტიპათიური ანტიპათიური ანტიპათიური ანტიპათიური	4-5	კმაყოფილება ნამოქმედართ, აქტიურობა, გარკვეულობა და მიზანდასახულობა	ბრალეულობის განცდა საკუთარი ზრახვების გამო
ანტიპათიური ანტიპათიური ანტიპათიური ანტიპათიური	ლატენტური პერიოდი	საქმით დაკავების უნარი, საკუთარი შრომით მიღებული კმაყოფილება	არაადეკვატურობის, არასრულფასოვნების განცდა, საქმის ბოლომდე ქურ მიყვანა
ანტიპათიური ანტიპათიური ანტიპათიური ანტიპათიური	მიზანდობის ხანა	იდენტურობის ანუ მეოპის განცდის წამოყალიბება, მომავლის კონტუერების მონიშენა	სოციალური როლების ვერმორგება, უხერხულობისა და საკუთარი არაბუნებრივობის განცდა
ანტიპათიური ანტიპათიური ანტიპათიური ანტიპათიური	ახალგაზრ დობა	აზრების, გრძობების, საქმის სხვასთან გაზიარება, დაახლოება, ერთგულება	სიახლოისგან თავის არიდება, ადამიანებთან ზერელე ურთიერთობები
ანტიპათიური ანტიპათიური ანტიპათიური ანტიპათიური	სამუშაო ასაკი	საკუთარი თავის გარდა სხვა ადამიანებზე, სახოგადობაზე, ქვეყანაზე ხრუნვის უნარი	საქმისადმი ინტერესის დაკარგვა, ადამიანურ კავშირთა გასადაქება, საკუთარ თავში ნაკეცვა
ანტიპათიური ანტიპათიური ანტიპათიური ანტიპათიური	ხანდაზმუ ლობა	ცხოვრების აზრიანობის განცდა, გარედილი ცხოვრებით და ნაღვაწით კმაყოფილება	დაცარიელებულობა, ფუჭად წაღილი ცხოვრების განცდა, სიკედილის შიში

პირველი სტადია მნიშვნელოვანია არა მხოლოდ სიამოვნების პირის არესთან ლოკალიზებით, არამედ იმითაც, რომ კვების სიტუაციაში დედა-შვილს შორის ნდობა-უნდობლობა ყალიბდება. ანალური სტადია საგულისხმოა არა მხოლოდ იმით, რომ ეროგენულმა ზონამ სხვაგან გადაინაცვლა, არამედ იმითაც, რომ ამ დროს ბავშვს ქოთანში მოსაქმებას ასწავლიან. ბავშვისთვის ეს მეტად მნიშვნელოვანი სოციალური სიტუაციაა. თუ ამ პროცედურას ბავშვმა სწრაფად გაართვა თავი, მას ჩამოუყალიბდება ავტონომიის განცდა, ხოლო თუ დროულად ვერ მიეჩვენა, სირცხვილი და საკუთარ თავში დაურწმუნებლობა მისი მუდმივი თანამგზავრი გახდება. ფალოსურ სტადიაზე ბავშვმა უნდა გადაჭრას კონფლიქტი სიამოვნების მიღებასა და ბრალეულობის გრძნობას შორის, რათა საბოლოო ჯამში, მტკიცე, უდრეკი გახდეს, მზად იყოს კონკურენტული ბრძოლისთვის და ამ ბრძოლაში იმარჯვებდეს.

ერიკსონისთვის ლატენტური და გენიტალური სტადიები ეს ის პერიოდებია, როდესაც ინდივიდს უვითარდება შრომისმოყვარეობა და წარმატებულობის გრძნობები ან პირიქით, არასრულფასოვნების გრძნობა და, რაც მთავარია, იდენტურობის ანუ საკუთარ თავთან მუდმივი იგივეობის გრძნობა ან ამის საპირისპირო – ბუნდოვანი, აღრეული იდენტურობის განცდა. მოზარდობის პერიოდის მთავარი ამოცანაა თვითიდენტურობის გრძნობის ჩამოყალიბება: დარწმუნებულობა, რომ მისი ამჟამინდელი “მე” მისი წარსული “მე“-ს გაგრძელებაა და ემთხვევა იმას, როგორადაც მას სხვები აღიქვამენ. ამისგან განსხვავებით იდენტურობა აღრეულმა ადამიანმა არ იცის დანამდვილებით თუ ვინ არის და რას წარმოდგენს, არ არის დარწმუნებული, რომ იმას, რასაც იგი საკუთარ თავზე ფიქრობს, სხვებიც იზიარებენ. ის მკაფიოდ ვერ აცნობიერებს როგორ გახდა ისეთი, როგორიც ახლა არის და ვინ იქნება მომავალში. იდენტურობის ძიებასთან და-

კავშირებული კოლიზიები განსაკუთრებით მწვავედება მოსარდობის ასაკში. იდენტურობის პრობლემის გადაჭრის იმედით, ინდივიდი სხვადასხვა ჯგუფებს ეკედლება და სამომავლო კარიერაზე წუხს. თუ ეს პრობლემა დროულად ვერ გადაიჭრა, მომდევნო წლებში ინდივიდს სასოწარკვეთილება იპყრობს: ცხოვრება მას ძალზე ხანმოკლე ეჩვენება და ფიქრობს, რომ მისთვის ყველაფერი უკვე ძალიან გვიანია.

ერიკსონის მოდელით დახასიათებული ფსიქოსოციალური განვითარების სტადიები ცხოვრების განმავლობაში დასაძლევ კრიტიკული პერიოდების სერიაა; განვითარება ამ მხრივ მომწიფების პროცესს ემსგავსება, ხოლო მომწიფებით განპირობებული პროცესი უნივერსალურ ხასიათს ატარებს და ყველა კულტურაში დაახლოებით ერთნაირად მიმდინარეობს. ერიკსონი, ცხადია, აცნობიერებდა კულტურულ სხვაობათა მნიშვნელობას და იკვლევდა კიდევ სტადიათა გავლის თავისებურებებს სხვადასხვა კულტურაში, მაგრამ მიაჩნდა, რომ პიროვნების ფორმირების პროცესი ყველა კულტურაში მსგავს პრობლემათა გადაჭრას გულისხმობს: ყველა ადამიანი უნდა დაძლიოს პატარა ბავშვის უმწიფობა, შეიძინოს ნორმალური ფუნქციონირების უნარ-ჩვევები, დაეუფლოს სოციალური თანაცხოვრების წესებს; ყველგან წარმოიქმნება იდენტურობის მიღწევის, შემდგომი თაობების აღზრდის და სიკვდილისთვის თვალის გასწორების პრობლემები. ეს ამოცანები ყველა კულტურის წინაშე დგება, ვინაიდან თვით კულტურა კაცობრიობის ევოლუციის პროცესის ნაწილია.

იდენტურობის ფორმირება იკვლია, აგრეთვე, მარსიამ და გომიუსო 4 სტატუსი, რომელსაც ადამიანი ამ პროცესში მოიპოვებს.

*მიღწეული იდენტურობის სტატუსის* ადამიანი იძენს თუკი და როდესაც ის საკუთარი თავის ძიებისა და შეცნობის პროცესს გაივლის. ასეთი ინდივიდი ფუნქციონირებს მაღალ ფსიქო-

ლოგიურ დონეზე: შეუძლია დამოუკიდებელი აზროვნება, ურთიერთობაში სიახლოვე, რთული მორალური პრობლემების განსჯა, და რაც მოაწარია, ჯგუფურ ზეწოლას და საკუთარი ღირსების გრძობაზე მანიპულაციებს ის მედგრად ეწინააღმდეგება.

*საიდენტიფიკაციო მორატორიუმის სტატუსს* ფლობს იდენტურობის ცხარე კრიზისში მყოფი ინდივიდი. ასეთ ადამიანს შეუძლია ცხოვრება მაღალ ფსიქოლოგიურ დონეზე, რაც გამოიხატება რთულ ლოგიკურ მსჯელობებსა და მორალურ განსჯაში; ის პატივს სცემს ადამიანებს და აფასებს მათთან სიახლოვეს. მაგრამ მისთვის ჯერჯერობით გადაუჭრელი რჩება პრობლემა მაინც ვინ არის, რას წარმოადგენს თვითონ, რას ფიქრობენ მასზე სხვები და საკუთარ ცხოვრებაში სხვადასხვა საპასუხისმგებლო არჩევანის გასაკეთებლად ჯერაც არ არის მზად.

*ნაწუქარი ("უფასოდ მიღებული") იდენტურობის* შემთხვევაში ადამიანს ეძლევა გარკვეული იდენტურობა ისე, რომ გამოტოვებულია საკუთარი თავის შეცნობის პროცესი. ასეთი ინდივიდი რიგიდულია; ის იოლად დაჰყვება ჯგუფურ ზეწოლას და მის თავმოყვარეობაზე მანიპულირებას ადვილად ემორჩილება; ის ზედმისწეებით იცავს კონვენციურ ნორმებს და სხვადასხვა სოციალურ პირობითობას.

*დიფუზური (აღრეული) იდენტობის* ადამიანი თვითიდენტურობის მკაფიო განცდას ან სხვათა მიმართ რაიმე ვალდებულებებს მოკლებულია. ინდივიდი მტკივნეულად იტანს მის თავმოყვარეობაზე უარყოფით ზემოქმედებას, მისი აზროვნება ხშირად დაულაგებელია და მას ახლობლური ურთიერთობების დამყარება უჭირს.

ამგვარად, მარსია მიინჩევს, რომ ადამიანები განსხვავებულად გადიან იდენტურობის ფორმირების პროცესს. ეს განსხვავებები საკუთარი თავის განცდაში, სააზროვნო პროცესებში და პიროვნებათაშორისო ურთიერთობებში იჩენს თავს.

იდენტურობის პრობლემის მეტნაკლებად წარმატებული გადაჭრის შემდეგ ინდივიდი მომდევნო სტადიაზე გადადის. ახლა პრობლემა სხვა ადამიანებთან სიახლოვის მიღწევაა. ზოგიერთებს უეითარდება სხვა ადამიანებთან ერთობის და სოლიდარობის გრძნობა, საკუთარი წარმატება-წარუმატებლობათა მშვიდად მიღების უნარი, მთელი ცხოვრების უწყვეტ ციკლად განცდა, იმ დროს, როდესაც სხვები ოჯახსა და მეგობრებს ემოციურად მოწყვეტილნი. ცხოვრობენ ერთი დღით და გაშუღმებით წარსულ იმედგაცრუებებზე და მომავალ სიკვდილზე ფიქრობენ. თუმცა ხერხები, რითაც ზრდასრული ადამიანები სწყვეტენ (ან ვერ სწყვეტენ) პრობლემებს, შეიძლება სათავეს ბავშვობის კონფლიქტებში იღებდეს, აუცილებელი არ არის, რომ ყოველთვის ასე იყოს.

ერიკსონის კონცეფციაში განსაკუთრებით საყურადღებოა შემდეგი: 1. ხაზგასმა, რომ პიროვნების განვითარებისთვის მნიშვნელოვანია როგორც ინსტინქტური, ისე სოციალურ-ფსიქოლოგიური ბაზისი; 2. განვითარების სტადიების კონცეფციის განვრცობა მთელი ცხოვრების ციკლზე და იმ ძირითად გარდევად ფსიქოლოგიურ პრობლემათა მონიშვნა, რასაც ინდივიდი აწყდება შედარებით გვიანდელ სტადიებზე; 3. აღნიშვნა, რომ საკუთარი მომავლის ხედვა პიროვნების ისეთივე მნიშვნელოვანი მხარეა, როგორც წარსულის რეკონსტრუირება.

## ფროიდის ფსიქოლინამიური თეორია:

### პრაქტიკა და გამოყენება

ფსიქოანალიზი – პიროვნების კლინიკური თეორიაა და ცალკეული ადამიანის ინტენსიურ შესწავლასა და მიმართული. მასში მახვილი არაცნობიერ პროცესებზე და მოტივთა ურთიერთქმედებაზე კეთდება. განვიხილოთ როგორ აისახა ფსიქოანა-

ლისის საბაზო იდეები და ცნებები ადამიანთა დიაგნოსტიკაზე, ფსიქოპათოლოგიის ინტერპრეტაციაზე და მკურნალობაზე.

### უსიქოლიაბნოსტიკა: პროექციული ტესტები

პიროვნების ყველა ტესტს შორის ფსიქოანალიზის თეორიას ყველაზე მჭიდროდ უკავშირდება პროექციული ტესტები. პროექციული ტესტები შეიცავს მეტნაკლებად ბუნდოვან სტიმულებს, რომლებზეც ცდისპირი რეაგირებს როგორც მოვსურება და ამით საკუთარ პიროვნულ დინამიკას ავლენს. ტერმინი "პროექციული ტესტი" პირველად გამოიყენა ჰენრი მიურეიმ 1938 წელს და პიროვნების კვლევის სტანდარტიზებული ტესტების ალტერნატივად დასახა. ეს უკანასკნელი, მართალია, ახდენენ ადამიანთა კლასიფიცირებას, მაგრამ ადამიანის ინდივიდუალობას, ადამიანის სუბიექტურ მნიშვნელობათა და გრძობათა სამყაროს ვერ სწვდებიან.

ცნობილი პროექციული ტესტებია: რორშახის მელნის ღაქების ტესტი და თემატური აპერცეპციის ტესტი (თ თ). ორივე ეს ტესტი მოკლებულია მკაფიო სტრუქტურას და ამიტომ მასზე რეაგირება ინდივიდს თავისებური მანერით შეუძლია. ეს არის ტესტები, რომლის მიზნები კარგად შენიღბულია და მათ ცდისპირი, როგორც წესი, ვერ აცნობიერებს. ფსიქოანალიზის თეორია უკავშირდება პროექციულ ტესტებს შემდეგ პოზიციებში:

1. ფსიქოანალიზის თეორია აღიარებს ინდივიდუალურ სხვაობებს და პიროვნების ფუნქციონირების სირთულეს – გარესინამდვილის სტიმულთა ორგანიზება და სტრუქტურირება პიროვნების მონაწილეობით ხდება. პიროვნული ტესტები საშუალებას აძლევს ინდივიდს გასცეს ფორმითა და შინაარსით სრულიად თავისუფალი პასუხები.

2. ფსიქოანალიზის თეორია ხაზს უსვამს არაცნობიერი ფსიქიკურის და დაცვის მექანიზმების როლს; პროექციულ ტესტებში – ინსტრუქციებშიც და თვითონ სტიმულებშიც – ძალზე მცირე მინიშნებაა თუ რა პასუხია საჭირო. ტესტის მიზნები, ისევე, როგორც პასუხთა ინტერპრეტაცია ცდისპირისთვის უცნობია.

3. ფსიქოანალიზის თეორია ხაზს უსვამს პიროვნების პოლისტურ ანუ მთლიანობით გაგებას. იგი ყურადღებას აქცევს ნაწილთა ურთიერთმიმართებას და უარს ამბობს გაიგოს პიროვნების ქცევა მის ცალკეულ ნაწილთა და ნიშან-თვისებათა საფუძველზე.

განვიხილოთ ეს ორი ტესტი უფრო დეტალურად.

### *მელნის ლაქების რორშახის ტესტი*

მელნის ლაქების ტესტი გასული საუკუნის დასაწყისში შეეცადარელმა ფსიქიატრმა ჰერმან რორშახმა შეიმუშავა. რორშახი აწვეებდა მელანს ქაღალდზე და კეცდა მას შუაზე ისე, რომ სიმეტრიული, მაგრამ სრულიად გაუგებარი ფიგურები გამოსულიყო. ლაქებს ის პაციენტებს აჩვენებდა. ცდისა და შეცდომის მეთოდით შეირჩა ლაქები, რომელთა კონფიგურაციას სხვადასხვა ფსიქიატრიული დიაგნოზის მქონე პაციენტთა ჯგუფები განსხვავებულ ინტერპრეტაციას აძლევდნენ.

რორშახი ფროიდის ნაშრომებს, არაცნობიერი ცნებას და პიროვნების ფსიქოდინამიკურ თეორიას კარგად იცნობდა. მისი ტესტი, უდავოდ, მათი გავლენით შეიქმნა.

რორშახის ტესტი შეიცავს 10 ბარათს. ცდისპირს თხოვენ დახედოს თოთოვულ ბარათს და თქვას, რას ხედავს. პასუხები ფიქსირდება ოქმებში.



ტესტის ინტერპრეტირებისას სპეციალისტს განსაკუთრებით აინტერესებს როგორ მოხდა პასუხის ფორმირება, რამ განაპირობა ამგვარი პასუხი. ძირითადი პიპოთეზა ის არის, რომ ხერხი, რითაც ცდისპირი აყალიბებს ტესტის მისუელ აღქმას, კავშირშია იმ ზოგად წესთან, რითაც ის გარესამყაროს სტიმულებს ასტრუქტურებს და აწესრიგებს ანუ აღიქვამს. ხატები, რომლებიც მელნის ლაქის **სტრუქტურის** ადეკვატურია, ფსიქოლოგიური ფუნქციონირების მაღალ დონეს შეესაბამება, მიუთითებს რეალობასთან კარგ ადაპტირებულობასა და შეთანხმებულობაზე. მწირი პასუხები, რომლებიც არ შეესაბამება ლაქის სტრუქტურას, არარეალისტურ ფანტაზიებზე და არაადეკვატურ ქცევაზე მეტყველებს. პასუხთა შინაარსი (რას ხედავს უპირატესად – უსულო საგნებს, ადამიანებს თუ ცხოველებს, რა ნაწი პასუხებში – სიყვარული თუ სიძულვილი) ასევე მიიღება მხედველობაში. პასუხთა შინაარსის ინტერპრეტირება შესაძლებელია სიმბოლურ კლანშიც: აფეთქება სიმბოლურად გამოხატავს სიძულვილს; მტაცებელი ცხოველი – აგრესიას; ობობა, ალქაჯი, რვაფეხა – დომინანტურ დედას; გორილები, გოლიათები – მამას და ა.შ.

ხაზგასასმელია, რომ რორშახის ტესტი ინტერპრეტირდება არა ცალკეულ, კონკრეტულ პასუხთა მიხედვით, არამედ ერთად აღებული ყველა პასუხით. ამასთანავე, ექსპერიმენტატორი აკვირდება ცდისპირის ქცევას და თუ შენიშნა რაიმე უჩვეულო, ინტერპრეტაციისას აუცილებლად გაითვალისწინებს. მაგალითად, ცდისპირი, რომელიც სულ ითხოვს ექსპერიმენტატორისგან რაიმე მითითებას, შეგვიძლია განვიხილოთ როგორც სხვაზე დამოკიდებული პიროვნება. ცდისპირი, რომელიც დაძაბულია, ფრთხილად სჯამს კითხვებს და ბარათებს მეორე მხრიდანაც ათვალიერებს, სავარაუდოდ, ეჭვიანი ან პარანოიდული ტენდენციების მატარებელია.

“აპერცეუცია” აღქმაზე პიროვნების წარსული გამოცდილების, ცოდნის მარაგის, მსოფლხედვის და, აგრეთვე, მისი მომენტალური სულიერი მდგომარეობის გაელენას ნიშნავს. თემატური აპერცეუციის ტესტის ავტორები არიან ჰენრი მიურეი და კრისტინ მორგანი. ტესტი შედგება ფოტოებისგან, რომლებზეც გამოსახულია სხვადასხვა სცენა. ბარათების უმრავლესობაზე ნაჩვენებია მნიშვნელოვან ცხოვრებისეულ სიტუაციაში მყოფი ერთი ან ორი ადამიანი, თუმცა არის რამდენიმე უფრო აბსტრაქტული სურათიც. ცდისპირს თხოვენ შეოხზას ამბავი სურათზე გამოსახული თითოეული სცენის მიხედვით. ამბავი უნდა შეიცავდეს აღწერას თუ რა ხდება მოცემულ მომენტში, სცენის მონაწილეთა აზრებსა და გრძნობებს, რამ წარმოქმნა ეს ვითარება ანუ რა უძლოდა წინ ამ სცენას და რით დასრულდება იგი. სცენათა გაურკვეველობა და მათი ბევრნაირი ინტერპრეტირების შესაძლებლობა ფანტაზიის ჰორიზონტს არ ბოჭავს, პირიქით. ტესტი ემყარება კარგად ცნობილ ფაქტს: ორაზროვანი, გაუგებარი სოციალური სიტუაციის ინტერპრეტაცია ვერ იქნება თავისუფალი სუბიექტურობისგან ანუ ინტერპრეტაციაში აუცილებლად გაცხადდება ინტერპრეტატორის პიროვნება.

TAT-ის ბარათების სხვადასხვა კომპლექტი არსებობს: ქალებისთვის, კაცებისთვის და ბავშვებისთვის.

ტესტის ამოსავალი დებულებების კავშირი ფსიქოლინამიკურ თეორიებთან სრულიად ცხადია: TAT-ი პიროვნების არაცნობიერ და დათრგუნულ ტენდენციებს ააშკარავებს. ცდისპირი ვერ აცნობიერებს, რომ სინამდვილეში არა სხვაზე, არამედ საკუთარ თავზე გვიყვება და ამიტომ დაცვით მიქანიზმებსაც ნაკლებად იყენებს.

TAT-ზე გაცემული პასუხები შეიძლება დამუშავდეს და სისტემატურად შეფასდეს მიურეის საავტორო სქემით ან უფრო თავისუფლად. ტესტი კლინიკურ პრაქტიკაში და, ასევე, მოტივაციის ექსპერიმენტულ კვლევაში გამოიყენება.

პროექციული ტესტები შესანიშნავი ინსტრუმენტია, თუ გვინდა ცალკეული ინდივიდის შინაგანი ორგანიზაციის სირთულეს და ნიუანსებს ჩაეწვდეთ. მაგრამ უდიდესი სიძნელეები წარმოიქმნება თეორიული პიპოთეზების შემოწმებისას, თვითონ ამგვარი ტესტების სანდოობისა და ეალიდობის დადგენისას. აქ კვლავ ვაწყლებით წინააღმდეგობას, ერთი მხრივ ფსიქოლინამიკურ, კლინიკურ მონაცემთა ნაირფეროვნებასა და სიმდიდრეს, ხოლო მეორე მხრივ, სისტემატური კვლევისადმი წაყენებულ მკაცრ მოთხოვნებს შორის.

### ფსიქოპათოლოგია

პროფესიული ცხოვრების უდიდესი ნაწილი ფროიდიმა მონდომა მუშაობას ნევროტულ აშლილობებზე, საიდანაც, ფაქტობრივად, საკუთარი თეორიის ყველა პრინციპი გამოიყვანა. ფროიდი დარწმუნდა, რომ ნევროტული გადახრების მქონე პაციენტებისთვის დამახასიათებელი ფსიქოლოგიური პროცესები, მათი ექსკლუზიური თავისებურება სულაც არ არის: ამა თუ იმ ფორმით ისინი ყველა ადამიანთან გვხვდება. ამდენად, პაციენტთა ქცევაზე დაკვირვების საფუძველზე შექმნილი თეორია, თანდათანობით პიროვნების ზოგად თეორიად იქცა.

### პიროვნების ტიპები

ფროიდს მიაჩნდა, რომ პიროვნების ჩამოყალიბებისთვის გადაამწყვეტი მნიშვნელობისაა ცხოვრების პირველი ხუთი წელი. ამ პერიოდის განმავლობაში ინსტინქტურ ლტოლვათა გან-

ვითარებაში შეიძლება არაერთი წარუმატებლობა და შეყვარება მოხდეს. განვითარებაში ამგვარ შეფერხებებს და ჩავარდნებს ეწოდება **ფიქსაცია**. თუ განვითარების რომელიმე სტადიაზე ინდივიდის ინსტინქტები სათანადოდ არ დაკმაყოფილდა, მას აშინებს შემდგომ სტადიაზე გადასვლა, ხოლო თუ ინსტინქტები ჭარბად კმაყოფილდება, ინდივიდს აღარ უნდება სურვილი გააგრძელოს – ორივე ვითარებაში ვიღებთ ფიქსაციას. თუ მოხდა ფიქსაცია, ინდივიდი განვითარების მომდევნო სტადიებზეც იგივენაირი კმაყოფილების მიღებას ეცდება, რასაც წინა სტადიაზე იღებდა. მაგალითად, ორალურ სტადიაზე ნაწილობრივ ჩარჩენილი ინდივიდი გააგრძელებს ორალური სიამოვნების ძიებას ჭამაში, მოწვევაში ან სმაში. ფენომენი, რომელსაც **რეგრესია** ეწოდება, ფიქსაციის ფენომენს უკავშირდება. რეგრესიის შემთხვევაში ინდივიდი ცდილობს კმაყოფილების მიღების უფრო ადრინდელ ხერხს, ფიქსაციის უფრო ადრეულ მომენტს მიუბრუნდეს. რეგრესია ხშირია სტრესულ სიტუაციებში: ადამიანი იწყებს უსომიო ჭამას, სასმელს და თამბაქოს ეძიება ან კიდევ ძილს ეძიება.

**ორალური პიროვნება.** განვითარების ფსიქოანალიტიკურ თეორიაში ერთ-ერთი საინტერესო საკითხია როდის და როგორ, რა გზით ყალიბდება პიროვნული თავისებურებები.

განვითარების ყოველ სტადიას შეესაბამება თავისი ხასიათობრივი ტიპი, რომელიც მოცემულ სტადიაზე ნაწილობრივი ფიქსაციის გამო ჩამოყალიბდა. მაგალითად, **ორალური პიროვნების** თავისებურებები დაკავშირებულია პროცესებთან, რასაც ადგილი ჰქონდა ორალურ სტადიაზე და ინდივიდს ცხოვრების შემდგომ სტადიაზე გაჰყვა. ორალური პიროვნება ნარცისული პიროვნებაა, რადგანაც მას აინტერესებს მხოლოდ საკუთარი თავი და მკაფიოდ ვერ აცნობიერებს, რომ სხვები მისგან დამოუკიდებლად არსებობენ. სხვა ადამიანთა მნიშვნელობა მისთვის

ვის იმით ამოიწურება, რომ რაღაცის მოცემა შეუძლიათ (მაგ., საკვების). ორალური პიროვნება ყოველთვის რაღაცას ითხოვს – ეს შეიძლება იყოს მოკრძალებული თხოვნა, ხვეწნა, მედარა ანდა აგრესიული მოთხოვნა.

ორალური ხასიათის ნიშნებია: ოპტიმიზმი-პესიმიზმი; მიმდობლობა-უნდობლობა, აღტაცებულობა-შურიანობა, თავდაჯერებულობა-თავიმდრეკილობა. მკვეთრად გამოხატულ ამ ნიშანთა არსებობა ფიქსაციაზე მიუთითებს. ეს პიროვნული ნიშნები ორალურ დონეზე მშობლებთან ურთიერთობაში წარმოიშვა იმასთან მიმართებით თუ რა შესთავაზა გარესამყარომ – მოთხოვნილებების დაკმაყოფილება თუ ფრუსტრირება და მოახერხა თუ არა თვითონ ბავშვმა სასურველის მოპოვება. აქვე ყალიბდება არაკონსტრუქციული საპირისპირო ტენდენციები – მანიპულატორობა ან პასიურობა: გამოვგლიჯო გარესამყაროს სიამოვნება თუ ველოდო როდის ჩამოვარდება ციდან.

ორალური ხასიათის ადამიანი დაცვის მექანიზმებად უპირატესად იყენებს: პროექციას, უარყოფას და ინტროექციას. ეს უკანასკნელი სხვა ადამიანთან შერწყმის რეაქციაა. ფაქტობრივად, ინდივიდი ფსიქოლოგიურად სხვა ადამიანად გადაიქცევა, რათა გაექცეს ამ ადამიანის მისთვის საშიშ არსს ან ამ ადამიანის წინააღმდეგ მიმართულ საკუთარ სახიფათო იმპულსებს. ინტროექციის გამოვლინებაა “აგრესორთან იდენტიფიკაცია”, პარადოქსული ფაქტი, როდესაც “მსხვერპლს” უყვარს თავისი “მტარვალი.”

დაცვის ეს სამივე მექანიზმი გულუბრყვილოდ გამოიყურება, მაგრამ მათი გაელენა საკმაოდ ნეგატიურია, რადგან რეალობის დეფორმირებულ აღქმას განაპირობებს. უარყოფა – ოპტიმიზმის და პესიმიზმის მთავარი დეტერმინანტია, რადგან ოპტიმიზმის შემთხვევაში ცალმხრივად არის დანახული პოზიტიური გამოსავალი და უარყოფილია ნეგატიური, ხოლო პესი-

მიზმის შემთხვევაში ვითარება შებრუნებულია. პროექციის გამოხატულებაა უნდობლობა სხვა ადამიანებისადმი, მათთვის იმთვისებების მიწერა, რასაც ადამიანი საკუთარ თავში ვერ ამინევს. მანიპულატორობა ან ხელგაშლილობა ზედმეტად მზრუნველ მშობლებთან ინტროექციის შედეგია.

**ანალური პიროვნება.** სახელწოდება “**ანალური პიროვნება**” განვითარების ანალურ სტადიას უკავშირდება. განსხვავებით ორალური სიამოვნებისგან, რომელიც პირის არეს და ორალურ აქტივობას შეესაბამება, რაც ზრდასრულმა ადამიანმა შედარებით ღიად შეიძლება გამოხატოს, ანალურ იმპულსებთან დაკავშირებულმა კმაყოფილებამ ასაკის მატებასთან ერთად მნიშვნელოვანი ტრანსფორმაცია უნდა განიცადოს. საზოგადოდ, ანალური ხასიათის ნიშნებს განაპირობებს განვითარების ანალურ სტადიაზე მომხდარი პროცესები, რომლებიც წარსულს ბოლომდე ვერ ჩაბარდა. მათგან უმთავრესია სხეულში მიმდინარე პროცესები (ფეკალიების დაგროვება და მათგან გათავისუფლება) და პიროვნებათაშორისო ურთიერთობები (მშობელ-შვილის “შერკინება” სისუფთავის ჩვევების შემუშავების გამო). ამ ორი პროცესის გაერთიანებით ანალური პიროვნება კუჭში გასვლას ძალაუფლების სიმბოლოდ მიიჩნევს.

ორალური ხასიათის ანალურით შეცვლა გამოიხატება გადასვლით “**მომეცი!**”-დან – “**გააკეთე, რასაც გაუბნები!**”-ზე.

ანალური ხასიათისთვის დამახასიათებელ პიროვნულ ნიშნებს ეწოდება *ანალური ტრიადა*. ეს არის: მოწესრიგებულობა (მეთოდურობა) და სისუფთავე; მომჭირნეობა და ძუნწობა; ჯიუტობა. მაგრამ ანალური პიროვნება ასევე შესაძლებელია ზუსტად საპირისპირო ნიშნებს ავლენდეს ანუ იყოს უწესრიგო, დაუდევარი, დაბნეული, უყაირათო, დამყოლი. ანალურ პიროვნებასთან ეს ყოველივე აკვიატებულ ხასიათს ატარებს და დაცვის მექანიზმების გამოხატულებაა. ანალური პიროვნება

ხშირად ცდილობს კონტროლი მოიპოვოს საგნებზე, ხოლო ძალაუფლება – ადამიანებზე.

ანალური ხასიათის ადამიანი დაცვის მექანიზმებად უპირატესად იყენებს ინტელექტუალიზაციას, საპირისპირო რეაქციის წარმოქმნას, იზოლაციას და ანულირებას. სურათი ასეთია: საპირისპირო რეაქციის წარმოქმნით ადამიანი თავისუფლდება სოციალურად მიუღებელი ისეთი მოვლენებისგან, როგორცაა უსუფთაობა, მედმივი დაგვიანება და ძუნწობა. იგი ხდება ზედმიწევნით სუფთა, ავადმყოფურად პუნქტუალური და არაჩვეულებრივად ხელგაშლილი. საკუთარ თავში ამ თვისებათა დანახვას აძლიერებს ანულირება – ყველა არასასურველი თვისების ჭარბი კომპენსირება საპირისპირო რეალური ქმედებით.

**ფალოსური ხასიათი.** ოდიპოსის კომპლექსის სტადიაზე ნაწილობრივი ფიქსირების შედეგია ფალოსური ხასიათი. ამ სტადიაზე ფიქსირებას გასხვავებული შედეგები მოაქვს ქალებისა და კაცებისთვის. მაშინ როცა წარმატება ორალური პიროვნებისთვის ნიშნავს “მე რაღაცას ვიღებ!”, ხოლო ანალური პიროვნებისთვის “მე ვაკონტროლებ!”, ფალოსური ტიპის კაცისთვის წარმატებულობა ნიშნავს “მე მამაკაცი ვარ!” ფალოსური ტიპის მამაკაცი უნდა აქარწყლებდეს თავისი არამამაკაცურობის (“კასტრირებულობის”) ყოველგვარ ეჭვს. მისთვის წარმატება იმაშია, რომ სხვათა თვალში იგი “დიდი ვინმეა”, “მაგარია”, “ყონადია”, “ვაუკაცია”.

მამაკაცის ფალოსური ხასიათის ქალური ანალოგია ე.წ. **ისაპროიდული პიროვნება.** ოდიპოსის კომპლექსის დასაძლევად პატარა გოგონა აძლიერებს დედასთან და ფემინურობასთან (ქალურ საწყისთან) იდენტიფიკაციას. იგი იყენებს საკუთარ მომხიბვლელობას და სიკეკლუცეს, მაგრამ ვერ გრძნობს ამის უკან მდგარ სექსუალურ მისწრაფებებს. ასეთი გოგონა, შემდგომში ქალი, რაიმე კონკრეტული სექსუალური მიზნის გარე-

შეცდომებს მამაკაცის მიწვევას. ისტერიული ქალები აღფრთხილებენ ცხოვრებას, თავის პარტნიორებს და ეძებენ რომანტიკულ სიყვარულს. ბოლოს ცხოვრების რეალობას ვერ უმჯობედებიათ და მას ზუგს აქცევენ.

ფალოსური ტიპის ადამიანი ძირითადად დაკავებულია საკუთარი სილაშაზით და გამორჩეულობით. თავი რომ კარგად იგრძნოს მას სჭირდება, რომ ეს "აუდიტორიამ" ანუ სხვებმაც დაუდასტურონ. თუ ექნება ამგვარი მხარდაჭერა და აღიარება, იგი მართლაც იქნება საინტერესო, მიმზიდველი, მომხიბლავი და უშუალო. ხოლო თუ ამგვარ აღიარებას ვერ მიიღებს, საკუთარი არარაობის, სიმახინჯის, უნიჭობის შავბნელი აზრები დაეუფლება და "საქციელი წაუხდება".

ფალოსური ხასიათის თვისებებია: პატივმოყვარეობა – საკუთარი თავის მიმართ სიძულვილი, სიამაყე – თავმდაბლობა: თავზეხელაღებულიობა – გაუბედაობა; გულდიაობა – კარნაქეტილობა; მოხდენილობა – სიუბრალოვე, სიკეკლუცე – უკარებლობა; ხალისიანობა – დაღერემილობა.

დაცვის ძირითადი მექანიზმია – განდევნა ანუ ცნობიერებიდან შფოთვის აღმძვრელი ინსტინქტური ლტოლვების და მოქმედებების მოცილება. ამასთანავე, გამოიყენება დაცვის ყველა ის მექანიზმი, რაც წინა სტადიებზე იყო ხელმისაწვდომი.

**გენიტალური ხასიათი** პიროვნების განვითარების და სიმწიფის მწვერვალია. თუმცა ეს არ ნიშნავს, რომ მისთვის კონფლიქტები, დაცვები და სექსუალური აკრძალვები უცხოა – უბრალოდ, ეს კონფლიქტი მინიმალურია და შეიძლება გადაიჭრას ნაკლებად ხისტი დაცვის მექანიზმით – სუბლიმაციით. საბოლოოდ, გენიტალური პიროვნების პორტრეტი ასეთია: ის სოციალიზებულია, გარემოსთან კარგად არის შეგუებული და მისგან არ იტანჯება; კმაყოფილია საკუთარი თავით, მაგრამ ფალოსური ხასიათის ინდივიდისგან განსხვავებით არ არის ქედმაღალი



და პატივმოყვარე; სასიყვარულო ურთიერთობებში პარტნიორის მიმართ სუდამეტად მომთხოვნი და მასზე „მიწებებული“ არ არის. შრომაში იგი მუყაითი და პროდუქტიულია, მაგრამ ანაღური ხასიათისთვის დამახასიათებელი სრულყოფილების აკეი-ატებულობისა და ქიშპობისგან თავისუფალია; უანგარო და გუღუხვია, მაგრამ ანაღური ხასიათის ადამიანისგან განსხვავებოთ ამოთ თავი არ მოაქვს. ერთი სიტყუოთ, გენიტაღური ტიპის ადამიანი იკმაყოფილებს ინსტინქტურ ლტოლვებს და, ამასთან, დანაშაულის გრძნობა და დასჯის შიში მას არ სტანჯავს.

### *კონფლიქტი და დაყვა*

ფროიდის თანახმად, მთელი ფსიქოპათოლოგია უკავშირდებო სურვილს დაკმაყოფილდეს ლტოლვები, რომლებმაც განვითარების უფრო ადრინდელ სტადიაზე გაიყინა. ამგვარად, პათოლოგიის შემოთხვევაში ინდივიდი ისეე ისწრაფვის მიიღოს ბავშუური ფორმებით სექსუაღური და აგრესიული კმაყოფილება. მაგრამ წარსულ ტრავმასთან შესაძლო კავშირის გამო ამ სურვილის გამოვლენა შეიძლება ნიშნავდეს “მე“-სადმი მუქარას, და ეს კი შფოთვას აღძრავდეს. ასე იქმნება კონფლიქტის სიტუაცია, როცა ერთი და იგივე მოქმედება სიამოვნებასაც უკავშირდებო და ტკივილსაც. მაგალითად, სექსუაღური განცდებისადმი ნების მიცემას ამუხრუტებს დანაშაულის გრძნობა, სასჯელის და შეურაცხყოფის შიში; ადამიანის სურვილს სხვას დაყრდნოს და დაექვემდებაროს, შიში, რომ ეს ფრუსტრაციასა და ტკივილს მოუტანს. ორივე შემოთხვევაში გვაქვს სურვილსა და შფოთვას შორის კონფლიქტი. კონფლიქტში მყოფი ინდივიდი კი, როგორც წესი, თავს უბედურ და არათავისუფალ ადამიანად გრძნობს.

შფოთვა, არსებითად, კონფლიქტის უმთავრესი ელემენტია. პათოლოგიის დროს ურთიერთთან კონფლიქტშია სურვილი (ინსტინქტი) და საფრთხის განცდა (შფოთვა), რომელიც ემუქრება ინდივიდს, თუკი სურვილი იქნება გამოვლენილი (რეალიზებული). შფოთვისგან თავის დასაცავად, როგორც ცნობილია, დაცვის მექანიზმები გამოიყენება. ხშირ შემთხვევაში ძლიერი კონფლიქტი იწვევს სიზარითს ჩამოყალიბებას. სიმპტომები, როგორიცაა სხვადასხვა ნერვული ტიკი, ფსიქოლოგიური წარმოშობის დამბლები ან აკვიატებული მოქმედებები, დათრგუნულ ლტოლვათა დამახინჯებული გამოხატულებებია. სიმპტომის მნიშვნელობა, ინსტინქტის სახიფათო ბუნება და დაცვის არსი – ეს ყველაფერი ცნობიერების მიღმა რჩება. მაგალითად ავიღოთ ყოველ წუთს ხელის ბანის “რიტუალი”. ეს სიმპტომი ერთდროულად შეიძლება ნიშნავდეს სურვილს „აკეთო ბინძური საქმეები“ და ამ სურვილისგან დაცვას – აკვიატებულ პირად სისუფთავეს.

ამრიგად, ფსიქოანალიტიკური თეორიის თანახმად, პათოლოგიური ქცევის ყველა შემთხვევაში გვაქვს არაცნობიერი კონფლიქტი სურვილსა და შიშს შორის, რაც სათავეს ადრეულ ბავშვობაში იღებს ანუ, ჩვენ, უფროსებს, ნაწილობრივ შენარჩუნებული გვაქვს ქცევის ბავშვური ფორმები, რომლებიც სტრესის დროს შეიძლება გააქტიურდეს და შეგვაწუხოს.

### „სიშის სვლილება“

როგორ ხდება ცვლილება? თუ ადამიანს უკვე ჩამოუყალიბდა ქცევის, აზროვნების და სხვადასხვა სიტუაციაზე რეაგირების თავისებური წყობა, როგორ, რის ხარჯზე შეიძლება პიროვნება შეიცვალოს? ფსიქოანალიტიკური თეორიის თანახმად, არსებობს პიროვნული ზრდის ნორმალური თანმიმდევრო-

ბა, რომელიც ფრუსტრაციის ოპტიმალური დონის წყალობით  
ყალიბდება. თუ ფრუსტრაციები ზედმეტად ბევრი ან ცოტაა,  
ნორმალური განვითარება წყდება და პიროვნება განვითარების  
მიღწეულ სტადიაზე ფიქსირდება. ეს ნიშნავს, რომ იგი იწყებს  
ქცევის ათვისებულ სახეობათა გამოყენებას სიტუაციაში მომხ-  
დარ ცვლილებათა გათვალისწინების გარეშე. თუკი ამგვარი  
ნევროტული ჩაგვრდნა მოხდა, როგორ შეიძლება ამ ჩაკეტილი  
წრის გარღვევა და წინ წაწევა?

*არაცნობიერში შეღწევა: თავისუფალი ასოციაციები და  
სიმშრების ინგერპრეტაცია*

თავისუფალი ასოციაციების მეთოდი და სიზმრების ინ-  
ტერპრეტაცია ფროიდს ფსიქონალიზის წამყვან მეთოდად მი-  
აჩნდა. თავისუფალი ასოციაციის მეთოდი მდგომარეობს შემ-  
დეგში: პაციენტი, რომელიც მოხერხებულად წევს ტახტზე, შეპ-  
ლებისდაგვარად ათავისუფლებს გონებას და უწყვეტად აღ-  
წერს საკუთარ აზრებს, სურვილებს, ფიზიკურ შეგრძნებებსა  
და წარმოდგენებს. მან მაშინვე უნდა აცნობოს ანალიტიკოსს  
ნებისმიერი აზრი თუ გრძნობა, რაც გაუელვებს გონებაში, გა-  
ნურჩევლად იმისა, რამდენად მნიშვნელოვნად მიაჩნია იგი. რა-  
კი ასოციაციები არასოდეს არის შემთხვევითი, ანალიტიკოსის  
ამოცანაა თვალი გააღვენოს მათ და უბრალო სიტყვების მიღ-  
მა ნაგულისხმევი რეალური მნიშვნელობა ამოიცნოს. ამასთან,  
პაციენტს ძლიერი გრძნობების ამოთქმის საშუალება ეძლევა.  
ეს გრძნობები, როგორც წესი, პაციენტისთვის მნიშვნელოვან  
და ძალამოსილ ფიგურებზეა მიმართული და ცნობიერებიდან  
დასჯის ან სამაგიეროს მიზღვის შიშით განიდევნა. ნებისმიერ

ემოციურ განმუხტვას, რაც ხდება თერაპიულ გარემოში, ამ ან სხვა პროცესის შედეგად, *კათარზისი* ან განწმენდა ეწოდება.

არაცნობიერში შეღწევის „სამეფო გზად“ მიაჩნდა ფროიდს სიზმარი, ანუ მისი ხილვითი შინაარსიდან ფარული შინაარსის, გაუცნობიერებელი სურვილების ამოკითხვა, და ამისთვის ისევე თავისუფალ ასოციაციათა მეთოდის გამოყენება. სიზმარი, სიმპტომის მსგავსად, გაუცნობიერებელი სურვილების მასკირება და ნაწილობრივი განხორციელებაა. სიზმრებში ადამიანს შეუძლია დაიკმაყოფილოს საკუთარი აგრესიული და სექსუალური მისწრაფებები შენიღბული, და ამდენად, უსაფრთხო ფორმით. მაგალითად, იმის ნაცვლად, რომ თვითონ კლავდეს ვინმეს სიზმარში, მას ესიზმრება, რომ საძულველ ადამიანს კლავენ. ამ შემთხვევაში სურვილის ამოცნობა ასე თუ ისე შეიძლება, სხვა დროს კი იგი შეიძლება გაცილებით უკეთ იყოს შენიღბული და სწორედ ამიტომ ხდება საჭირო თავისუფალ ასოციაციათა გამოყენება.

განდევნილი მასალის ცნობიერების ზედაპირზე ამოსვლისას, პაციენტი, როგორც წესი, ამტკიცებს, რომ ის იმდენად უმნიშვნელო, აბსურდული, შეუსაბამო ან უსიამოვნოა, რომ არც კი ღირდეს სალაპარაკოდ. თერაპევტი კი სრულიად საპირისპიროს ფიქრობს. ფსიქოანალიზის მისანია დაძლიოს პაციენტის წინააღმდეგობა და აიძულოს ამ მტკივნეულ აზრებს, სურვილებსა და განცდებს თვალი გაუსწოროს.

თერაპიული ცვალებების პროცესი გულისხმობს შერკინებას არაცნობიერ ემოციებთან და სურვილებთან, პაციენტისთვის შედარებით უსაფრთხო და უმტკივნეულო ვითარებაში. თუ ფსიქოპათოლოგიას განაპირობებს შეფერხება ანუ ფიქსაცია განვითარების ადრეულ სტადიაზე, ფსიქოანალიზის პროცედურა

რის დახმარებით ინდივიდი თავისუფლდება ამ ფიქსაციისგან, რათა ფსიქოლოგიური განვითარების ნორმალურ გზას დაუბრუნდეს. თუ ფსიქოპათოლოგია გამოიწვია ინსტინქტთა ბლოკირებამ და ფსიქოლოგიურ დაცვაზე ენერჯის უზომო ხარჯვამ, ფსიქოანალიზი ენერჯიას იმგვარად გადაანაწილებს, რომ მეტი ენერჯია დაეთმოს უფრო მოქნილ, ნაყოფიერ საქმიანობას, რომელიც თავისუფალი იქნება დანაშაულის განცდისგან და მეტიც, კმაყოფილებას მიანიჭებს ადამიანს. თუ ფსიქოპათოლოგიის მიზეზია კონფლიქტები და დაცვის მექანიზმები, ფსიქოანალიზი შეასუსტებს კონფლიქტებს და პაციენტს მოუხსნის დაცვის პროცესებით დაწესებულ შეზღუდვებს. თუ ფსიქოპათოლოგია წარმოშვა ინდივიდზე არაცნობიერის გაბატონებამ და იდის ტირანიამ, ფსიქოანალიზი ხელს შეუწყობს იმის გაცნობიერებას, რაც მანამდე ვერ ცნობიერდებოდა და “მე“-ს დაეხმარება საკუთარ კონტროლს დაემორჩილოს ის, რასაც ადრე “იდი” ან ზე-“მე” განაგებდა.

### *თერაპიული პროცესი: ვალაგანა*

ფსიქოანალიზის შედეგად ინდივიდი უბრუნდება და აგრძელებს განვითარების პროცესს, რაც ნევროზმა შეაფერხა. ფსიქოანალიზის ძირითადი პროცედურული პრინციპია დავაბრუნოთ პაციენტი, მაგრამ ახლა უფრო ხელსაყრელ ვითარებაში, იმ ემოციურ სიტუაციებში, რასაც მან წარსულში თავი ვერ გაართვა. წარსულისადმი ამგვარ მიბრუნებაზე მძლავრ გავლენას ახდენს **ვალაგანის**, ანუ ტრანსფერის ურთიერთობები და ვალაგანის ნევროზის განვითარება. ტერმინი **ვალაგანა** ეხება პაციენტის მხრიდან ანალიტიკოსის მიმართ ემოციური დამოკიდებულებების განინას თავისი მშობლებისადმი ადრე ჩამოყალიბ-

ბებულები ემოციის დარად. გადატანა ანუ წარსული გამოცდილების გაკვლით ამქამინდელი რეალობის დამახინჯება, ხშირია ყოველდღიურ ცხოვრებაშიც და ყველა ფორმის ფსიქოთერაპიასა და ფსიქოკონსულტაციაში. ფსიქიანალიზი გადატანას აქტიურად იყენებს და ეყრდნობა მას როგორც ცვლილებათა მამოძრავებელ ძალას: ფსიქოთერაპევტის მეუდრო კაბინეტში პაციენტის წოლა ტახტზე, ხშირი შეხვედრების რეჟიმი (კვირაში 4-5 შეხვედრა) უზრდის პაციენტს ამ ურთიერთობის ემოციურ მუხტს, ხოლო ის ფაქტი, რომ პაციენტი ემოციურად ეჯახება თავის ანალიტიკოსს, რომელსაც, როგორც აღამიანს, ფაქტობრივად არცკი იცნობს, მეტყველებს იმაზე, რომ პაციენტის ემოციური რეაქციები მთლიანად მისივე ნეეროტული კონფლიქტებით არის ნასაზრდოები. ხატონად რომ ითქვას, ანალიტიკოსი სარკე ან სუფთა ეკრანი, რაზეც ინდივიდი თავისი სურვილების თუ შფოთვების პროექციას ახდენს.

გადატანის პროვოცირება ხშირად იწვევს გადატანის ნეეროზს. სწორედ ასეთ დროს მთელი ძალით გადმოაფრქვევს პაციენტი თავის ძველ კონფლიქტებს. ანალიტიკოსთან ურთიერთობებში პაციენტი წარსულიდან გამოყოფილი სურვილებითა და მშფოთვარე განცდებით შემოდის. მისი მიზანი ის კი არ არის, რომ გამოჯანმრთელდეს, არამედ ფსიქიანალიტიკოსისგან მოიპოვოს ის, რაც დააკლდა და რის გარეშეც ყოფნა უწევდა ბავშვობაში. მაგალითად, ნაცვლად იმისა, რომ სურდეს სხვებისგან უფრო დამოუკიდებელი გახდეს, უშედეგოდ ცდილობს აიძულოს ანალიტიკოსი სხვაზე დაყრდნობის და დამოკიდებულების მოთხოვნილება დაუკმაყოფილოს. თავდაპირველი, ბავშვობისდროინდელი კონფლიქტი სუსტდება თუ პაციენტი ინტელექტუალურ და ემოციურ დონეზე თავისი კონფლიქტის რაობას ხედება და ამქამად თავი უფრო თავისუფალი პკონია საიმისოდ, რომ საკუთარი ღტოლვები პროდუქტიუ-

ლად, უკონფლიქტოდ დაიკმაყოფილოს. ეს შეეძლებული არ არის, რადგან ახლა იგი საკუთარ თავს და სამყაროს, გარესინამდვილეს ახლებურად ხედავს.

პიროვნების განვითარებას წარსულში შფოთვა და დანაშაულის გრძნობა აფერხებდა, ხოლო ანალიტიკური სიტუაცია საშუალებას აძლევს მას ძველ კონფლიქტებზე რეაგირება ახლებურად მოახდინოს. ამჯერად რეაქცია სხვაგვარი იქნება ძირითადად სამი ფსიქოთერაპიული ფაქტორის წყალობით: 1. ანალიზის დროს კონფლიქტი აღარ არის ისეთი მძაფრი, როგორც ის ამოსავალ სიტუაციაში იყო; 2. ანალიტიკოსი არ ექცევა პაციენტს ისე, როგორც მას მშობლები ექცეოდნენ; 3. ანალიზის მომენტისთვის პაციენტი გაიზარდა და საკმარისად მომძლავრდა, რომ თავისი ქცევის ინფანტილური მხარეები დაძლიოს. ეს სამი ფაქტორი საფუძველია იმისა, რასაც „მაკორეგირებელი ემოციური გამოცდილება“ ეწოდება.

კორექციას განაპირობებს შემდეგი: ხდება ძველ კონფლიქტებში თერაპევტის შეღწევა; პაციენტის ახლა უკვე კარგად ესმის, რომ მოთხოვნილების დაკმაყოფილებას უმწიფარი ხერხით ცდილობდა და რომ შესწევს უნარი მოთხოვნილება „მოწიფული“ ხერხებით დაიკმაყოფილოს; აცნობიერებს ძვალსა და რბილში გამჯდარ შფოთვებს და ესმის, რომ ეს ძველი შფოთვები არანაირად არ უკავშირდება მის ამჟამინდელ რეალობას. კორექციის შემდეგ პაციენტის მიერ საკუთარი ლტოლვებისა და სურვილების სრულ დაკმაყოფილებას მხოლოდ რეალობა და მისივე მორალური შეხედულებები დაუდებს ზღვარს.

### *პიროვნების ფსიქოანალიტიკური თეორიის შეფასება*

რამდენად სრულია პიროვნების ფსიქოანალიტიკური თეორია? უდავოა, რომ ფროიდმა დიდი წვლილი შეიტანა ფსიქი-

ლოგიაში: დაამკვიდრა ისეთი ახალი ტექნიკები, როგორცაა თავისუფალი ასოციაციები, სისმრების ინტერპრეტაცია, ბიძგი მისცა სადიაგნოსტიკო ტესტების შემუშავებას და, რაც მთავარია, ფსიქოანალიზმა აღმოაჩინა და შეისწავლა არაცნობიერის ახალი ფენომენები. ფროიდის მთელი ნამოსწავლის უპირველესი და მთავარი ღირსება დაკვირვებათა სიმდიდრე, ქცევის უყაქისესი დეტალებისადმი ყურადღებაა. თვითონ ფროიდის, როგორც მეცნიერის მთავარი ღირსება იმაშია, რომ თუმიცა მისნად დაისახა ყოველისმომცველი თეორიის შექმნა, მას ადამიანის ქცევის გამარტივება არ უცდია. სწორედ ადამიანის ქცევის სირთულის გააზრებიდან წარმოიქმნა თეორია, რომელმაც ადამიანის ქცევის თითქმის ყველა ასპექტი მოიცვა.

თეორიის მთავარ ნაკლოვანებად არასაკმარის მეცნიერულ სიზუსტეს და მეთოდის არასრულყოფილებას ასახელებენ. ფროიდი ამ კრიტიკულ მოსაზრებებს ეთანხმებოდა, მაგრამ მიაჩნდა, რომ კვლევის საწყის ეტაპზე მეცნიერს უწევს ფენომენების აღწერა და ასეთ დროს უზუსტობები გარდუვალია. ის, რომ ფსიქოანალიზის საფუძველზე უფრო ადვილია ქცევის ახსნა-განმარტება, ვიდრე წინასწარმეტყველება – ამ ბრალდებასაც ფროიდი საესებით ეთანხმებოდა.

ფსიქოანალიზის სეროზული კრიტიკოსები იყვნენ ჰუმანისტური ფრთის ფსიქოლოგები და ფსიქიატრიაში ეგზისტენციალური მიდგომის მომხრეები. მათი აზრით, წარმოდგენა ადამიანზე, როგორც დაძაბულობის შემცირებაზე ორიენტირებულ ენერგეტიკულ სისტემაზე ძირშივე მცდარია, განსაკუთრებით, როდესაც საქმე ინდივიდის შემოქმედებით მისწრაფებებს და პიროვნების თვითაქტუალიზაციას ეხება. ფსიქოანალიზს დაუნდობლად აკრიტიკებენ ფემინისტებიც, რომლებიც კატეგორიულად არ ეთანხმებოდნენ ფროიდს, რომ ზოგიერთი პიროვნული ნიშანი – შთაბეჭდილებიანობა, სხვებზე დამოკიდებულება



ბა, მგრძნობელობა, თავმომწონეობა, მორჩილება – ქალური ორიენტაციის მანუვრებელია და რომ ქალის ხასიათის ეს თვისებები ბიოლოგიამ განაპირობა. ფემინისტებს ყურადღებიდან გამორჩათ ის, რომ სწორედ ფსიქოანალიტიკურ მიმართულებას ჰყავდა სხეებთან შედარებით გაცილებით მეტი ცნობილი ქალი-თეორეტიკოსი, როგორებიც იყვნენ ანა ფროიდი, ჰელენ ღოინი, გრეტა ბიბრინგი, მარგარეტ მალერი, კლარა ტომპსონი, ფრიდა ფრომ-რაიჰმანი და სხვები.

### ძირითადი ცნებები

არაცნობიერი – აზრები, განცდები, გრძნობები, რომელთა არსებობა ჩვენთვის უცნობია.

ცნობიერი – აზრები, განცდები და გრძნობები, რომელთა არსებობა ჩვენთვის ცნობილია.

წინარეცნობიერი – აზრები, განცდები და გრძნობები, რომელთა არსებობას მოცემულ მომენტში ვერ ვაცნობიერებთ, თუმცა გაცნობიერება იოლად არის შესაძლებელი.

რეალობის პრინციპი – ფროიდის თანახმად, ფსიქოლოგიური ფუნქციონირება, რომელიც რეალობის გათვალისწინებას და სათანადო მომენტამდე სიამოვნების გადაჯაღებას ემყარება.

სიცოცხლის ინსტინქტი – ფროიდის მიერ შემოღებული ცნება იმ ლტოლვათა და ენერჯის წყაროთა აღსანიშნად, რომლებიც სიცოცხლის შენარჩუნებაზე და სექსუალურ კმაყოფილებაზეა მიმართული.

სიკვდილის ინსტინქტი – ფროიდის მიერ შემოღებული ცნება იმ ლტოლვების და ენერჯის წყაროების აღსანიშნად, რომლებიც თვითგანადგურებაზე ანუ არაორგანულ მდგომარეობაში გადასვლაზეა მიმართული.

ლიბიდო – ფსიქოანალიტიკური ტერმინი, რითაც თავიდან შექსუალურ ინსტინქტთან დაკავშირებული ენერგია, ხოლო შემდგომში სიცოცხლის ინსტინქტის ენერგია აღინიშნებოდა.

შფოთვა – ფსიქოანალიტიკურ თეორიაში – მტკივნეული ემოციური განცდა, რომელიც გვაწვდის სიგნალს, რომ ჩვენი “მე” საფრთხეშია.

დაცვის მექანიზმები – ხერხები, რასაც ადამიანი შფოთვის შესამცირებლად იყენებს. მათი მეშვეობით ხდება გარკვეული აზრების, სურვილების და განცდების ცნობიერებიდან მოცილება.

პროექცია – დაცვის მექანიზმი, რომლითაც ადამიანი ცნობიერებისთვის მიუღებელ საკუთარ ინსტინქტებს, აზრებს და სურვილებს სხვას მიაწერს.

უარყოფა – დაცვის მექანიზმი, რომლის მეშვეობით ხდება შინაგანი და გარეგანი მტკივნეული რეალობის იგნორირება.

დათრგუნვა ანუ განდევნა – დაცვის მთავარი, პრიორიტეტული მექანიზმი, რითაც ხდება აზრისა და სურვილის ცნობიერებიდან გაძევება.

სუბლიმაცია – დაცვის მექანიზმი – ინსტინქტის გამოხატვის საწყისი ფორმის უფრო ამაღლებული, კულტურულად მნიშვნელოვანი მიზნით ჩანაცვლება.

პირველადი პროცესი – ფსიქოანალიზში – აზროვნების ფორმა, რომელსაც ვერ მართავს ლოგიკა ან რეალობა და თავს იჩენს ოცნებებში, სიზმრებში და არაცნობიერის სხვა გამოვლინებებში.

მეორადი პროცესი – ფსიქოანალიზში – მე-ს განვითარებასთან დაკავშირებული და რეალობით მართული აზროვნების ფორმა.

პროექციული ტესტი – ტესტი, რომელიც შეიცავს ბუნდოვან, ორაზროვან სტიმულებს და მათზე რეაგირებით ცდისპირი

მისდაუნებურად საკუთარ პირველ მისწრაფებებს და შინაგან კონფლიქტებს ამჟღავნებს.

ფიქსაცია – ფროიდის მიერ მოწოდებული ცნება, რითაც აღინიშნება ფსიქოსოციალური განვითარების რომელიმე ეტაპზე მომხდარი შეფერხება ან შეჩერება.

რეგრესია – ფროიდის მიერ მიწოდებული ცნება. ნიშნავს ინდივიდის მიბრუნებას გარესამყაროსთან და საკუთარ თაეთან ურთიერთქმედების იმგვარ ხერხებთან, რაც განვითარების უფრო ადრეული სტადიისთვის არის დამახასიათებელი.

სიმპტომი – ფსიქოლოგიური კონფლიქტის ან ფსიქოლოგიური ფუნქციონირების დარღვევის გამოვლენა; დათრგუნული იმპულსის შენიღბული ფორმით გამოხატვა.

გადატანა (ტრანსფერი) – ფსიქოანალიზში – პროცესი, რომლის დროსაც პაციენტს უნდება ანალიტიკოს მიმართ იმგვარი განცდები, რაც მას წარსულში საკუთარი მშობლებისადმი ჰქონდა; მშობლების მიმართ არსებული ემოციების ანალიტიკოსზე “მზა სახით” მორგება.

## ძირითადი დებულებები

1. ფსიქოანალიზის თეორია პიროვნებისადმი ფსიქოდინამიკური, კლინიკური მიდგომის ნიმუშია. ფსიქოდინამიკის არსი იმაშია, რომ ქცევა გაგებულა როგორც შინაგან ძალთა – მოტივების ანუ ღტოლვების ურთიერთქმედების შედეგი. კლინიკური მიდგომა კი იმაში გამოიხატება, რომ დასკვნები ძირითადად ცალკეულ ინდივიდთა ინტენსიური მკურნალობით მიღებულ მასალას ემყარება.

2. ფროიდის ფსიქოდინამიკური თეორია ეკრძნობა ენერგეტიკულ მოდელს, რომელიც იმ ეპოქაში მეცნიერების სხვა სფეროებშიც იყო პოპულარული.
3. ფროიდის თეორიაში საკვანძო მნიშვნელობა ენიჭება ცნებათა ორ სტრუქტურას. ერთი ეხება ცნობიერების დონეებს – ცნობიერის, წინარეცნობიერის და არაცნობიერის გამიჯვნას, ხოლო მეორე – ადამიანის ფუნქციონირების განსხვავებულ ასპექტებს, რომლებიც იდის, ეგოს და სუპერეგოს ცნებებით გამოიხატება. “იდი” იმართება ინსტინქტით, “ეგო” ორიენტირებულია რეალობაზე, ხოლო “სუპერ-ეგო” – ზნეობრივ ღირებულებათა დამცველია.
4. ფსიქოანალიზის თეორიაში ადამიანი არის ენერგეტიკული სისტემა, ხოლო ენერჯიის წყარო სიცოცხლის და სიკვდილის ინსტინქტები ანუ სექსუალური და აგრესიული ლტოლევებია.
5. ფროიდის ფსიქოანალიტიკური თეორიის თანახმად პიროვნება ბრძოლის ველია, სადაც ერთმანეთს არაცნობიერი ლტოლევები, ინსტინქტური ძალები და ცნობიერება უპირისპირდება.
6. ფსიქოლოგიური ფუნქციონირების დინამიკის აღსაწერად გადამწყვეტია შფოთვისა და დაცვის მექანიზმების ცნებები. შფოთვა – მტკივნეული განცდაა, რომელიც მოახლოებული საფრთხის მაუწყებელია. დაცვის მექანიზმები სინამდვილის დამახინჯების და გრძნობების ცნობიერებიდან მოცილების ხერხებია, რათა ადამიანი არ განიცდიდეს შფოთვას.
7. ფსიქოანალიზის თეორიის თანახმად, ინდივიდი განვითარების გარკვეულ სტადიებს გადის, რაც სხეულის სხვადასხვა უბანთა მგრძნობელობის ცვლილებას უკავშირდება.

8. ფსიქოანალიტიკოსმა ერიკ ერიკსონმა გააფართოვა ფსიქოანალიზის თეორია, რისთვისაც ფსიქოსოციალური განვითარების სტადიების კონცეფცია შეიმუშავა.
9. ფსიქოანალიზი ხაზს უსვამს ადამიანის ცხოვრების პირველი ხუთი წლის მანძილზე მიღებული გამოცდილების განსაკუთრებულ როლს პიროვნების მომდევნო განვითარებაში.
10. პროექციული ტესტები, როგორიცაა მელნის ლაქების რორ-შახის ტესტი და თემატური აპერცეფციის ტესტი (TAT), ფსიქოანალიზის თეორიას ეყრდნობა. რადგანაც ამგვარი ტესტები სტრუქტურას მოკლებულია და მათი მიზანი შენიღბულია, ინდივიდი მათზე რეაგირებს მისთვის დამახასიათებელი ხერხებით ისე, რომ ვერც კი ხვდება რა ინტერპრეტაცია მიეცემა მის პასუხებს და უნებურად თავის პიროვნულ დინამიკას ავლენს.
11. ფსიქოპათოლოგიის ფსიქოანალიტიკური თეორია ხაზს უსვამს პიროვნების ფორმირებაში ფიქსაციების ანუ შეფერხებების და მოთხოვნილებების დაკმაყოფილების უფრო ადრეულ ხერხებთან მიბრუნების როლს. ხასიათის ორალური, ანალური და ფალოსური ტიპები განვითარების ადრინდელ სტადიებზე ფიქსაციის შედეგად წარმოიშვა.
12. ფსიქოპათოლოგიის ფსიქოანალიტიკური თეორია განსაკუთრებით გამოაჰყოფს კონფლიქტს ინსტინქტურ ლტოლვებსა და მათ გამო წარმოქმნილ შფოთვას შორის. დაცვის მექანიზმები შფოთვის შემცირების მექანიზმებია, თუმცა მათ ნევროტულ სიმპტომთა ფორმირებაც შეუძლია.
13. ფსიქოანალიზი – თერაპიული პროცესია, რომელიც ეხმარება პაციენტს გაიგოს და გადაჭრას კონფლიქტები, რომლებიც სათავეს ბავშვობიდან იღებს. არაცნობიერ კონფლიქტებთან მისასვლელად გამოიყენება თავისუფალი ასოციაციების და სიზმრის ინტერპრეტირების მეთოდები. თე-

რაპიული მიზნით გამოიყენება, აგრეთვე, გადატანის (ტრანსფერის) სიტუაცია, რომლის დროსაც პაციენტს თერაპეუტის მიმართ იგივე განწყობები და გრძნობები უნდება, რასაც ადრე მშობლების მიმართ განიცდიდა.

14. ფსიქოანალიზის დამსახურებაა არაერთი მნიშვნელოვანი მოვლენისადმი მკვლევართა ყურადღების მოზიდვა, კვლევისა და ფსიქოთერაპიის ახალი მეთოდის შემუშავება.
15. ფსიქოანალიზის თეორიის სუსტი წერტილია ცნებათა ბუნდოვანება, არასათანადო მეცნიერული სიზუსტე და კონკრეტული კიპოთეზების შემოწმების მეთოდოლოგიური ნაკლოვანებები.

## თავი IV

### ფსიქოლინამიური მიღგომის წიაღში აღმოცენებული სკოლაები

ფსიქოანალიზის ისტორიაში მოქმედებდა სკოლები და ჯგუფები, რომლებსაც ერთმანეთისგან განსხვავებული, ხშირად ანტაგონისტური შეხედულებები ჰქონიათ. თვითონ ფროიდს, რომელსაც არაერთხელ გადაუსინჯავს ფსიქოანალიტიკური თეორიისა და თერაპიის ზოგიერთი ასპექტი, ბევრ სჯივთხში თავის მიმდევრებთან აშკარა დაპირისპირებაც ჰქონია. ფსიქოანალიზი ერთგვარად ჰგავდა რელიგიურ მოძრაობას: თავგამოდებული მომხრეები ჭეშმარიტ მორწმუნეებად ირაცხებოდნენ, ხოლო ვინც უწყემდებლურ პრინციპებს დოგმატურად არ მისდევდა, მოძრაობიდან ირიყებოდა. ურთიერთობათა ამგვარი სტილი ფროიდის სიცოცხლეშივე დამკვიდრდა და მისი გარდაცვალების მერეც გაგრძელდა.

ფროიდის ფსიქოანალიზის სკოლის ყველა წარმომადგენელს მოეთხოვებოდა ერთგულად გაეზიარებინა შემდეგი ცნებები: სექსუალური და აგრესიული ინსტინქტები, არაცნობიერი, პიროვნების განვითარების სტადიები. ანალიტიკოსებმა, რომელთა შეხედულებებს ქვემოთ განვიხილავთ, ეჭვის ქვეშ დააყენეს ფროიდის თეორიის ხან ერთი, ხან მეორე ძირითადი ცნება და, საბოლოო ჯამში, ადამიანის რაობის გაგებას და მკურნალობას თავისებურად მიუდგნენ.

## ინდივიდუალური ფსიქოლოგია (აღფრედ ადლარი)

ანალიტიკოსთა შორის, ვინც ადრევე გაწყვიტა კავშირი ფროიდთან და თავისი სკოლა შექმნა, იყვნენ აღფრედ ადლერი და კარლ იუნგი. განხეთქილების მთავარი მიზეზი იყო ფროიდის მიერ სექსუალური ლტოლვის ფსიქიკური ცხოვრების ქვაკუთხედად გამოცხადებასთან მათი პრინციპული არდათანხმება.

ადლერიმა გადაწყვიტა აქცენტების გადანაცვლება ინსტინქტური სექსუალური ლტოლვებიდან და არაცნობიერიდან – სოციალურ მისწრაფებებსა და ცნობიერებაზე, დატოვა ფსიქოანალიტიკური საზოგადოება და საკუთარი *ინდივიდუალური ფსიქოლოგიის* სკოლა ჩამოაყალიბა. ადლერი მიიჩნევდა, რომ პიროვნების განვითარებისა და ჩამოყალიბებისთვის არსებითი და ძირეულია არა სექსუალური მოტივაცია, არამედ *არასრულყოფილების განცდა* და მისი კომპენსირების მექანიზმები. არასრულყოფილების განცდა საყოველთაო, თავდაპირველი, ნორმალური მდგომარეობა და პიროვნების განვითარების სტიმულია. ამ განცდის დაძლევის ლტოლვა ელმინდება ისეთ კონკრეტულ მოტივაციურ ტენდენციათა სახით, როგორიცაა უპირატესობის მიღწევა ან კიდევ, ძალაუფლებისკენ სწრაფვა.

ჯერ კიდევ თავისი პროფესიული კარიერის დასაწყისში ადლერი, როგორც განათლებით ექიმში, დაინტერესდა ფიზიკური ნაკლოვანებებით, შემდეგ არასრულფასოვნების გრძნობით და იმით, რას აკეთებს ადამიანი მის გადასაღალახავად. თუ ადამიანს რომელიმე ორგანო სუსტად აქვს განვითარებული, იგი ცდილობს დაზოგოს ეს ორგანო, რისთვისაც სხვა ორგანოებს და ფუნქციებს აძლიერებს (კომპენცირება) ან ინტენსიური და ხანგრძლივი ვარჯიშით სუსტ ორგანოს იძლიერებს (ზეკომპენსაცია). ამგვარ ძალისხმევას შეიძლება მოჰყვეს ის, რომ მაკომ-



პენსირებელი ორგანო ან თვითონ სუსტი ორგანო გაცილებით უფრო ძლიერი ხდება, ვიდრე ეს ნორმაშია: მაგალითად, ბავშვობაში ენაბრკვილი შეეცადოს გახდეს ორატორი, ხოლო მხედველობის დეფექტის მქონემ ყაქისი სმენა განივითაროს. კომპენსაციის მიმართულებას არასრულფასოვნების სპეციფიკის გარდა განსაზღვრავს სრულყოფილების იდეალები, ე.წ. ფიქციური ფინალიზმები ანუ საბოლოო მიზნები. ფიქციური ფინალიზმი ნიშნავს იმას, რომ ადამიანის ქცევას მის მიერვე გამოგონილი სამომავლო მიზნები განსაზღვრავს. ამ მხრივ ადლერზე დიდი გავლენა იქონია ჰანს ვაიჰინგერის “თითქოსდა“-ს ფილოსოფიამ – რომ ადამიანზე გაცილებით უფრო ძლიერ გავლენას ახდენს მომავლის მიმართ მოლოდინები, ვიდრე წარსული რეალური განცდები. ბევრი ადამიანი ისე იქცევა, თითქოსდა იდეები, რითაც ის ხელმძღვანელობს, ობიექტურად არსებობს და უტყუარია. ადლერი ამტკიცებდა, რომ ადამიანის მიერ დასახული ცხოვრების ძირითადი მიზნები – ფიქციაა, დადგანაც მათ ჭეშმარიტებას ან მცდარობას ვერაინ დაამტკიცებს. მიზანი ადამიანის შემოქმედებითი შესაძლებლობების და თავისუფალი არჩევანის გამოვლინებაა და რეალურია მხოლოდ მისთვის, ვინც მას დაისახავს. მაგრამ, მიუხედავად ფიქციურობისა, მიზნები ანუ სუბიექტური იდეალები და ცხოვრების ორიენტირები რეალურ პრობლემათა გადაჭრაში გვეხმარება.

ფიქციური ფინალიზმების და არასრულყოფილების დაძლევის ხერხების ერთობლიობა ადამიანის *ცხოვრების სტილი*. მისი პიროვნების განმასხვავებელი ასპექტი ხდება. ანუ ცხოვრების სტილის რაკვარობა როგორც იდეალებზე, ისე პიროვნულ თავისებურებებზეა დამოკიდებული.

აქტიურ-კონსტრუქციული სტილი, ფიქციურ ფინალიზმის ანუ იდეალის სახით საქმისადმი ერთგულ მსახურებას, ხოლო

პიროვნულ ნიშნებად პატივმოყვარეობას ან წარმატებაზე ორიენტაციას შეიცავს. ეს სტილი, ადღერის თანახმად, სანიმუშოა.

პასიურ-კონსტრუქციული სტილის შემთხვევაში ძირითადი ფიქციური ფინალიზმია საზოგადოების ყურადღების ცენტრში ყოფნა, ხოლო პიროვნულ ნიშანთა შორის წამყვანია მომხიბვლელობა – გარშემომყოფთა ყურადღების მიზიდვა არა იმით, თუ რა გააკეთა და რას მიაღწია ამ ადამიანმა, არამედ თვითონ ის როგორია. ეს სტილიც ადღერისთვის სასურველი და მისაღებია.

აქტიურ-დესტრუქციული სტილი ფიქციური ფინალიზმად გულისხმობს ძალაუფლებისადმი დაუმორჩილებლობას, სამაგიეროს მიზღვას და მოთხოვნას – “თავი დამანებეთ!” ამგვარი სტილის ადამიანის პიროვნული ნიშნებია მოურიდებლობა, ღვარძლიანობა, მოდავეობა და ცილისმწამებლობა.

პასიურ-დესტრუქციული სტილი იმავე ფიქციური ფინალიზმით ხასიათდება, რითაც აქტიურ-კონსტრუქციული, მაგრამ მისგან განასხვავებს შემდეგი სპეციფიკური ნიშნები: სიზარმაცე, ჯიუტობა, ნეგატივიზმი და უიმედობა.

ამ ცნებებში სოციალური გაცილებით მეტია, ვიდრე ბიოლოგიური. თანდათან ადღერისთვის სოციალური ასპექტი სულ უფრო მეტ მნიშვნელობას იძენდა. მან ჯერ აღწერა ძალაუფლების ნება, როგორც ადამიანის პირადი ძალისხმევა გადალახოს უმწიკობის გრძობა, რომელიც ბავშვობიდან იღებს სათავეს. მოგვიანებით აქცენტმა გადაინაცვლა პიროვნული უპირატესობის (სუპერიორობის) მიღწევის და დემონსტრირების, აღმატებული თვითშეფასების მოპოვების მისწრაფებაზე. ნევროტიული ფორმით ეს მძლავრი მისწრაფება შეიძლება გამოვლინდეს სხვებზე ძალაუფლებისა და კონტროლის განხორციელების სურვილში; უფრო ჯანსაღი ფორმით კი – პიროვნული მთლიანობისა და სრულყოფილების ძიებაში.

ჯანმრთელ ადამიანთან სუპერიორობის მისწრაფება ველინდება არა მხოლოდ შეუპოვრობასა და კონკურენტულ სულისკვეთებაში, არამედ თანამშრომლობასა და სოციალურ გრძნობებშიც. საზოგადოდ, ადამიანისთვის სოლიდარობის სულისკვეთება ანუ “სოციალური ინტერესი” უცხო არ არის. მათთვის, ვისთანაც სოციალური ინტერესი სათანადოდ არის განვითარებული, დამახასიათებელია თანამშრომლობა, ადამიანებთან ურთიერთობით ფსიქოლოგიური კომფორტის განცდა, საზოგადოდ, ადამიანის ნდობა, ოპტიმიზმი ანუ იმედი, რომ ცხოვრების უკეთესობისკენ შეცვლა შესაძლებელია. სოლიდარობის ეს თანდაყოლილი გრძნობა იმდენად მნიშვნელოვანია, რომ ადამიანის ყველა წარუმატებლობაში, ყველა ნერვულ გამოვლინებაში, ფაქტობრივად, შეგვიძლია მისივე ასოციალურობა ანუ სოციალური გრძნობის ნაკლებობა აღმოვაჩინოთ – წერდა ადლერი.

აშკარაა, რომ ადლერის მიერ წამოწეული ეს საკითხები არა იმდენად ფსიქოანალიტიკურ, რამდენადაც სოციალურ-ფსიქოლოგიურ პრობლემატიკას უკავშირდება.

### ანალიტიკური ფსიქოლოგია (ხარლ გუსტავ იუნგი)

იუნგი ფსიქოანალიტიკური მოძრაობის წამყვანი ფიგურა და ფროიდის უახლოესი თანამშრომელი იყო, მაგრამ ისიც განუდგა მას და *ანალიტიკური ფსიქოლოგიის* თეორიული სკოლა ჩამოაყალიბა. ფროიდის მიერ ადამიანის ფსიქოლოგიური ცხოვრების სექსუალიზაცია იუნგმა გადაჭარბებულად მიიჩნია და სექსუალური ენერჯია – ლიბიდო – როგორც ზოგადი, არასპეციფიკურ სასიცოცხლო ენერჯია განიხილა. თუმცა სექსუალობა ამ საბაზო ენერჯიის ნაწილია, ლიბიდო შეიცავს სხვა მისწრაფებებსაც – ზრდისა და შემოქმედებისადმი.

არაცნობიერზე ფროიდის შეხედულებებს იუნგმა დაუმატა კოლექტიური არაცნობიერის ცნება. ადამიანის კოლექტიური არაცნობიერში მსოფლიო სიბრძნე და გამოცდილება ინახება. კოლექტიური არაცნობიერი, განხვავებით ინდივიდუალურიდან, ყველა ადამიანის მიერაა გაზიარებული, როგორც კაცობრიობის საერთო წარმომავლობის პროდუქტი და კავშირი მილიონწლიან წარსულთან.

კოლექტიური არაცნობიერის მნიშვნელოვანი მდგენელია უნივერსალური ხატ-სიმბოლოები, კრებითი წარმოდგენები, რომლებიც ცნობილია არქეტიპების სახელით და თავს იჩენს ზღაპრებში, სიზმრებში, მითებში და ფსიქოზით დაავადებულ ადამიანთა აზროვნებაში. ეს ხატები, საოცარი მსგავსებით მუდმივად რეპროდუცირდება ერთმანეთისგან დაშორებულ ძველ და ახალ კულტურებში. არქეტიპებს ზეპიროვნული, აუცილებელი და საყოველთაო ხასიათი აქვს.

სიტყვა "არქეტიპი" ბერძნულად პირველსახეს ნიშნავს, მაგრამ იუნგთან იგი ამასთანავე არის ფორმა, ყალიბი, კალაპოტი, რომელიც აწესრიგებს და წარმართავს ფსიქიკურ პროცესებს. არქეტიპი არის შესაძლებლობა, გარკვეული განცდებისა და რეაქციებისადმი მზაობა. ძირითადი არქეტიპები იყოფა ოთხ კატეგორიად: 1. "დიდი დედის" არქეტიპი: ეს არის ქალური საწყისი თავისი პროდუქტიული და დესტრუქციული თვისებებით, როგორცაა: დედა – სიცოცხლის მომინჯებელი, დედამიწა, ღვთისმშობელი, სიყვარულის ქალღმერთი, ჯადოქარი, მისანი, მზეთუნახავი, მაცდური ალი, სირინოზი, ქალწული, მეძავი, კუდიანი დედაბერი, 2. "სულიერი მამის" არქეტიპი – განასახიერებს მამაკაცურ თვისებებს, ცნობიერებას და სულიერ ანუ მატერიის საპირისპირო საწყისს; მამის არქეტიპს განეკუთვნება ღმერთი, წმინდანი, მეფე, მოვგი, ბრძენი, დესპოტი, მეომარი; 3. ქმნის, გარდაქმნის, სახეცვლილების არქეტიპი, რომე-

ლიც უკავშირდება სიკედილისა და აღორძინების თემას, საუნჯის მოსაპოვებლად მოგზაურობას და ქვესკნელში ჩასვლას; მთლიანობის დაშლა-აღდგენას და აგრეთვე უფლისწულის, გმირისა და გასაოცარი ნიჭის მქონე ბავშვის (ვეზდურკინდის) თემებს; 4. ცენტრალური არქეტიპი – “თვითობა”, სისრულე და მთლიანობა; სიზმრებში და ოცნებებში თვითობა გამოიხატება უპიროვნოთ როგორც *მანდალა* – წრე, რომელიც კვადრატთან არის შეხამებული და ფსიქიკის წინააღმდეგობრივი ელემენტების ბალანსს განასახიერებს ან როგორც ქვა ან კრისტალი, ან კიდევ პერსონიფიცირებულად (ქრისტე, ბუდა, მამადი, მეფე, დედოფალი, ღვთაებრიობის სხვადასხვა სიმბოლოები). თვითობა პიროვნული განვითარების ქვაკუთხედი და პიროვნების მთავარი მავრგანიზებული საწყისია. განვითარება არაცნობიერში იმთავითვე მოცემული პიროვნების შინაგანი ბირთვის – თვითობის გახსნასა და ჩამოყალიბებაზეა მიმართული.

პიროვნების ფორმირებისა და ფუნქციონირებისთვის უმთავრესია რამდენიმე არქეტიპი. ესენია: პერსონა, ღანდი, ანიმა და ანიმუსი. *პერსონა* ნიღაბია, რომლის საშუალებით ადამიანი თავს ისეთად წარმოაჩენს, როგორც სახითაც და სურს, რომ საზოგადოებამ მიიღოს და შეაფასოს იგი. ნიღაბი შეიძლება ადამიანის რეალურ ბუნებას ფარავდეს, მაგრამ აუცილებელია ადამიანებთან საერთოერთოდ და ამდენად, სოციალურ ადაპტაციას უკავშირდება. *ღანდის* არქეტიპში პირიქით, სოციალურად მიუღებელი აზრები, გრძნობები და მოქმედებებია განსახიერებული (ურჩხული, ვამპირი, ავაზაკი, მეკობრე); იგი ადამიანის აუ და მოუთვინიერებელ, ბესტიალურ, ინსტიქტურ საწყისს უკავშირდება. ღანდი ადამიანის ველური და ბნელი ორეულია, თუმცა ამავე დროს ღანდი სპონტანურობის, შემოქმედებითი ალტინების, ემოციური და გონებრივი გასხივოსნე-

ბის წყარო შეიძლება გახდეს, რის გარეშეც პიროვნების სრულფასოვანი ცხოვრება ძნელი წარმოსადგენია.

საუკრადღებოა, აგრეთვე, *ანიმასა* და *ანიმუსის* არქეტიპები. ანიმა განასახიერებს ქალურ მარადიულ სახებას, ასევე ფემინურ ნიშნებს მამაკაცის ფსიქიკაში, ხოლო ანიმუსი – მამაკაცის მარადიულ სახებას და მასკულინურ ნიშნებს ქალში. ანიმა-ანიმუსის არქეტიპებში ფიქსირებულია საწინააღმდეგო სქესთან ურთიერთობის საკაცობრიო გამოცდილება. კაცის (ქალის) მთელი არსება ითვალისწინებს ქალის (კაცის) როგორც სხეულებრივ, ისე სულიერ არსებობას. მისი სისტემა იმთავითვე განწყობილია ქალის (კაცის) მიმართ, ისევე, როგორც გარესამყაროზე. სადაც მისთვის არსებობს წყალი, სინათლე, ჰაერი, საკვები და სიცოცხლისთვის აუცილებელი ელემენტები – წერს იუნგი. საკუთარ რჩეულზე პროეცირებული ეს არაცნობიერი სახება მისადმი ვნებას განაპირობებს.

იუნგის თეორიაში ხაზგასმულია თვით ადამიანში საპირისპირო ძალთა ბრძოლა: სახესა ანუ ნიდაბს და შინაგან, პიროვნულ მე-ს შორის; ერთი და იგივე პიროვნების მასკულინურ და ფემინურ მხარეებს შორის. განსაკუთრებით მნიშვნელოვანია შეპირისპირება ექსტრავერსია-ინტროვერსია, რაც გარესინამდვილესთან მიმართების ფორმაა. ინტროვერსიის შემთხვევაში ადამიანის საბაზო ვექტორი შიგნით, საკუთარ თავისკენ არის მიმართული. ინტროვერტი შინაგანად ფაქიზი, იდეებით გატაცებული ადამიანია. ამასთან ის ფრთხილი, მოფიქრალი, მერყევი. ექსტრავერტი ადამიანის საბაზო ვექტორი საგანთა და მოკლენათა ობიექტურ სამყაროზეა ორიენტირებული. ის ძირითადად სოციალური ქმედებასა და პრაქტიკულ საქმეებზეა მიმართული. ეს არის სოციალურ ურთიერთობებში ჩართული აქტიური, ფხიზელი, რეალისტი, თამამი ადამიანი.

ამასთან, ყოველ ადამიანს საკუთარ თავთან ერთიანობა, თანხმობა სწადია. საკუთარი პიროვნების პარმონიზებას, ფსიქიკური ფუნქციების დიფერენციაციას და, აგრეთვე, ცნობიერებასა და არაცნობიერს შორის ცოცხალი კავშირების დამყარებას ცნობიერების სფეროს მაქსიმალური გაფართოების ფონზე, *ინდივიდუაცია* ანუ უმაღლეს მყობაზე გადასვლა ეწოდება. პიროვნების მიერ ყველა თავისი ინდივიდუალური თავისებურების აქტუალიზაციას, ინდივიდუაციას მხოლოდ განსაკუთრებული თვისებებით და შესაძლებლობებით დაჯილდოებული ადამიანები აღწევენ. ამ საბოლოო წერტილის მიღწევა პიროვნების ცხოვრების წამყვანი მიზანიც კი შეიძლება იყოს. “ის, რაც ძეგს არაცნობიერში გამოკლენას და გაცნობიერებას ესწრაფვის. ასევე პიროვნება, განვითარების მსვლელობაში ცდილობს არაცნობიერი მდგომარეობიდან გამოვიდეს და საკუთარი მთლიანობის განცდა მოიპოვოს” – წერდა 83 წლის იუნგი თავის ავტობიოგრაფიაში.

მრავალთა აზრით, იუნგი XX საუკუნის ერთ-ერთი უდიდესი შემოქმედებითი მოაზროვნეა. მისმა თეორიამ დიდი გავლენა არა მარტო ფსიქოლოგიაზე, არამედ კულტურის სხვა სფეროებზეც მოახდინა.

### ჰუმანიტარული ფსიქოანალიზი (ჰარენ ჰორნი)

ჰარენ ჰორნიც ჩამოშორდა ტრადიციულ ფსიქოანალიზს და ფსიქოანალიზის საკუთარი მიმართულება და სწავლების პროგრამა შეიმუშავა. ჰორნი აღიარებდა, რომ მისი შეხედულებები უროიდის მიერ შექმნილ გრანდიოზულ ფუნდამენტს ემყარებოდა, მაგრამ მისთვის მიუღებელი გახდა კულტურულ გავლენებთან შედარებით ბიოლოგიურ ძალთა პრიორიტეტულობის იდეა. „როდესაც ვაცნობიერებთ კულტურულ გარემოებათა

უდიდეს როლს ნევროზების წარმოქმნაში, ბიოლოგიური და ფიზიოლოგიური ფაქტორები, რაც ფროიდს ნევროზების წყაროდ მიაჩნდა, უკანა პლანზე იხევს“. ამ დასკვნამდე გერმანიიდან ამერიკის შეერთებულ შტატებში ემიგრირებული კარენ ჰორნი თეორიულ მოსახრებათა გარდა, ემპირიულმა დაკვირვებამ მიიყვანა. ევროპელი და ამერიკელი პაციენტები პიროვნული სტრუქტურით მნიშვნელოვნად განსხვავდებოდნენ ერთმანეთისგან, რაც, მისი ვარაუდით, კულტურათაშორისო სხვაობების შედეგი იყო. საბოლოოდ ჰორნი დარწმუნდა, რომ ნებისმიერი – ჯანმრთელი თუ ნევროტული პიროვნების ცხოვრებაში წამყვანია *ადამიანებთან ურთიერთობა*.

ნევროტული პიროვნების ფუნქციონირებაში განსაკუთრებულ მნიშვნელობას კარენ ჰორნი ანიჭებდა იმას, თუ რა გზით ცდილობს ინდივიდი დაძლიოს *ძირეული შფოთვა* – გრძნობა, რასაც განიცდის ბავშვი, რადგან პოტენციურად საშიშ სამყაროში აღმოჩნდა მარტო და უმწეო. ნევროზთა პორნის თეორიის თანახმად, ნევროტული პიროვნება ძირეულ შფოთვაზე რეაგირების სამ ხერხს შორის კონფლიქტს განიცდის. ეს სამი ხერხი ანუ ნევროტული ტენდენციია: *მოძრაობა ადამიანებისკენ, მოძრაობა ადამიანებისგან, და მოძრაობა ადამიანთა წინააღმდეგ*. სამივე ტენდენციისთვის დამახასიათებელია სიხისტე და ინდივიდუალური პოტენციალის სრულად რეალიზების შეუძლებლობა, რაც ყველა ნევროზის არსია. „ადამიანებისკენ მოძრაობისას“ ინდივიდი ცდილობს დაძლიოს საკუთარი შფოთვა აკვიატებული და დაუინებელი მისწრაფებით, რომ ადამიანებმა იგი მიიღონ, მოიწონონ, შეიყვარონ და ამით მან თავი საჭირო ადამიანად იგრძნოს. ასეთი ორიენტაციის ინდივიდი თავგანწირვისადმი არის მიდრეკილი. მოძრაობისას „შორს ადამიანებისგან!“ – ინდივიდი რეალობას ზურგს აქცევს, იკეტება, ცდილობს გაექცეს ემოციურ ურთიერთობებს.



„მოდრაობისას ადამიანთა წინააღმდეგ“ ინდივიდი დარწმუნებულია, რომ მის გარშემო ყველა მტერია და ცხოვრება სხეებთან მიუღმივი ბრძოლაა. მთელი მისი ქცევა მიმართულია იმის დემონსტრირებაზე, რომ ის მეღგარია და არაეინ სჭირდება.

ნორმაში ეს ტენდენციები ასე თუ ისე თანაარსებობენ და აწონასწორებენ ერთმანეთს, ნეეროზის დროს კი ძირეული შფოთვის დაძლევის ამ სამ შეუთავსებელ ტენდენციას შორის კონფლიქტი გარდუეალია.

აღნიშნული სამი სტრატეგიის შესაბამისად გამოიყოფა ნეეროტული ხასიათის სამი ტიპი: 1. დამომობი; 2. განდგომილი და 3. აგრესიული. დამომობი ტიპი ეძებს ადამიანებს, რომლებიც მასზე დომინირებენ, უყვართ იგი და იცავენ მას; განდგომილი ტიპი გაურბის ადამიანებს, უყვარს განმარტობა, განკერძობა, დამოუკიდებელი, თვითკმარი და გაუცხოებულია; აგრესიული ანუ მტრული ტიპი უპირისპირდება ადამიანებს, მას იზიდავს ძალაუფლება, პრესტიჟი, „დიდების ძიება“ და დომინირება. ამასთან, ჰორნის თვალსაზრისით, განსხვავება ნეეროზით შეკერობილ და ნორმალურ პიროვნებას შორის მხოლოდ რაოდენობრივია – ამ კონფლიქტურ ტენდენციებს შორის წინააღმდეგობა გაცილებით უფრო მძაფრია ნეეროტულ პიროვნებასთან.

ძირეული შფოთვის დაძლევის ნეეროტული სტრატეგიებისგან თავისუფალი ცხოვრება – ნორმალური პიროვნების არსებითი ნიშანია. ამას სჭირდება საკუთარი თავის რეალისტურად დანახვა, მიღება და თვითრეალიზაციისადმი სწრაფვა.

საგულისხმოა კარენ ჰორნის ნაშრომი „ქალის ფსიქოლოგია“. ჰორნი თავიდანვე ძნელად ეგუებოდა ქალის ფსიქიკურ თავისებურებათა შესახებ ფროიდის „პატრიარქალურ“ შეხედულებებს, რომ ქალს იმთავითვე ახასიათებს ხასიათის სისუსტე, მორჩილებისადმი და მაზოხისტური ურთიერთობებისადმი მიდრეკილება. ჰორნი კატეგორიულად არ ეთანხმება ამ შეხედულებას.

ბას და მთლიანად უარყოფს ფროიდის ბიოლოგიურ დეტერმინიზმს სოციალური, პიროვნებათაშორისი მიდგომის სასარგებლოდ. ამიტომაც იგი ადამიანის ცვლილებისა და თვითრეალიზების უნარს იმედინად უყურებს. კარენ ჰორნი ჰუმანისტური ფსიქოანალიზის და, ზოგადად, ჰუმანისტური ფსიქოლოგიის ერთ-ერთი ფუძემდებელია. მის სახელს უკავშირდება აგრეთვე ფემინიზმის თეორიისა და პრაქტიკის წარმოშობა.

## ახალი მიმართულებები ბრადიციული ფსიქოანალიზის ჩარჩოში

ფროიდიდან მოყოლებული დღემდე, ფსიქოანალიზის განვითარება კლინიკურ კვლევებს ანუ ინდივიდუალურ შემთხვევათა ანალიზს ეფუძნება. მნიშვნელოვანი ნაბიჯი გადაიდგა მაშინ, როდესაც ფსიქოანალიზი გავრცელდა იმ ასაკობრივ ჯგუფებზე, ვისაც ფროიდი და მისი მიმდევრები იშვიათად ჰკიდებდნენ ხელს – ეს იყო ბავშვები. ეს ნაბიჯი პირველდება ანაფროიდმა და მელანი კლაინმა გადადგეს და დღესაც ბავშვთა და მოზარდთა ფსიქოთერაპია აშშ-სა და ინგლისში ფსიქოანალიზის კონცეფციას ემყარება.

ფსიქოანალიტიკოსებს ასევე სულ უფრო ხშირად უწევდათ კლიენტთა იმგვარ პრობლემებზე მუშაობა, რომლებიც აშკარად განსხვავდებოდა იმ პრობლემებისგან, რასაც ფროიდთან მისული კლიენტები უჩიოდნენ. შეცვლილმა სოციალურ-კულტურულმა კონტექსტმა შესაბამისად კლიენტთა პრობლემებიც შეცვალა: ახლა ისინი აკითხავენ ფსიქოანალიტიკოსს არა მხოლოდ „ტიპური ნევროზებით“, არამედ დეპრესიის, დაცარიელებულობის განცდისა და ცხოვრების ხალისის დაკარგვის გამო. ამგვარ კლინიკურ პრობლემათა გადასატრეულად ახლებურ სქემათა საჭიროება დადგა.

## ღიმიჯტი-ურთიერთობის თეორია

თავის წიგნში “მე-ს აღდგენა” ცნობილი ეგო-ფსიქოლოგი ჰაინც კოჰუტი განმარტავს თუ რატომ მიმართა მან ფსიქონალიზის რევიზიას. იგი აღნიშნავს, რომ ყველაზე დიდი საფრთხე, რაც ემუქრება თანამედროვე ადამიანის ფსიქოლოგიურ გადარჩენას, შეიცვალა. თუ შედარებით ახლო წარსულში წამყვანი იყო გადაუჭრელი შინაგანი კონფლიქტი, რასაც ქმნიდა “ოიდიპოსის კომპლექსი” – მშობლებსა და შეიღს შორის ჭარბი ემოციური სიახლოვე, ამჟამად ბავშვი საკმარისად ვერ იღებს ამგვარ გრძნობად სტიმულაციას: მას აკლია როგორც დედის მხრიდან მისი “სარკული არეკელა” ანუ საკუთარი ფასეულობის ამოკითხვა დედის მოსიყვარულე მზერაში, ისე იდეალიზაცია – თავისი “მე”-ს სხვაზე, მშობელზე პროეცირება. ორივე შემთხვევაში ბავშვს თავისი მე-ს შესაცნობად სჭირდება “სხვა” და ამ სხვას “მე-ობიექტი” ეწოდება. ბავშვის ხშირი ფიზიკური მარტოობა, დედ-მამის შინაგანი ხატების ნაკლებობა და ნაკლებობა იწვევს იმას, რომ მისი “მე” შეუკვრელი, სუსტი და შეუესებელი ანუ ცარიელია. ამიტომაც მეოცე საუკუნის მეორე ნახევრიდან დასაველეთი მოიცვა დეპრესიის სენმა, იკლო შიდაპიროვნული კონფლიქტებით გამოწვეულმა პათოლოგიამ და პრობლემად ახლობლურ ურთიერთობათა დამყარების უუნარობა იქცა. პათოლოგიამ იმდენად იცვალა სახე რომ გამოითქვა აზრი იმის სასარგებლოდ, რომ არსებობს გარდამავალი ზონა ნეეროზსა და ფსიქოზს შორის და პიროვნების ორგანიზების საზღვრითი დონე. სწორედ თვითგამორკვევასა და თვითპატივისცემასთან დაკავშირებულ პრობლემათა მოჭარბებამ უბიძგა ანალიტიკოსებს დაინტერესებულებს თუ როგორ იქნეს ბავშვი ადრეულ ასაკში “მე”-ს განცდას და შემდეგ უკვე მისი მთლიანობის შენარჩუნებას ცდი-

ლობს. ამ პრობლემებზე მომუშავე ანალიტიკოსებმა ჩამოაყალიბეს *ობიექტი-ურთიერთობის თეორია* და აჩვენეს, რომ “მე”-ში ასახული, წარსულში მნიშვნელოვანი და გულისხმიერ ადამიანებთან ურთიერთობის გამოცდილება არსებითად განსაზღვრავს პიროვნების აწმყო დამოკიდებულებებს ადამიანებთან. ხაზგასმით აღინიშნება, რომ ადამიანისთვის გაცილებით უფრო დამახასიათებელია სწრაფვა პიროვნებათაშორისო ურთიერთობების დამყარებისადმი, ვიდრე სექსუალურ და აგრესიულ კონფლიქტთა დაკმაყოფილების ძიება.

ობიექტი-ურთიერთობამ დეფორმირება შეიძლება განიცადოს განვითარების სხვადასხვა დონეზე, და რაც უფრო ადრეულია ეს დონე, მით უფრო სერიოზული იქნება მომავალში პიროვნული დარღვევა. მაგალითად, შიზოფრენია ყველაზე ადრეულ საფეხურზე მომხდარი დეფორმაციაა, რომლის შედეგად სუბიექტი საზოგადოდ ვეღარ ანსხვავებს რა არის “შინაგანი” და რა – “გარეგანი”.

ობიექტი-ურთიერთობის თეორიაში გატარებულია საგულისხმო იდეა, რომ საკუთარ თავისა და ობიექტის, ანუ მნიშვნელოვანი სხვა ადამიანის რეპრეზენტაციები ურთიერთკავშირში ყალიბდება და რომ ობიექტი-ურთიერთობა ინტერაქციული დიალოგის შედეგია. ანუ ადამიანს ვერ ექნება დიფერენცირებული, განაწევრებული წარმოდგენა მეორე ადამიანზე, თუკი საკუთარი თავის შესახებ სტაბილური და ამასთანავე დიფერენცირებული წარმოდგენა არ გააჩნია, და პირიქით.

კონკრეტულ, ცალკეულ ადამიანთა კოგნიტური რეპრეზენტაციები ანუ ობიექტი-რეპრეზენტაციები, ამ რეპრეზენტაციებთან მიმართული სურვილები და ემოსიები, მე-სა და “მნიშვნელოვან სხვათა” მიმართ ფანტაზიები და შიშები - ეს ის თემებია, რაც კვლევის ამ სფეროში შედის, და რაც, ამ თეორიის მიხედ-

ვით, ინტერპერსონალური ფუნქციონირების მთავარი და გადამწყვეტი მაშუალებელია.

ობიექტი-ურთიერთობის თეორიაში პირსენული ორგანიზაციის განსხვავებული დონეები შემდეგნაირად არის გააზრებული: უდაბლეს დონეზე იმყოფებიან ქრონიკული ფსიქოტიკები, რომლებსაც დაზიანებული აქვთ უნარი შეამოწმონ რეალობა და დაამყარონ მნიშვნელოვანი ურთიერთობები. შემდეგ მოდიან სახლდერთი პირსენული აშლილობის მქონე ადამიანები, რომლებსაც უჭირთ საკუთარი თავისა და ადამიანების მწყობრი რეპრეზენტაციების ფორმირება, და ურთიერთობებში დაღირებულებებში ფსიქიკური ენერჯის “დაბანდება” ანუ პირსენული ჩართულობა. სახლდერთი პათოლოგიის შემთხვევაში, პაციენტს უჭირს ასევე თავისი ემოციების რეგულირება – ჩვეულებრივ, მისთვის ადამიანი ან ძალიან კარგი, ან ძალიან ცუდი. ფსიქიკური ჯანმრთელობის ერთ-ერთი მნიშვნელოვანი მაჩვენებელი საპირისპირო ვალენტობის აზრებისა და გრძობების ინტეგრირების უნარია, რასაც სახლდერთი პათოლოგიის მქონე ადამიანები აშკარად მოკლებულნი არიან.

თავისი “ეგოფსიქოლოგია” კომპტმა ფსიქონალიტიკური კონფლიქტების ალტერნატივად დასახა. იგი ვარაუდობდა, რომ ნეილის განვითარება იწყება მდგომარეობიდან, სადაც ჯერ კიდევ გამოუდისფერენცირებელია “მე” და “სხვა”, რაც ხასიათდება გარდამავალი, ცუდად ინტეგრირებული რეპრეზენტაციებით, და მას ფრაგმენტული “მე”-ს სტადია უწოდა. მოგვიანებით ყალიბდება ნუკლეარული “მე” ანუ “მე”-ს ბირთვი. ამ “მე”-ს ბიპოლარული სტრუქტურა აქვს: ერთ მხარეზეა მისწრაფებები, მეორეზე – იდეალები, ხოლო მათ შორის განლაგებულია მონაცემები და უნარები, რაც ამ ორ პოლუსს თალივით აერთიანებს. ანუ ბავშვს ერთი მხრივ, ამოძრავებს საკუთარი თავის შესახებ ფანტასტიკური წარმოდგენები, რომ ის ყოველისშემძლე და ყოველის-

მცოდნეა, რასაც კოპუტი გრანდიოზულ “მე“-ს უწოდებს, ხოლო მეორე მხრივ, ბავშვი საკუთარ მშობლებსაც ასეთსავე სიღიძვდეს ანიჭებს და ქმნის “იდეალიზირებული მშობლის იმაგოს”. კოპუტი ფაქტობრივად ამბობს, რომ ბავშვთან მოცემულია ადამიანის ძირეული მისწრაფებები და იდეალები, მათი შესაბამისი ტალანტები და უნარები; უნარი იპოვო გარემოში ადამიანები, რომლებიც დაგეხმარებიან გამოიმუშაოო მთლიანი და პოზიტიური “მე“-ს განცდა. პრობლემები შეიძლება განჩდეს, თუ: მზრუნველი 1. დააკლებს ემპათიას ბავშვს, რომელსაც სურს რომ თავისი “საავტორო ნამოქმედარი” (მაგ., პირველი ნაბიჯები, ან აუტონომიურობის სხვა გამოვლინება) სხვამ დაუდასტუროს ანუ არეკლოს; 2. ვერ შესთავაზებს საკუთარ თავს, როგორც პიროვნულობის მომხიბლავ მოდელს. თუკი მზრუნველი (დედა) ოპტიმალურზე მეტად აკლებს ბავშვს ემპათიას, ან მუდმივად საკუთარ საჭიროებებზე რეაგირებს და არა ბავშვზე, ბავშვს დეფექტები უფითარდება “მე“-ს ერთ ან ორივე პოლუსზე. ბავშვი ვედარ ახერხებს სხვადასხვა მოთხოვნილების და თვითშეფასების რეგულირებას, რაც იწვევს ისეთ სიმპტომებს, როგორიცაა უუნარობა აიტანო სიამოვნების უეცარი დაკარგვა, მერყეობა “მე“-სა და “სხვების” განდიდებასა და გაუფასურებას შორის; განცდა, რომ რაღაც იმთავითვე გეკუთვნის და არ გაძლევენ; დაუოკებელი მოთხოვნილება, რომ ყველანი შენით იყვნენ ალტაცებულნი და არაინტეგრირებული იდენტურობა.

**ნაყილიზი და ნაყილული პიროვნება.** “მე“-ს განცდის დარღვევებისადმი ინტერესმა „ნარცისიზმის“ და “ნარცისული პიროვნების“ კონცეფციები აქტუალური გახადა.

ტრადიციულ ფსიქიანალიზში ნარცისიზმი, ლიბიდოს საკუთარ თავზე (და არა გარეგან ობიექტზე) კონცენტრირება ერთმნიშვნელოვნად განიხილებოდა როგორც ინფანტილური ფსიქიკური დისპოზიცია, რომელიც სინამდვილის მიმართ რეა-

ლისტური დამოკიდებულების ჩამოყალიბებას იმდენად მედგრადად ეწინააღმდეგება, რომ მის წინაშე უსიქონალიტიკოსები ფარ-ხმალს ყრიდნენ და მას “გამოუვალ მდგომარეობად” მიიჩნეოდნენ, რომელიც “მკურნალობას არ ექვემდებარება”.

ჰაინც კოჰუტი მე-ს ჯანსაღი გრძნობის ჩამოყალიბებას ნარცისიზმს უკავშირებს. ჯანსაღი, ტრანსფორმირებული ნარცისიზმის შემთხვევაში ინდივიდი იძენს საკუთარი მე-ს მკაფიო განცდას, მისთვის მისაღებ და საკმაოდ სტაბილურ თვითშეფასებას, ამაყობს საკუთარი მიღწევებით. ამასთანავე, აცნობიერებს და ანგარიშს უწევს სხვა ადამიანთა სურვილებს. ნარცისული პიროვნული დარღვევის შემთხვევაში კი ადამიანს ახასიათებს დეფექტები “მე“-ს განცდაში, მყიფე თვითშეფასება, მოთხოვნილება, რომ სხვები მისით იყვნენ აღტაცებულნი, და ამასთანავე, სხვა ადამიანთა გრძნობებისადმი ემპათიის უქონლობა. ნარცისული ხასიათობრივი ტიპისთვის არც თუ იშვიათად, დამახასიათებელია საკუთარი უსარგებლობის და უნიათობის, სირცხვილისა და დამცირებულობის ინტენსიური განცდები და ამასთანავე, საკუთარი გრანდიოზულობის განცდა და უდიდეს პირად წარმატებათა წარმოსახვა. ხშირად ამგვარი ადამიანი მიიჩნევს, რომ სხვები მის წინაშე დავალებულები არიან, რომ ის აღტაცებას იმსახურებს, რომ იგი ერთადერთი და განუმეორებელია. ნარცისულ პიროვნებას შეუძლია ახლოვლების, ისევე, როგორც საკუთარი თავის გაიდევლება, მაგრამ, საზოგადოდ, ადამიანებისადმი პატივისცემით არ გამოირჩევა – უფრო პირიქით. ნარცისული პიროვნული აშლილობის მქონე პაციენტებისთვის დამახასიათებელია ზემგრძობიარობა სხვების მხრიდან უგულვებლყოფის მიმართ, იპოქონდრია და დეპრესია.

ჰენრი მიურეიმ, პიროვნების კვლევის ორიგინალური მეთოდის TAT-ის ავტორმა, შემუშავა აგრეთვე ნარცისიზმის საკვლევი კითხვარი და მასში შეიტანა შემდეგი დებულებები:

- ხშირად უყვიკრობ იმაზე, როგორ გამოვიყურები და რა შთაბეჭდილებას ვახდენ ირგვლიემყოფ ადამიანებზე;
- გულში მიხედება ჩემ შესახებ ხუმრობით ან გადაკრულად ნათქვამი;
- მიყვარს ღაპარაკი საკუთარ თავზე, საკუთარ განცდებზე, გრძნობებსა და აზრებზე.

მოგვიანებით შემუშავდა და ამჟამად აქტიურად გამოიყენება ნარცისული პიროვნების კითხვარი (NPI).

ნარცისიზმის სკალაზე მაღალი ქულების მქონე პირები გაცილებით უფრო პოზიტიურად აფასებენ საკუთარ ქმედებებს, ვიდრე მათ აფასებენ ადამიანები – მეგობრები, კოლეგები, უფროსები. მაშინ, როდესაც ადამიანთა უმრავლესობა სარკეში ან ვიდეოჩანაწერზე თავისი გამოსახულების დანახვისას უხერხულობას განიცდის, ნარცისული პიროვნება საკუთარი გამოსახულებით ტკბება. მთლიანობაში, ნარცისული პიროვნებისთვის დამახასიათებელია თვითგანდიდება, საკმაოდ მარტივი (რომ არა ვთქვათ, პრიმიტიული) *მე-კონცეფცია და სხვა ადამიანებისადმი ცინიკური უნდობლობა.*

ამ და სხვა მონაცემებიდან იკვეთება აღმატებულ თვითშეფასებას ჩაჭიდებული ადამიანის სახე.

### ეგოცენტრიკი მიჯაჭვულობის თეორია

მტკიცე ეგოცენტრიკი კავშირის ანუ მიჯაჭვულობის თეორიაში მუშავდება პიროვნების განვითარებაზე და მის შემდგომ უუნქციონირებაზე აღრეული გამოცდილების გაველენა.

თეორია ძირითადად ემყარება ბრიტანელი ფსიქოანალიტიკოსის ჯონ ბოულის შრომებსა და განვითარების ფსიქოლოგიის სპეციალისტის მერი ეინსუორთის ემპირიულ მონაცემებს. ბოულები დაინტერესდა იმ გაველენით, რასაც ახდენს



მშობლებთან ბავშვის ადრეული განშორება მის პიროვნულ განვითარებაზე. ეს სერიოზული პრობლემა იყო ინგლისში II მსოფლიო ომის დროს, სადაც ათასობით ბავშვი დააცილეს მშობლებს და სოფლად გახიზნეს, რათა ისინი ქალაქების საავიაციო დაბომბვებისგან დაეფარათ.

ბოულები აგრძელებს მელანი კლაინის ხაზს – რომ ცენტრალურ როლს ბავშვის პიროვნების ჩამოყალიბებაში ასრულებს დედა (და არა მამა, როგორც ეს ფროიდის ფსიქოანალიზშია) და მიიხსენებს, რომ განვითარების პროცესში ბავშვი თანამიმდევრულად გაივლის მასზე მუდმივი მზრუნველის, ჩვეულებრივ, დედისადმი მიჯაჭვულობის ფაზათა სერიას. მიჯაჭვულობის ყველაზე ადრეული ფუნქცია ბავშვისთვის სიცოცხლის შენარჩუნებაა. მოგვიანებით, მზრუნველი ბავშვისთვის ხდება „უსაფრთხოების ბაზა“, რაც მას გარესამყაროს საკვლევად და საკუთარი ავტონომიზაციისთვის სჭირდება. **მიჯაჭვულობის მსაბოთი სისაბოთი** განვითარების შემდგომ ფაზაზე ბავშვი იქმნის შინაგან ოპერატიულ მოდელებს ანუ საკუთარი თავისა და მასზე მთავარ მზრუნველთა ფსიქოლოგიურ ხატებს. ურთიერთობათა ბავშვობისდროინდელ გამოცდილებაზე დამყარებული ეს მოდელები ადამიანებთან ურთიერთობის ზოგად მოლოდინებს განსაზღვრავს.

მიჯაჭვულობის ქცევითი სისტემა განიხილება როგორც ადაპტაციისთვის დიდი ღირებულების მქონე შინაგანი პროგრამა, ჩვენი ეკოლუციური მემკვიდრეობის ნაწილი, რაც დედასთან მჭიდრო კონტაქტის შენარჩუნებას უზრუნველყოფს და ამით ბავშვის განვითარებას და გარესამყაროში დამკვიდრებას ემსახურება.

მიჯაჭვულობის შეფასების საგულისხმო პროცედურა შეიმუშავა მერი ენსოურთმა, რასაც „უცნაური სიტუაცია“ უწოდან. ეს არის სისტემატური დაკვირვება იმაზე, თუ როგორ რეაგირებ

რებს ბავშვი მზრუნველის წასვლაზე (მასთან გაყრაზე) ანდა დაბრუნებაზე (მასთან შეყრასზე). გამოიყო მიჯაჭვულობის სამი კატეგორიის ბავშვები: მყარად მიჯაჭვული ანუ თავდაჯერებული (ბავშვების 70%), არამყარად მიჯაჭვული ანუ მშფოთვარეთაგან ამრიდებელი (ბავშვების 20%) და მშფოთვარე არამყარად მიჯაჭვული ანუ ამბივალენტური ბავშვები (ბავშვების 10%). მარტივად რომ ვთქვათ, თავდაჯერებულ ბავშვს სწყინს დედის წასვლა, მაგრამ უხარია მისი დაბრუნება, დედის წასვლას ადვილად ეგუება და თამაშის გაგრძელება შეუძლია. ამის საპირისპიროდ, მშფოთვარე-თავისამრიდებელი ბავშვი დედასთან განშორებას დიდად არ აპროტესტებს, მაგრამ დაბრუნებულ დედას გაურბის – ზურგს აქცევს ან მასთან არ ჩერდება. დაბოლოს, მშფოთვარე-ამბივალენტურ ბავშვს უჭირს ორივე სიტუაციაში – დედასთან გაყრისას და დედასთან შეყრისას. განსაკუთრებით საგულისხმო მის ქცევაში ეს არის მოთხოვნათა უცნაური ნაზავი – აიყვანოს დედამ ხელში და იქვე იატაკზე დააბრუნოს მას შემდეგ, რაც პირველი მოთხოვნა დაკმაყოფილდება.

ადამიანის მიჯაჭვულობის სტილი უცვლელი რჩება ცხოვრების მანძილზე და დიდწილად განსაზღვრავს პიროვნებათაშორისო ურთიერთობებს. კერძოდ, მიჯაჭვულობის თავდაჯერებული სტილი უკავშირდება ბედნიერების, მეგობრობის, ნდობის განცდებს; თავის არიდების სტილი სიახლოვის შიშს, ემოციურ რხევებს და ეჭვიანობას; მშფოთვარე-ამბივალენტური სტილი კი – ემოციურ რყევებს და უკიდურესობებს და, საზოგადოდ ადამიანისადმი უნდობლობასა და ეჭვნიულობას. მიჯაჭვულობის ტიპი გააღწიებს ახდენს აგრეთვე თვითშეფასებაზე, ხოლო თვითშეფასება, თავის მხრივ, დიდწილად განსაზღვრავს სხვადასხვა სფეროში ადამიანის წარმატებას. მიჯაჭვულობის სტილი კავშირში აღმოჩნდა პარტნიორის არჩევასთან

და სასიყვარულო ურთიერთობის სტაბილურობასთან, დეპრესიულ რეაგირებასთან და იმასთანაც, თუ როგორ უმკლავდება ინდივიდი კრიზისს.

კვლევებიდან გამოიკვეთა აზრი, რომ ეს სტილი გენეტიკური ფაქტორებით არ არის განსაზღვრული, არამედ ოჯახში გამეფებული ატმოსფეროს შედეგია.

## ფსიქოლინამიური მიმართულების თეორიათა შეფასება

ფროიდის კლასიკური ფსიქოანალიზის წიაღში აღმოცენებული თეორიები თუმცა სხვადასხვა მიმართულებით განვითარდა, პიროვნების ამ თეორიათა ავტორებს არ გაუწყვეტიათ ორგანული კავშირი ფროიდის მოძღვრებასთან, რასაც თავადაც აღნიშნავენ. მათთვის, ისევე როგორც ფროიდისთვის, პრიორიტეტულია პიროვნების არაცნობიერის სფერო, მკურნალობა არაცნობიერი შინაარსების გაცნობიერებას უკავშირდება და ხელშეუხებელია ფროიდის თეზისი ნორმასა და პათოლოგიაში მოქმედ მექანიზმთა იგივეობის შესახებ. უნდა ითქვას ისიც, რომ ამ თეორიათა საერთო წარმომავლობის მიუხედავად, ერთიან თეორიულ სისტემად მათში განვითარებული შეხედულებების სინთეზი დღემდე არავის უცდია.

## ძირითადი ცნებები

არასრულყოფილების განდა და მისი კომპენსირების მექანიზმები – ადღერის თეორიის ამოსავალი ცნებები – პიროვნების განვითარებისა და ჩამოყალიბების ძირეული მოტივაცია.

ცხოვრების სტილი – არასრულყოფილების დაძლევის ხერხების და პიროვნების იდეალების ერთობლიობა.

კოლექტიური არაცნობიერი – იუნგის თანახმად, ინდივიდის არაცნობიერის ნაწილი, რომელიც თანდაყოლილი, ევოლუციურად ჩამოყალიბებული და ზოგად კაცობრიულია.

არქეტიპები – უძველესი ზეპიროვნული, საყოველთაო, თანდაყოლილი ფსიქოლოგიური სქემები (ფიგურები), საკაცობრიო განცდების ანაბეჭდები და ამ განცდებისადმი შინაგანი განწყობები.

ძირეული შფოთვა – ჰორნის თეორის ამოსავალი ცნება – მარტოობისა და უსუსურობის განცდა, რასაც ინდივიდს პოტენციურად საშიში გარემო აღუძრავს.

მეობიექტები – ობიექტი-ურთიერთობის თეორიის თანახმად – მნიშვნელოვანი და გულისხმიერი ადამიანები, რომლებიც ბავშვს საკუთარი მეს ასაგებად და შესაცნობად სჭირდება.

მიჯაჭვეულობის ქცევითი სისტემა – ბოულბის კონცეფცია, რომელშიც ხაზი ესმება პატარა ბავშვის კავშირის ფორმირებას დედასთან (მზრუნველთან). მიჯაჭვეულობის ქცევითი სისტემის ფუნქციაა ბავშვს უსაფრთხოების განცდა შესძინოს, რათა მან გარემოსთან ადეკვატური კონტაქტის დამყარება შეძლოს.

### ძირითადი დებულებები

1. ფსიქოანალიტიკური მოძრაობის წამყვანი ფიგურები – ადლერი და იუნგი განუდგნენ ფროიდს და საკუთარი თეორიული სკოლები შექმნეს.
2. ადლერი და იუნგი პრინციპულად არ ეთანხმებოდნენ ფროიდის მიერ სექსუალური ლტოლვის ფსიქიკური ცხოვრების ქვაკუთხედად გაოცხადებას.
3. ალფრედ ადლერმა ჩამოაყალიბა ინდივიდუალური ფსიქოლოგიის სკოლა, ხოლო კარლ იუნგმა – ანალიტიკური ფსიქოლოგია.

4. ადლერმა ინსტიტუტური სექსუალური ლტოლვებიდან და არაცნობიერიდან აქცენტი სოციალურ მისწრაფებებსა და ცნობიერებაზე გადაიტანა.
5. ადლერის აზრით, პიროვნების განვითარებისთვის ძირეულია არა სექსუალური მოტივაცია, არამედ საკუთარი არასრულყოფილების განცდა და მისი კომპენსირების მექანიზმები.
6. არასრულყოფილების განცდის დაძლევის ლტოლვა აღძრავს უპირატესობის მიღწევის და დემონსტრირების მოტივაციას.
7. უპირატესობის მიღწევის მისწრაფება არა მხოლოდ ადამიანის კონკურენტულ სულისკვეთებაში, არამედ თანამშრომლობასა და სოციალურ გრძნობებშიც ვლინდება.
8. კარლ იუნგმა არაცნობიერზე ფროიდის შეხედულებებს დაუმატა კოლექტიური არაცნობიერის ცნება.
9. კოლექტიური არაცნობიერი პირადი გამოცდილებისგან დამოუკიდებელია და ყველა ეპოქისა და კულტურისთვის უნივერსალურია.
10. იუნგი მიიჩნევდა, რომ ზოგადი არასპეციფიკური სასიცოცხლო ენერჯია – ლიბიდო, გარდა სპეციფიკური სექსუალური ენერჯიისა შეიცავს ზრდისა და განვითარების მისწრაფებებს.
11. პიროვნული მთლიანობის მისაღწევად ადამიანმა ცნობიერ და არაცნობიერ პროცესებს შორის კავშირი უნდა დაამყაროს;
12. კარენ ჰორნი ხაზს უსვამდა პიროვნების დინამიკაში კულტურული ფაქტორების და პიროვნებათაშორისო ურთიერთობების როლს.
13. ნეეროზის მიზეზთა შორის ყველაზე დიდ მნიშვნელობას კარენ ჰორნი პიროვნებათაშორისო ურთიერთობების დარღვევას ანიჭებდა.
14. ტრადიციული ფსიქოანალიზის შემდგომი განვითარება პიროვნების თვითგამორკვევის და თვითშეფასების შესწავლის მიმართულებით წარმართა. კელევის ამ მიმართულებაში

შეიქმნა: ა) ობიექტი-ურთიერთობის თეორია და ბ) ემოციური მიჯაჭვულობის მოდელი. ორივე ეს მოდელი, შესაბამის გამოკვლევებზე დაყრდნობით, ადასტურებს ბავშვის ადრეული ემოციური გამოცდილების გადამწყვეტ გავლენას მის განვითარებაზე, პიროვნებად ჩამოყალიბებაზე და ადამიანებთან სამომავლო ურთიერთობაზე.

## თავი V

### ფენომენოლოგიური ჰუმანიტური თეორია, რომლის ავტორია ჯარლ როჯარსი

ტერმინი “ფენომენოლოგია” ძნელი განსასაზღვრია, მაგრამ, ზოგადად, ის ეხება ფართო ფილოსოფიურ პოზიციას, რომ ადამიანისთვის ერთადერთი რეალობა, მასალა, რისგანაც აგებულია მისი არსებობა – უშუალო, მთლიანობითი, სუბიექტური გრძნობადი გამოცდილებაა. პიროვნებისადმი ფენომენოლოგიურ მიდგომაში წამყვანი ადგილი უკავია ჰუმანიტურ ფსიქოლოგიას.

ჰუმანიტური მსოფლმხედველობა საუკუნეებს ითვლის. ის ძირითად ღირებულებად მიიჩნევს ადამიანის პიროვნებას და აღიარებს მის უფლებას ბედნიერებაზე, თავისუფლებაზე, თანასწორობაზე და ყოველგვარი უნარის გამოვლინებაზე; ადამიანის კეთილდღეობა სოციალური ინსტიტუტების აეკარგიანობის შეფასების მთავარი საზომია, ხილო თავისუფლების, თანასწორობის, სამართლიანობისა და კაცთმოყვარეობის პრინციპი – ადამიანთა შორის ურთიერთობის ნორმები.

პიროვნებისადმი ჰუმანიტურ მიდგომაში, რომლის თვალსაჩინო წარმომადგენელია კარლ როჯერსი, იგულისხმება, რომ ადამიანი შეიძლება გავიგოთ და კიდევ უნდა გავიგოთ იმის მიხედვით, თუ როგორ აღიქვამს იგი საკუთარ თავს და გარემომცველ სინამდვილეს ანუ დიდი ყურადღება ეთმობა მე-ს (Self) და მე-სთან დაკავშირებულ გრძნობად გამოცდილებას.

ამრიგად, განსახილველი თეორია მიმართულია ადამიანის შინაგანი (ფენომენოლოგიური) სამყაროს შესწავლაზე, რადგა-

ნაც ვარაუდობს, რომ ადამიანის მიერ საკუთარი მე-ს განცდა ძალზე ღირებულია როგორც ემპირიული – ობიექტური, ისე კლინიკური – ინტუიციური კვლევისთვის, რისი სინთეზიც საუბრებით შესაძლებელია.

ხაზგასასმელია, რომ განსხვავებით ფსიქოანალიზისგან, რომელიც ახსნითი მოდელია, როჯერსის თეორია პიროვნების აღწერით მოდელს წარმოადგენს.

## როჯერსის მხედულაბები ადამიანის რაობაზე

როჯერსისთვის ადამიანის ბუნება არსობრივად პოზიტიური. ადამიანი თვითაქტუალიზაციისკენ ანუ საკუთარი პოტენციალის – უნარებისა და ნიჭის სრული გაშლისკენ მიემართება. საპირისპირო აზრის იყო ფროიდი: – საკმარისია ნება მიეცეს, ადამიანი მყისვე მეკვლელობას, ინცესტს და ყველანაირ კრიმინალურ აქტს ჩაიდენს, რადგან ის თავისი არსით ირაციონალური, ასოციალურია და საკუთარი თავის და სხვათა ნგრევისკენ არის მიდრეკილი. როჯერსი არ უარყოფს ადამიანის ამგვარი ქცევის რეალურობას, მაგრამ ფიქრობს, რომ ასე იქცევა როგორც ნევროზით შეპყრობილი და არა მოწიფული, განვითარებული ადამიანი. როდესაც ადამიანი თავისუფლად მოქმედებს იგი თავს საზოგადოებრივ არსებად განიცდის, შესაბამისად იქცევა და ამით საკუთარი თავის რეალიზებას ახდენს.

როჯერსმა იცის, რომ მას გულუბრყვილო ოპტიმისტად მიიჩნევენ და განმარტავს თავის პოზიციას: უკლებლივ ყველა ადამიანში არის პოზიტიურ ცვლილებათა წარმართველი ძალები, მაგრამ ეს ძალები ხშირად ძალიან ღრმად არის ჩაბუდებული და მათ გამოთავისუფლებას ხელშეწყობა სჭირდება.



როჯერსის ფენომენოლოგიური პოზიციის თანახმად, ყოველი ინდივიდი სამყაროს უნიკალურად აღიქვამს, რაც მის **ფენომენალურ ვალს** ქმნის. ადამიანის ფენომენოლოგიური კელი ცნობიერი და არაცნობიერი შინაარსებისგან შედგება, მაგრამ ადამიანის (განსაკუთრებით ჯანმრთელი ადამიანის) ქცევის უმნიშვნელოვანესი დეტერმინანტები არის ის, რომლებიც ცნობიერდება ანდა შესაძლებელია მათი გაცნობიერება. როჯერის მიდგომა ამაშიც მკაფიოდ განსხვავდება ფსიქოანალიზისგან და მასში არაცნობიერსე დასმული აქცენტისგან. თუმცა ფენომენოლოგიური ველი ინდივიდის ინტიმური, სხვებისთვის დახურული პრივატული სამყაროა, უნდა კვცადლოთ დაინახოთ ეს სამყარო ისე, როგორც მას ხედავს ინდივიდი, მის ქცევას მისივე თვალთ შევხედოთ, ის ფსიქოლოგიური მნიშვნელობა ამოვიკითხოთ, რაც თვითონ ინდივიდმა იგულისხმა.

როჯერსისთვის ფენომენოლოგია ადამიანის შესახებ მეცნიერების ბაზისია და ფსიქოლოგიური კვლევა შინაგანი სუბიექტური გამოცდილების ანუ პიროვნების მიერ მოვლენათა უშუალო განცდის გაგებას უნდა ცდილობდეს. სამეცნიერო კვლევა ლაბორატორიაში ან კომპიუტერთან არ უნდა იწყებოდეს. ფენომენოლოგიური მონაცემების უმნიშვნელოვანესი წყაროა თერაპიის პროცესში მოპოვებული კლინიკური მასალა. როჯერსი ყოველთვის იწყებდა კლინიკური დაკვირვებით, შემდეგ ამ დაკვირვებებს პიპოთეზებად აყალიბებდა, ხოლო პიპოთეზას მკაცრი მეთოდებით ამოწმებდა.

პროფესიული ცხოვრების მანძილზე როჯერსი ცდილობდა გაედო ხიდი უფსკრულზე, რაც არსებობს სუბიექტურსა და ობიექტურს, რელიგიასა და მეცნიერებას შორის, რათა არ დაკარგულიყო ადამიანის ინდივიდუალობა – ასე შეაფასა მისი მოღვაწეობა ამერიკის ფსიქოლოგთა ასოციაციაში.

## ხარლ როჯერსის პიროვნების თეორია

როჯერსის ყურადღება ძირითადად მიმართული იყო ფსიქოთერაპიის პროცესზე. პიროვნების მისი თეორია თერაპიული მუშაობის პროცესში იშვა და მის განშტოებად იქცა.

პიროვნებისადმი ფენომენოლოგიური მიდგომა აქცენტს სუამს თვითაქტუალისაციისადმი ინდივიდის მედმივე სწრაფვაზე და აღიარებს ნებისყოფის თავისუფლებას და პიროვნების ინდივიდუალურ არჩევანს განსაზღვროს გარესამყაროში საკუთარი არსებობის მოღუსი. როჯერსის თეორიის ქვაკუთხედეა მუდმივი ცვლილებისა და ჩამოყალიბების პროცესში მყოფი პიროვნება.

### სტრუქტურა

#### საკუთარი „მე“ (Self)

პიროვნების თეორიაში როჯერსისთვის საკვანძო სტრუქტურული ცნებაა “მე”. ინდივიდი აღიქვამს გარეგან სტიმულებს, საკუთარ გრძნობად გამოცდილებას, რასაც გარკვეულ შინაარსს ანიჭებს. გრძნობადი ხატების და შინაარსების (მნიშვნელობების) ერთიანი სისტემა ინდივიდის ფენომენოლოგიურ ველს ქმნის. ფენომენოლოგიური ველის ის ნაწილები, რასაც ადამიანი „მე“-თი აღნიშნავს, “საკუთარ თავს” ანუ მე-კონცეფციას ქმნის. მე-კონცეფცია აღქმის მწყობრი და შეთანხმებული პატერნია. თუმცა მე-კონცეფცია იცვლება, იგი სტრუქტურირებულობის, მთლიანობის და ორგანიზებულობის ამ თვისებას ყოველთვის ინარჩუნებს.

“მე“-ს ცნებასთან მიმართებით საყურადღებოა კიდევ ორი ასპექტი. ჯერ-ერთი, “მე” არ არის ჩვენ შიგნით დაბუდებული არსება. “მე” არაფერს “აკეთებს”, ინდივიდი არ ფლობს “მე“-ს

იმგვარ ინსტანციას, რომელიც გააკონტროლებდა მის ქცევას. „მე“ – სხვადასხვა აღქმის ორგანიზებული ნაკრებია; მეორე, განცდებისა და ხატების პატერნი, რასაც „მე“-ს ვუწოდებთ, მოსაწყვდომია ცნობიერებისთვის ანუ შესაძლებელია მისი გაცნობიერება. თუმცა ინდივიდს გაუცნობიერებელი შინაგანი განცდაც უთუოდ აქვს, მე-კონცეფცია, ძირითადად, ცნობიერდება. როჯერსს მიაჩნდა, რომ „მე“-ს ამგვარი განსაზღვრება ზუსტია და გამოკვლევათა ჩასატარებლად აუცილებელი. თუ „მე“-ს განსაზღვრებაში შევიტანთ არაცნობიერ მასალას, ამ მოვლენას ობიექტური მეთოდებით ვეღარ შევისწავლით.

მონათესავე სტრუქტურული ცნებაა *ილალოური მე*. „ილალოური მე“ ეს არის ინდივიდისთვის სანუკუარი მე-კონცეფცია. იგი შეიცავს გრძნობად ხატებს და მნიშვნელობებს, რომლებიც „მე“-ს უკავშირდება და ინდივიდისთვის მეტად ღირებულია.

### *მე-კონცეფციის გამომავლის მეთოდები*

როჯერსს არაერთხელ აღუნიშნავს, რომ მუშაობა „მე“-ს ცნებით არ დაუწყია. თავიდან, მას „მე“ ბუნდოვან და უშინაარსო ტერმინად მიაჩნდა. მაგრამ, როდესაც ისმენდა თუ როგორ აყალიბებენ კლიენტები საკუთარ პრობლემებს და სხვადასხვა მოვლენებისადმი თავის დამოკიდებულებას გამოხატავენ, აღმოაჩინა, რომ ამა თუ იმ ხარისხით ყველა აქტიურად იყენებს სიტყვა „მე“-ს. ამან როჯერსს მე-ს ცნების განსაზღვრების და მისი გაზომვის ხერხისა და ინსტრუმენტის გამონახვის აუცილებლობა დაანახა.

ღ—*სორაბიკაის ბაქნიკა*. კვლევა როჯერსმა დაიწყო იმით, რომ ჩაიწერა საკუთარი თერაპიული საუბრები და შემდეგ ყველა სიტყვა, რომელიც „მე“-ს ეხებოდა რამდენიმე კატეგორიად გადაანაწილა. საუბრების ჩანაწერთა ამ პირველი კვლევის შემ-

დღე მან გამოიყენა სტეფენსონის მიერ მე-კონცეფციის გასახიზმად დამუშავებული **გ - სორაირკის ვათოლი**. ექსპერიმენტატორი აწვდის ცდისპირს ბარათების დასტას. თითოეული ბარათი შეიცავს დებულებას, რომელიც ამა თუ იმ პიროვნულ მახასიათებელს ეხება. ერთ ბარათზე შეიძლება ეწეროს: “ადვილად უმეგობრდება ადამიანებს”, მეორეზე – “უჭირს ბრაზის გამოხატვა” და ა.შ. ცდისპირს თხოვენ წაიკითხოს ყველა ეს დებულება (სულ დაახლოებით 100) და განაღდაგოს გარკვეული წესით: ერთ კიდეზე უნდა დაიდოს ბარათები – “ჩემთვის ყველაზე უფრო მეტად დამახასიათებელი”, ხოლო მეორე კიდეზე – “ჩემთვის ყველაზე უფრო ნაკლებად დამახასიათებელი”. ცდისპირს წინასწარ ეუბნებიან რამდენ გროვად უნდა დალაგდეს ბარათები და რამდენი ბარათი უნდა იყოს გროვაში. ამით ირკვევა ცდისპირის მიერ შეფარდებითი შეფასება თუ რამდენად შეეფერება მას თითოეული პიროვნული ნიშან-თვისება.

ამრიგად, **Q-სორტირება** ფაქტობრივად არის ინდივიდუალში მიცემული დავალება, დაახარისხოს დებულებები, რომელიც მას ეხება, კატეგორიებად, დაადგინოს რანჟირი მისთვის ყველაზე უფრო მეტად დამახასიათებელ და ყველაზე ნაკლებად დამახასიათებელ დებულებებს შორის. იგივე ფრაზები შეიძლება გადანაწილდეს იმავე რაოდენობის კატეგორიებად, მაგრამ ახლა იდეალური “მე-სთან მიმართებით: დაწყებული “ყველაზე ახლოს არის ჩემ იდეალურ მე-სთან”, დამთავრებული “ყველაზე შორსაა ჩემი იდეალური მე-სგან”. ამით შესაძლებელია რაოდენობრივად შეფასდეს მე-სა და იდეალურ მე-ს შორის სხვაობა, დისტანცია, შეუსატყვისობა. ამ გზით მიღებული მონაცემები ძალზე მნიშვნელოვანია ფსიქოპათოლოგიის გასაგებად და, რაც მთავარია, იმის დასადგენად, რამდენად შეიცვალა პიროვნება ფსიქოთერაპიის გავლენით. შემცირებული სხვაობა ჩატარებული ფსიქოთერაპიის ეფექტურობის მაჩვენებელია.

## ზედსართავი სახელაზის წესა და სპანაფიქური ღიზარანსიალი.

მე-ს შესახებ სუბიექტური ანგარიშების მისაღებად სხვა მეთოდებიც გამოიყენება. ასეთია 1. *ზედსართავი სახელების ჩამონათვალი*, საიდანაც ცდისპირი ირჩევს ზედსართავებს, რომლებიც შეიძლება საკუთარ თავს მიაკუთვნოს და 2. *სემანტიკური დიფერენციალი*. თუმცა ეს უკანასკნელი ატიტულების გასაზომად და ცნებათა მნიშვნელობის დასადგენად შემუშავდა და არ არის პიროვნული ტესტი, როგორც მას პიროვნების ფსიქოდიანოსტიკებისთვის იყენებს: ცდისპირი აფასებს ცნებას “საკუთარის მე” შეიძლებიანი სკალებით. ეს სკალები პოლარული ზედსართავებით გამოიხატება, როგორცაა, მაგ., *კარგი-ცუდი*, *ძლიერი-სუსტი*, ან *აქტიური-პასიური*. ცდისპირს ასევე შეუძლია ცნება “ნემი იდეალური მე” თითოეული ამ ბიპოლარული სკალის მიხედვით შეაფასოს. ვიღებთ მონაცემებს, თუ რა მნიშვნელობას ღებს ინდივიდი ამ ცნებებში და როგორია მათი მიმართება.

## პროცესი

### *თვითაქტუალიზაცია*

როგორცის პიროვნების თეორიაში აქცენტირებული ცვლილება. ადამიანი, როგორც უნიკალური ერთიანი სისტემა, მოცემულია არა წინასწარ, მზა სახით, არამედ მუდმივად ვითარდება და მადლა, თვითაქტუალიზაციისკენ მიემართება. როგორცის მოტივაციის ცნებას მამოძრავებელ ძალთა მნიშვნელობით საერთოდ არ იყენებდა. მოტივაციის ადგილი მასთან აქტუალიზაციის ფუნდამენტურმა ტენდენციამ დაიკავა: ორგანიზმს აქვს ერთადერთი ტენდენცია – მუდმივად მოახდინოს საკუთარი თავის აქტუალიზება, შეინარჩუნოს და განავრცოს საკუთარი თავი – აცხადებდა კარლ როგორცისი.

აქტუალიზაციის ცნებაში იგულისხმება ორგანიზმის ტენდენცია მარტივი არსებიდან რთულ არსებად იქცეოს, სხვაზე დამოკიდებული არსებიდან დამოუკიდებელ არსებობაზე გადავიდეს, ფიქსირებულობიდან და რიგიდულობიდან ცვლილების შესაძლებლობა და გამობატვის თავისუფლება მოიპოვოს და, საბოლოო ჯამში, საკუთარი კანონებით იცხოვროს. აქტუალიზაციის კონცეფცია არ უარყოფს ადამიანის მისწრაფებას დაიკაყოფილოს მოთხოვნილებები და ამით შეიმციროს დაძაბულობა, მაგრამ ამ კონცეფციაში მთავარია ის სიამოვნება და კმაყოფილება, რაც პიროვნული ზრდის ხელშემწყობ ქმედებას მოაქვს.

როჯერსს თვითაქტუალიზაციის მოტივის გასაზომი ინსტრუმენტი არ შეუქმნია. ეს მოგვიანებით სხვა მკვლევარებმა გააკეთეს. ერთ-ერთი ბოლოდროინდელი სკალა შედგება 15 კითხვისგან, რითაც იზომება: ადამიანის უნარი იმოქმედოს დამოუკიდებლად; საკუთარი თავის მიმდებლობის ანუ თვითშეფასების დონე; საკუთარი ემოციების მშვიდად მიღება და ადამიანების მიმართ ნდობა.

### *მე-კონცეფციის შინაგანი შეთანხმებულობა და კონგრუენტობა*

აქტუალიზაცია არ გამხდარა როჯერსის ემიპირიული კვლევის საგანი. მისი თეორიის ექსპერიმენტული განვითარებისთვის გაცილებით მნიშვნელოვანი აღმოჩნდა მე-ს შინაგანი შეთანხმებულობისა და სუბიექტურ გამოცდილებასთან თავსებადობის საკითხი. როჯერსის თანახმად, პიროვნება ფუნქციონირებს, რათა საკუთარი თავის განსხვავებულ გრძნობად ხატებსა და თავისსაკვე გრძნობად გამოცდილებას შორის თავსებადობა ანუ უკონფლიქტობა შეინარჩუნოს.

პიროვნების შინაგანი შეთანხმებულობის ანუ კონსისტენტობის ცნება და აგრეთვე ამავე სახელწოდების პიროვნების

პირველი თეორია ეკუთვნის პრესკოტ ლეკის. ლეკი მიიჩნევდა, რომ ორგანიზმი სიამოვნებას კი არ ეძიებს და ტკივილს კი არ გაურბის – ეს სულაც არ არის მისი მთავარი მამოძრავებელი; მას საკუთარი მე-კონცეფციის სტრუქტურის შენარჩუნება სწავლია. ადამიანი იქმნის ღირებულებათა ისეთ სისტემას, რომლის ცენტრში ღვას მე-ს ღირებულება; ის ისე ალაგებს თავის ფსიქიკურ ფუნქციებსა და ღირებულებებს, რომ საკუთარი მე-სისტემის შენარჩუნება უზრუნველყოს. ინდივიდი იმგვარად იქცევა, რომ საკუთარი ქცევა მე-კონცეფციას შეესაბამებოდეს, მაშინაც, როცა ამგვარ ქცევას გარეგანი ჯილდო არ მოჰყვება.

როჯერსი ხაზს უსვამს აგრეთვე კონგრუენტობას მე-სა და შინაგან გამოცდილებას შორის. ეს ნიშნავს, რომ ადამიანი ცდილობს შეუხამოს (კონგრუენტული გახადოს) ის, რასაც გრძნობს, იმას, როგორადაც აღიქვამს საკუთარ თავს. ხშირად ინდივიდი ამას ვერ ახერხებს და ინკონგრუენტულ მდგომარეობაში იმყოფება. ინკონგრუენტულობაა ეს არის ინდივიდის უუნარობა ზუსტად აღიქვას რეალობა, უუნარობა ან არსურვილი ზუსტად ამცნოს მეორე ადამიანს საკუთარი გრძნობები. როდესაც შეუსაბამობა განცდებს და მათ გაცნობიერებას ეხება – როჯერსი ამას დათრგუნვას და უარყოფას უწოდებს – ადამიანი უბრალოდ ვერ აცნობიერებს რას აკეთებს, ხოლო როდესაც შეუსაბამობა გაცნობიერებასა და კომუნიკაციას ეხება – ადამიანი არ გამოხატავს თავის ნამდვილ განცდებს და გარშემოყოფთა ოქვალში არაბუნებრივი, ყალბი და უპატიოსნოა.

ინკონგრუენტულობა აგრეთვე დაძაბულობის, შფოთვის სახით განიცდება, უკიდურეს გამოხატულებაში იგი შინაგან დაბნეულობასა და დეზორიენტირებულობაში გამოიხატება. ფსიქიატრიული კლინიკის პაციენტებთან, რომლებმაც არც კი იციან სად იმყოფებიან, წელიწადის რა დროა და რა დღეა –

ინკონგრუენტულობა იმდენად დიდია, რომ სრულიად უმწესონი ხდებიან და დახმარებას საჭიროებენ.

ფსიქოპათოლოგიაში აღწერილ სიმპტომთა უმრავლესობა შეიძლება ინკონგრუენტულობად მივიხნოთ. როჯერსი დარწმუნებულია, რომ ყოველგვარი ინკონგრუენტულობა აუცილებლად უნდა გადაიჭრას. კონფლიქტური აზრები, იდეები, გრძნობები და ინტერესები ჯერ კიდევ არ არის ინკონგრუენტულობის სიმპტომები. შეუსაბამობასთან ანუ ინკონგრუენტულობასთან გვაქვს საქმე, როდესაც ადამიანი ეერ აცნობიერებს კონფლიქტებს და, ამდენად, მათ ეერ გადაჭრის და შესაბამისობაში ეერ მოყვანს.

### *კონგრუენტულობის მდგომარეობა და დაცვის პროცესები*

მეტწილად, ჩვენი სუბიექტური გამოცდილება ცნობიერებაში აისახება, მაგრამ შეიძლება მოგვეჩვენოს, რომ გრძნობადი გამოცდილების რაღაც ნაწილი საფრთხის მატარებელია, რადგანაც იგი მე-კონცეფციასთან კონფლიქტურ დამოკიდებულებაშია. ასეთ დროს ჩვენ ამ გამოცდილებას ცნობიერებაში არ ვეშვებთ. ქვეცნობიერი აღქმის პროცესის მეშვეობით შეგვიძლია წინასწარ ვიგრძნოთ, რომ ეს გამოცდილება არ ეთავსება ჩვენ მე-კონცეფციას და მიემართოთ დაცვით რეაქციას: არ დაეშვათ ცნობიერებაში სუბიექტური გამოცდილების ის ელემენტები, რაც ბუნდოვნად როგორც მე-კონცეფციის არაკონგრუენტული აღვიქვით.

დაცვის ორი ძირითადი, საყოველთაოდ ცნობილი რეაქციაა – სუბიექტური გამოცდილების დამახინჯება და თვით ამგვარი გამოცდილების უარყოფა. უარყოფა ცნობიერებაში საფრთხის შეღწევისგან მე-კონცეფციის დაცვას ემსახურება. დამახინჯება უფრო გავრცელებული ფენომენია. იგი ხელს არ უშ-



ლის გამოცდილების გაცნობიერებას, მაგრამ ხდება ისეთი ფორმით, რომ იგი მე-სთან თანხმობაში მოვიდეს. მაგალითად, თუ მე-კონცეფცია შეიცავს დახასიათებას “მე ცუდი სტუდენტი ვარ”, კარგი ნიშნის მიღების გრძობადი გამოცდილება შეიძლება დამახინჯდეს, რათა ის მე-კონცეფციის კონგრუენტული გახდეს. სტუდენტმა შეიძლება იფიქროს, რომ “პროფესორი ცუდი გამოცდილია” ან “მე უბრალოდ, ბედმა გამიღიმა”. მე-კონცეფციის შინაგანი შეთანხმებულობის ტენდენცია სძლევს კარგი ნიშნით მიღებულ პოზიტიურ განცდას და მე-ს დაცვის მექანიზმს აამოქმედებს.

### *პოზიტიური შეფასების მოთხოვნილება*

რა იწვევს კონფლიქტს სუბიექტურ გამოცდილებასა და მე-კონცეფციას შორის და, შესაბამისად, ბადებს დაცვის აუცილებლობას? ამის მიზეზია დადებითი შეფასების მოთხოვნილება, რომელიც შეიცავს ისეთ ღირებულებებს, როგორიცაა სითბო, სიმპათია, პატივისცემა და მიღება. თუ მშობლები უჩრუნველყოფენ ბავშვის უპირობო პოზიტიურ შეფასებას, აგრძობინებენ, რომ ის მათთვის უპერფასესია, მას აღარ სჭირდება თავისი სუბიექტური გამოცდილების ამა თუ იმ ასპექტის უარყოფა. მაგრამ თუ მშობელთა მხრიდან ბავშვის შეფასება და მიმღებლობა რამე წინაპირობის შესრულებაზეა დამოკიდებული, ბავშვი იძულებულია უგულვებლად თავისი ის სუბიექტური გამოცდილება, რომელიც მის მე-კონცეფციას არ ეთავსება. მაგალითად, თუ ბავშვი გრძობს, რომ ჯილდოვდება სიყვარულით (პოზიტიური შეფასებით) მხოლოდ იმისთვის, რომ თვითონაც ყოველთვის მოსიყვარულე შეიღია, იგი დაიწყებს საკუთარ თავში ყოველგვარი ბოროტი გრძობის უარყოფას და იბრძოლებს, რომ მოსიყვარულე შეიღის სახე და მშობლების

სიყვარული შეინარჩუნოს. ამ შემთხვევაში უკეთური გრძნობა, გარდა იმისა რომ მე-კონცეფციის არაკონსისტენტურია, ხელს უშლის საკუთარი თავის პოზიტიურ შეფასებას. ამრიგად, მისი ფასუელობის ცნობისთვის წინაპირობის დათქმა ბავშვს საკუთარი სუბიექტური გამოცდილების უარყოფას აიძულებს და ამასთანავე, თვითშეფასებას უქვეითებს.

### ზრდა და განვითარება

როჯერსს არ დაუმუშაებია ზრდისა და განვითარების თეორია, არ უტარებია გრძელვადიანი ექსპერიმენტები და მშობელ-შვილის ურთიერთობები არ უკვლევია – მას პრინციპულად სჯეროდა, რომ ზრდის პოტენციული აქვს უკლებლივ ყველას. ორგანიზმის ზრდის პროცესი გამოიხატება გართულებაში, გაფართოებაში, ავტონომიის გაძლიერებაში და, ამასთანავე, ინდივიდის სოციალიზებულიობის ზრდაში – მოკლედ, თვითაქტუალიზაციაში. მე-კონცეფცია ფენომენოლოგიური ევლის ნაწილი ხდება და სულ უფრო რთულ სისტემად გარდაიქმნება. მე-კონცეფციის აღმოცენებისთანავე ინდივიდს უნდა მისთვის იყოს პოზიტიურად იქნას შეფასებული. თუ სხვათა მიერ პოზიტიური შეფასების მოთხოვნილება უფრო მნიშვნელოვანი ხდება, ვიდრე საკუთარ სუბიექტურ გამოცდილებასთან “კონტაქტში ყოფნა”, ინდივიდი განცდების ნაწილს არ დაუშვებს ცნობიერებაში და არაკონგრუენტობის მდგომარეობაში დარჩება.

### *თვითაქტუალიზაცია და ჯანსაღი ფსიქიკური განვითარება*

როჯერსისთვის განვითარების მთავარი პრობლემა ის არის, განვითარდება თუ არა ბავშვი, თავისუფლად, თავის

თავთან შესაბამისობით თუ პირიქით, დაცვითი შეგუების გზას დაადგება და არაკონგრუენტულ მდგომარეობაში იქნება. ჯანსაღი მე-კონცეფციის ჩამოყალიბება საჭიროებს ატმოსფეროს, რომელშიც ბავშვს შეუძლია სუბიექტური გამოცდილების სრული სისავსით განცდა, ამ გამოცდილების შეთვისება და იმედის ქონა, რომ მშობლები მიიღებენ მაშინაც, როცა ზოგიერთი მისი ქცევა არ მოსწონთ. ამას ხაზს უსვამს ბავშვის ფსიქიატრთა და ფსიქოლოგთა უმრავლესობა. ბავშვისთვის მშობლის ნათქვამი “არ მომწონს, რასაც აკეთებ” და “შენ არ მომწონხარ” – განსხვავებულ რაიმეს ნიშნავს. მშობელი, რომელიც ამბობს: “არ მომწონს რასაც აკეთებ” იღებს ბავშვს, თუმცა არ იწონებს მის კონკრეტულ საქციელს. არსებითად სხვა არის, როდესაც მშობელი აშკარად თუ ფარულად ამცნობს ბავშვს, რომ მისი ქცევაც და თვითონაც “არ ვარგა”, “ცუდია”. ბავშვი ხედავს, რომ გარკვეული გრძნობების აღიარება საკუთარი თავის როგორც საყვარელი და სიმპათიური არსების წარმოდგენას არ ეთავსება. იგი იძულებულია უარყოს ან დაამახინჯოს ეს გრძნობები.

### *მშობელ-შვილის ურთიერთობები*

ბავშვის პიროვნულ ზრდას განსაკუთრებით უწყობს ხელს მშობელთა მხრიდან ბავშვის მიმღებლობის განწყობები, “ბავშვისადმი დემოკრატიული დამოკიდებულება”. ამგვარი განწყობების მქონე მშობელთა შვილებს აღენიშნებათ დაჩქარებული ინტელექტუალური განვითარება, კრეატიულობა, ემოციური სიმყარე და კარგი თვითკონტროლი. ავტორიტარ მშობელთა შვილები ემოციურად არასტაბილურები, აგრესიულები და გაუგონრები არიან. მაგრამ გადამწყვეტია ის, როგორ აღიქვამენ შვილები მშობელთა მიერ მათ შეფასებას. თუ ბავშვს ჰყო-

ნია, რომ მშობლები მას პოზიტიურად აყვასებენ, იგი საკუთარი გარეგნობითა და პიროვნული თავისებურებებით კმაყოფილი იქნება. ხოლო თუ ფიქრობს, რომ ფასდება ნეგატიურად, თავისთავში დაურწმუნებელი ხდება და საკუთარ გარეგნობასაც უარყოფითად უდგება. პოზიტიურია თუ ნეგატიური მშობლის მიერ შვილის შეფასება, ეს თავის მხრივ, მშობლის მიერ საკუთარი თავის მიმღებლობის ხარისხზეა დამოკიდებული.

ბავშვის თვითშეფასების ჩამოყალიბებაზე მოქმედ ფაქტორთა კვლევაში აჩვენა, რომ მშობელთა სოციალური პრესტიჟის გარეგნული მანიფესტები, როგორცაა სიმდიდრე, განათლების დონე და თანამდებობა, არ ახდენს იმდენად დიდ გავლენას ბავშვის თვითშეფასებაზე, როგორც ეს ხშირად ჰგონიათ. ბავშვის მიერ საკუთარი ფასეულობის განცდაზე ძლიერ მოქმედებს ოჯახში გამეფებული პიროვნებათაშორისო ურთიერთობათა ატმოსფერო. ბავშვის მე-კონცეფციასზე გავლენას ახდენს არეკლილი შეფასების პროცესი ანუ ბავშვი “უშუალოდ სწავდება” საკუთარი თავის შესახებ მისთვის ღირებულ ადამიანთა შეხედულებებს და თვითშეფასებაში მათ ეყრდნობა.

ბავშვის თვითშეფასების ფორმირებისთვის ყველაზე მნიშვნელოვანია მშობელ-შვილის ურთიერთობის სამი სფერო:

1. მიმღებლობის დონე – ეს არის მშობლის მიერ შვილის მიმართ გამოვლენილი ინტერესი, სიყვარული და სიბოი; ამ ინტერესს ბავშვი იგებს როგორც საკუთარი ფასეულობის მანიფესტებს – რომ ის სრუნვის და ყურადღების ღირსია.
2. დაშვებულის და დაუშვებულის (დასჯადის) სფერო – მაღალი თვითშეფასების მქონე ბავშვთა მშობლები შვილებს მკაფიო მოთხოვნებს უყენებენ და მათ შესრულებას მტკიცედ მოითხოვენ. საპასუხოდ ბავშვი მშობლებისგან სიყვარულის ამა თუ იმ გამოხატულებას იღებს; დაბალი თვითშეფასების მქონე ბავშვთა მშობლები ნაკლებად წარმართავენ ბავშვს

და, ამასთანავე, მას უპატივცემულოდ ექცევიან. ასეთი მშობლები არ უდგენენ შვილებს ქცევის მკაფიო წესებს და არ ითხოვენ მათ შესრულებას; უფრო ხშირად იყენებენ დასჯას (და არა წახალისებას), იშვიათად – სითბოს და სიყვარულის გამოვლენას.

3. დემოკრატიზმის ხარისხი – მაღალი თვითშეფასების მქონე ბავშვთა მშობლები შვილებთან წესების საკმაოდ ფართო სპექტრს ათანხმებენ და შემდგომში მტკიცედ მოითხოვენ მათ შესრულებას, მაგრამ დადგენილი წარმოების შიგნით არაფითარ იძულებას არ მიმართავენ, ბავშვის უფლებებს პატივს სცემენ და აღიარებენ. დაბალი თვითშეფასების მქონე ბავშვთა მშობლები შვილებს ბევრ შეზღუდვას არ უწესებენ და საზღვრებსაც მკაფიოდ არ უდგენენ. ამასთან, ბავშვზე კონტროლის ავტორიტარულ და უკომპრომისო მეთოდებს იყენებენ.

აღზრდის დასახელებული პირობები ძალზე მნიშვნელოვანია ბავშვის შემოქმედებითი პოტენციალის გასაავითარებლად.

კარლ როჯერსის მიერ შექმნილი კლიენტზე ცენტრირებული თერაპია მნიშვნელოვანი გავლენა მოახდინა იმაზე, თუ ამჟამად როგორ ხედავენ განსხვავებული მიმართულების თერაპევტები კლიენტ-თერაპევტის ურთიერთობას. კლიენტზე ცენტრირებული თერაპიის უპირველესი მიზანია პიროვნების ჯანსაღი ფსიქოლოგიური ზრდის წახალისება და ხელშეწყობა. ეს მიდგომა ეფუძნება დაშვებას, რომ ყველა ადამიანი თვითაქტუალისაციის – საკუთარ შესაძლებლობათა რეალიზაციის – უმთავრესი ტენდენციის მატარებელია. როჯერსი დარწმუნებულია, რომ ორგანიზმისთვის ბუნებრივია სწრაფვა მთელ თავის შესაძლებლობათა გაშლისკენ, რათა გაძლიერდეს, დაიხვეწოს და გაუმჯობესდეს.

როჯერსმა უარი თქვა პათოლოგიური ქცევის სამედიცინო მოდელზე, სადაც „ავადმყოფს“ მეურნალობს „ექიმი“. ამიტომაც სიტყვა „პაციენტი“ შეცვალა „კლიენტით“ ანუ მომხმარებლით და საყრდენ წერტილად ჯანმრთელობისადმი ინდივიდის მისწრაფება აიღო. ყურადღება გაამახვილა პირობებზე, რომლებსაც ამგვარი ზრდის შეფერხება შეუძლია და თერაპიულ სესიებზე გაბატონებულ სპეციფიკურ ატიმოსფეროზე, რომელიც კლიენტს დაბრკოლებებს აცილებს თვითაქტუალიზაციისკენ მიმავალ გზაზე.

### ფსიქოპათოლოგია

როჯერსს სჯერა, რომ ფსიქოპათოლოგია გამოწვეულია **მე-კონსენსიასა და სუბიექტურ გამოცდილებას შორის შესაბამისობით** და პიროვნების არსურვილით სუბიექტური გამოცდილება ანუ რასაც იგი უშუალოდ განიცდის, საკუთარ მე-კონსენსიაში ასახოს. ხილო ჯანმრთელი ადამიანისთვის დამახასიათებელია კონგრუენტულობა ანუ თავსებადობა მე-სა და გრძნობად გამოცდილებას შორის, გამოცდილებისადმი ღიაობა და დაცვის რეაქციების უქონლობა. დაბეჯითებით შეიძლება ითქვას, რომ ნევროტული ადამიანის მე-კონსენსიის აგებულება მის გრძნობად გამოცდილებას არ შეესაბამება. ფსიქოლოგიურად ცუდად ადაპტირებულ ადამიანს არ სურს დაუშვას ცნობიერებაში მნიშვნელოვანი სენსორული და ემოციური გამოცდილება. მე-სადმი არაკონგრუენტული გამოცდილება ქვეცნობიერად აღიქმება როგორც საშიში და ხდება მისი უარყოფა ან დამახინჯება. შედეგად ვიღებთ მე-კონსენსიის რიგიდულ ანუ ხისტ შენარჩუნებას: მე თავს იცავს სუბიექტური გამოცდილებისგან, რადგანაც ის მე-ს მოლიანობას ეშუქრება და დადებითი თვით-შეფასების მოთხოვნის ფრუსტრირებას ახდენს. დაცვითი ქცევის მნიშვნელოვანი ფუნქციაა მე-სა და სუბიექტურ გამოცდილებას შორის არაკონგრუენტული ვითარების რეგულირება

რეალობის უარყოფისა და აღქმის დეფორმირების ხარჯზე. ამრიგად, ფსიქოლოგიური პათოლოგია მე-კონცეფციასა და აქტუალურ გამოცდილებას შორის მიმართების დარღვევაა.

როჯერსის მიერ ჩატარებულ კვლევათა უმრავლესობა მე-სა და იდეალურ მე-ს შორის მიმართებას მიეძღვნა. მე-სა და იდეალურ მე-ს შორის სხვაობა გამოიყენებოდა როგორც ადაპტირებულობის მანევრებელი – რაც ნაკლებია შეუსატყვისობა, მით უკეთ არის ადაპტირებული პიროვნება, ხოლო მნიშვნელოვანი სიდიდის შეუსატყვისობა უკვე შინაგან კონფლიქტზე მიუთითებს, რომელიც საჭიროებს გაცნობიერებას და „ინტენსიურ თერაპიულ დამუშავებას“, რათა ადამიანი ცვლილება განიცადოს. დადგინდა, რომ მე-სა და იდეალურ მე-ს შორის დისტანცია განსაკუთრებით დიდია დეპრესიის დროს.

### ქსევის სვლილება

როჯერსს, ძირითადად, პიროვნებაში მომხდარი ცვლილებები აინტერესებდა. იგი საკუთარ თავსაც ობიექტურ და სუბიექტურ განსაცდელში აგდებდა, რათა ცვლილებების პროცესი შიგნიდან შეეგრძნო და გაეგო. სწორედ ამ პროცესს – პიროვნებად ჩამოყალიბებას – ანიჭებდა ის უდიდეს მნიშვნელობას.

### *პიროვნების ცვლილებისთვის აუცილებელი ფსიქოთერაპიული პირობები*

თავის ადრეულ შრომებში როჯერსი აქცენტს სვამდა თერაპევტის მიერ პაციენტის გრძნობებზე რეაგირების ტექნიკაზე. ამ არადირექტიულ მიდგომაში თერაპევტის აქტიურობა და მის მიერ საუბრის წარმართვა მინიმალური იყო. იმის გამო, რომ ამგვარი არადირექტიული მეთოდით მომუშავე თერაპევტი კლიენტს პასიური და არასაინტერესო ეჩვენებოდა, როჯერსმა შეცვალა მიდგომა და *კლიენტზე ცენტრირებული* ქცევის პრინცი-

პეტი შეიმუშავა. მისი მეთოდი თანდათანობით დაიხვეწა და ფსიქოთერაპიის "ტექნიკიდან" აქცენტმა კლიენტის მიმართ თერაპევტის დამოკიდებულებაზე გადაინაცვლა.

საბოლოოდ, როჯერსი დარწმუნდა, რომ თერაპიაში მთავარია თერაპიული კლიმატი. თუ თერაპევტი კლიენტთან ურთიერთობისას შეძლებს სამი პირობის შესრულებას, თერაპიული ცვლილება აუცილებლად მოხდება. ეს სამი პირობაა: კონგრუენტულობა ანუ სიწრფელე; უპირობო კეთილგანწყობა და ემპათიური გაგება.

თერაპევტის **სინჯვალში** იგულისხმება, რომ იგი რჩება იმად, რაც არის (ანუ „საკუთარი თავის კონგრუენტულია“), იგი არაფერს „განასახიერებს“, არ ქმნის რაიმე ფასადს, პირიქით, კლიენტისთვის სრულიად ღიაა და გამჭვირვალე. ამიტომაც კლიენტი გრძნობს, რომ შეუძლია მას ენდოს. კონგრუენტულ ანუ წრფელ თერაპევტს თავისუფლად შეუძლია იყოს ის, ვინც არის, განიცადოს მოვლენები და გაიზიაროს გრძნობები თერაპიულ „დეტში“.

**უპირობო კეთილგანწყობა.** ეს ნიშნავს, რომ თერაპევტი კლიენტისადმი, როგორც საზოგადოდ ადამიანისადმი ღრმა და ჭეშმარიტ ინტერესს ავლენს. ამით კლიენტი „მადლდება საკუთარ თავადში“. იქმნება ურთიერთობის უსაფრთხო კონტექსტი. სადაც კლიენტს თამამად შეუძლია საკუთარი მე-ს სხვადასხვა კუთხით განხილვას და გამომზეურობას შეუდგეს.

**ემათიური გაგება.** იგულისხმება თერაპევტის უნარი აღიქვას კლიენტის გრძნობები იმ სუბიექტური მნიშვნელობით, რაც მათში ქვეს უშუალოდ ფსიქოთერაპიული კონტაქტის მომენტში. ეს არ არის კლიენტის განცდების დიაგნოსტიკა ან მისი სიტყვების მექანიკური გამეორება, არამედ „კლიენტთან თანაყოფა“ და ამასთანავე, საკუთარ თავად დარჩენა. ეს არის აქ



ტიური მოსმენა და გრძნობებისა და პირადი მნიშვნელობების იმგვარად გაგება, როგორც მათ თვითონ კლიენტი განიცდის.

ყუაქტობრივად, როჯერსი ასახელებს პირობებს, რომლებიც არ არის დამოკიდებული თერაპევტის თეორიულ ორიენტაციაზე. კვლევამ აჩვენა, რომ განურჩევლად თეორიული მიმართულებისა, მაღალი კლასის თერაპევტები, ნაკლები კვალიფიკაციისა და გამოცდილების მქონე თერაპევტებთან შედარებით, ზემოდაღწერილი იდეალური თერაპიული ურთიერთობების შექმნას მეტი წარმატებით ახერხებენ.

### *კლიენტზე ცენტრირებული თერაპიის შედეგები*

როჯერსს ეუთონის კვლევები თუ რა პიროვნულ ცვლილებებს იწვევს კლიენტზე ცენტრირებული თერაპია. აღმოჩნდა, რომ ეს ცვლილებები შემდეგია: 1. მე-ს დაცვის მოთხოვნილების დაქვეითება და ახალი გამოცდილებისადმი გახსნა; 2. უფრო მეტად პოზიტიური და კონგრუენტული მე-ს ჩამოყალიბება; 3. სხვა ადამიანებისადმი პოზიტიური გრძნობებით უფრო მეტად განმსჭვალვა; 4. საკუთარ შეფასებებში დარწმუნებულობის ზრდა (სხვათა მიერ მიცემულ შეფასებებთან შედარებით).

როჯერსის კონცეფცია 1960-იანი წლების ამერიკის შეერთებულ შტატებში აღმოცენებული „მოძრაობა ადამიანური ავთანსილისთვის“ ნაწილი იყო. ეს საზოგადოებრივი მოძრაობა თავისუფალი, ჯანსაღი და ღირსეული ადამიანებით წარმოდგენილი საზოგადოების შექმნას ისახავდა მიზნად.

### **პარლ როჯერსის თეორიის შეფასება**

როჯერსის თეორია თავისი არსით ე.წ. ორგანიზმულ თეორიებს განეკუთვნება. ორგანიზმული თეორია აღიარებს პი-

როვნების მთლიანობას და ინტეგრირებულობას, ორგანიზაცი-  
ას ორგანიზმის ბუნებრივ მდგომარეობად მიიჩნევს, ხოლო დე-  
ზორგანიზაციას პათოლოგიურ მდგომარეობად, რომელიც გა-  
მოწვეულია გარემოს დამორგუნეელი მოქმედებით ან შიდაორ-  
განიული ანომალიებით. თუმცა ორგანიზმული თეორია არ განი-  
ხილავს ინდივიდს როგორც გარემოდან განცალკევებულ, დახ-  
შულ სისტემას, იგი არ ცნობს ინდივიდის განვითარებაზე გა-  
რემოს პრიორიტეტულ გავლენას და ორგანიზმის შიგნიდან  
ზრდის შესაძლებლობებს უსვამს ხაზს. თუ ორგანიზმის ამ შე-  
საძლებლობებს „დახვდება“ შესატყვისი გარემო, ჩამოყალიბდე-  
ბა ჯანმრთელი, ინტეგრირებული პიროვნება, თუმცა გარემოს  
მაგნე ძალებს შეუძლია პიროვნების განვითარებას ზიანი მია-  
ყენოს. „ცუდი“ ორგანიზმში არაფერია, ცუდს იწვევს ცუდი გა-  
რემო“. კარლ როჯერსის ამ შეხედულებას ბევრი აქვს საერთო  
ფრანგი განმანათლებლის ჟან-ჟაკ რუსოს თვალსაზრისთან,  
რომ ბუნებით ადამიანი კეთილი, ბედნიერი და სინდისიერი არ-  
სებაა, და რომ მანკიერებას მას საზოგადოება ანუ გარემო ახ-  
ვეს თავს.

როჯერსის თეორია ფენომენოლოგიურია და მასში ყუ-  
რადლება მე-ზე, როგორც ამხსნელ ცნებაზეა გამახვილებული.  
ამასთანავე, ეს თეორია კლინიკურია ანუ კლინიკური დაკვირ-  
ვებებიდან იღებს სათავეს, ისევე როგორც ფროიდის, იუნგის,  
პორნის და ფსიქოანალიტიკური ფრთის სხვა თეორიები. მაგ-  
რამ როჯერსისგან განსხვავებით, ვერცერთმა ამ ავტორმა ვერ  
მიიჩნია შესაძლებლად პაციენტის ნაამბობი პირდაპირი მნიშე-  
ნელობით გაეგო, მეტიც საგანგებო- ანალიზის და დასკვნების  
საფუძველზე მასში ფარული არაცნობიერი შინაარსის ამო-  
კითხვა პრინციპულად მოითხოვა. როჯერსი შორს იყო პაციენ-  
ტისადმი ამგვარი უნდობლობისგან და დაიკავა პოზიცია, რომ  
კლიენტის თვითანგარიში მისი პიროვნების შესახებ ინფორმა-

ციის სასარგებლო და უშუალო წყაროა. “მე”, რომელიც ცენტრალური კატეგორიაა როჯერსის თეორიაში, ცნობიერად განიცდება და, ამდენად, მასთან დაკავშირებული განცდების გადმოცემას ხელს არაფერი უშლის. პიროვნება სხვა არაფერია თუ არა ის, რასაც გრძნობს და ამბობს. როჯერსის ეს თვალსაზრისი არ განსხვავდება პიროვნებაზე ყოფითი, მთარეული შეხედულებისგან და, შესაძლოა, თავის დროზე ამანაც განაპირობა როჯერსის თეორიის ფართო პოპულარობა, თუმიცა მთავარი მიზეზი მაინც პიროვნების ოპტიმისტურ-პუმანისტური ხედვა იყო, რითაც გამსჭვალულია ეს თეორია.

როჯერსის მიერ პიროვნების ფსიქოლოგიაში შეტანილი წვლილი განისაზღვრა შემდეგი რამდენიმე პოზიციის მიხედვით: როჯერსმა ყურადღება გაამახვილა ადამიანის არსებობის მნიშვნელოვან ასპექტებზე და პიროვნების მთლიანობით ბუნებაზე, მან პუმანისმისა და ემპირიული კვლევის გაერთიანება სცადა და, რაც მთავარია, თერაპიული ცვლილებისთვის აუცილებელი პირობები დაადგინა. პუმანისტური ფსიქოლოგიის გავლენით ახალი ტენდენციები გაჩნდა აღზრდის სფეროშიც – ჩამოყალიბდა სწავლის პუმანისტური ფსიქოლოგიური სისტემა. როჯერსის ნააზრეის ნაკლად მიჩნეულია ძირითადი ცნებების არასათანადო განმარტება – პირველ რიგში ეს ეხება თვითაქტუალიზაციის ცნებას, პიროვნების კონკრეტულ-ინდივიდუალური მახასიათებლების იგნორირება და ფენომენოლოგიური მეთოდის შესახებ გულუბრყვილო და გაუბრალოებული შეხედულება.

## ძირითადი ცნებები

ფენომენოლოგია – მიმართულება ფილოსოფიასა ფსიქოლოგიაში. მასში ყურადღება გამახვილებულია იმაზე, თუ რო-

გორ აღიქვამს და განიცდის ადამიანი გარესამყაროს და საკუთარ თავს.

მე-კონცეფცია – გრძობადი ხატები და მნიშვნელობები, რომლებიც უკავშირდება იმას, რასაც, ჩვეულებრივ, ეწოდება “მე” და “საკუთარი თავი”, აგრეთვე “მეობა”, “თვითობა”, “პირადობა”.

იდეალური “მე” – ინდივიდისთვის ყველაზე უფრო მეტად სასურველი მე-კონცეფცია.

თვითაქტუალიზაცია – საკუთარი პიროვნული პოტენციალის რეალიზაციისკენ – უნარებისა და ნიჭის სრულად განვითარებისა და გამოვლენისკენ ორგანიზმის მუდმივი სწრაფვა.

პოზიტიური შეფასების მოთხოვნილება – გარშემოცვა-თაგან სითბოს, სიმპათიის, პატივისცემის, გულისხმიერი დამოკიდებულების მოთხოვნილება.

კლიენტზე ცენტრირებული თერაპია – თერაპიული მიდგომა, რომლის დროსაც თერაპევტის ძირეული განწყობაა ინტერესი იმისადმი თუ როგორ აღიქვამს და განიცდის საკუთარ თავს და გარესამყაროს ინდივიდი.

სხვაობა მე-კონცეფციასა და სუბიექტურ გამოცდილებას შორის – შეუსაბამობა ან კონფლიქტი მე-კონცეფციასა და შინაგან გამოცდილებას შორის, რაც ფსიქოპათოლოგიას ბადებს.

უპირობო პოზიტიური შეფასება – პიროვნებისადმი, და საზოგადოდ ადამიანისადმი, კეთილი დამოკიდებულება – პიროვნული ზრდისა და თერაპიის წარმატების მთავარი გარანტი;

ემპათიური გაგება (წყდომა) – სუბიექტის უნარი მეორე ადამიანის განცდები და მათი მნიშვნელობა მისივე თვალსაზრისით აღიქვას; პიროვნული ზრდისა და ფსიქოთერაპიის წარმატებისთვის აუცილებელი პირობა.

“მოძრაობა ადამიანის პოტენციალის განვითარებისთვის” – ფსიქოლოგთა ჯგუფი, რომელიც აქცენტს სვამდა რიგითი

ადამიანის მიერ საკუთარი პოტენციალის უფრო სრულ გამოყენებაზე, პიროვნული გამოცდილების გამდიდრებასა და გამრავალფეროვნებაზე.

## ძირითადი ობიექტები

1. პიროვნებისადმი ფენომენოლოგიურ მიდგომაში განსაკუთრებული მნიშვნელობა ენიჭება იმის გაგებას თუ უშუალოდ როგორ განიცდის ადამიანი საკუთარ თავს და გარემომცველ სამყაროს.
2. კარლ როჯერსმა ინტუიტიური და ობიექტური ცოდნის გაერთიანება, ნიუანსებისადმი მგრძობიანობის მეცნიერების მკაცრ და ზუსტ მეთოდებთან შეთავსება სცადა.
3. როჯერსმა წინ წამოწია ადამიანის პოზიტიური ბუნება და ქცევის ძირითად მამოძრავებელ ძალად დასახა თვითაქტუალურიზაცია, როგორც ადამიანის ქცევის ცენტრალური მოტივი.
4. როჯერსის თეორიის საკვანძო სტრუქტურული ცნებებია "მე", "მე-კონცეფცია", "იდეალური-მე", ხოლო Q-სორტირების სპეციალური ტექნიკა ამ ცნებებს შორის არსებულ მიმართებათა კვლევის მეთოდია.
5. როჯერსს მიაჩნდა, რომ ა) ადამიანს სწადია იქონიოს არაწინააღმდეგობრივი, დადებითი მე-კონცეფცია და იგი მის რეალურ გრძობად გამოცდილებას შეესაბამებოდეს; ბ) ბავშვი, რომელიც პოზიტიურ თვითშეფასებას უპირობოდ იღებს, პიროვნულად ვითარდება. საზოგადოდ, ადამიანს გარშემომყოფთაგან უპირობოდ მიღება სჭირდება, რათა მისი გარე- და შიდა რეალობა ერთმანეთის კონგრუენტული იყოს; გ) ნევროტიკულია პიროვნება, ვისი მე-კონცეფცია და გრძობადი გამოცდილება არაკონგრუენტულ მდგომარეობაშია. მე-სადმი არაკონგრუენტული გრძობადი გამოცდილე-

ბის ელემენტები აღიქმება როგორც მუქარა და ხდება მათი უარყოფა ან დამახინჯება;

6. ფსიქოპათოლოგიაში როჯერსის გამოკვლევები მიმართულია მე-კონცეფციასა და იდეალურ მე-კონცეფციას შორის არსებულ შეუსატყვისობაზე და იმაზე, რა ზომით ამბობს ადამიანი უარს საკუთარ გრძნობებზე მე-კონცეფციის შენარჩუნების სასარგებლოდ;
7. როჯერსის ყურადღება ფოკუსირებული იყო თერაპიის პროცესზე. თერაპიის გადამწყვეტ ფაქტორად მას მიაჩნდა თერაპიული ატმოსფერო: კლიენტთან თერაპევტის სიწრფელე, მისგან წამოსული უპირობო პოზიტიური შეფასება და ემპათიკური გაგება.
8. როჯერსმა წვლილი შეიტანა მე-კონცეფციის მეცნიერული შესწავლის და ფსიქოთერაპიის ემპირიული კვლევისადმი ინტერესის გაღვივებაში. მან იკვლია ადამიანის შინაგანი გამოცდილების მნიშვნელოვან ასპექტები, გამოკვეთა ადამიანის დადებითი მისწრაფებები და წარმატებული ფსიქოთერაპიისთვის აუცილებელი საბაზო პირობები ჩამოაყალიბა;
9. გარკვეული ეჭვები არსებობს ფენომენოლოგიური მიდგომის, როგორც სამეცნიერო კვლევის მეთოდის მიმართ; უნდა ასევე აღინიშნოს მოელ რიგ ცნებათა მკაფიო განსაზღვრებების არარსებობა, როგორც არის მაგალითად, **თვითაქტუალიზაციის მოთხოვნა**.

## თავი VI

### მიღგომა: პიროვნული ნიშნები

#### პიროვნული ნიშნის ცნება

ნიშანთა კუთხით პიროვნებისადმი მიღგომა ფსიქოლოგიის გაელენიანი სფეროა, როგორც თეორიული, ისე კვლევითი და პრაქტიკული თვალსაზრისით. მისი უმთავრესი დაშვებაა, რომ ყოველი ადამიანი ავლენს გარემოზე თავისებური რეაგირების გარკვეულ ზოგად მიდრეკილებებს, რასაც **ნიშნები** ეწოდება.

პიროვნული ნიშნის თეორიების ავტორები ნიშნების დასადგენად განსხვავებულ მეთოდებს გეთავაზობენ, მაგრამ ერთხმად აღიარებენ, რომ ნიშნები პიროვნების ფუნდამენტური საშენი ბლოკებია. თანხმობა სუფევს იმაშიც, რომ ადამიანის ქცევა და პიროვნება იერარქიულად არის ორგანიზებული. ამგვარი იერარქიული თვალსაზრისი მოცემულია შანს აიზენკის შრომებში. აიზენკი ვარაუდობს, რომ ყველაზე დაბალ და მარტივ დონეზე ქცევა შეიძლება სპეციფიკურ რეაქციათა ნაკრებად განვიხილოთ. ზოგი ეს რეაქცია კავშირშია ერთმანეთთან და აყალიბებს უფრო ზოგად ჩვეულებას. ასევე, ზოგიერთ ჩვეულებებს აქვს ერთად გამონიშნის ტენდენცია, ეს კი თვისებას აყალიბებს. მაგალითად, პიროვნებას, რომელსაც ურჩევნია ადამიანებთან ურთიერთობა, ვიდრე წიგნის კითხვა, როგორც წესი, მეტ სიამოვნებას ანიჭებს მხიარული თავყრილობები. ეს კი ნიშნავს, რომ ეს ორი ჩვეულება ჯგუფდება ისეთი ნიშნის ჩარჩოში, როგორიცაა კომუნიკაბელურობა. ავიღოთ კიდევ ერთი მაგალითი: ადამიანი, რომელიც ჯერ მოქმედებს, მერე ფიქ-

რობს და შენიშნას უპასუხოდ არ დატოვებს – აქაც, ეს ორი ჩვეულება ჯგუფდება ერთი პიროვნული ნიშნის ჩარჩოში, რასაც იმპულსურობა ეწოდება. ორგანიზაციის კიდევ უფრო მაღალ დონეებზე ნიშნები შეიძლება შეეხამოს ერთმანეთს და ჩამოყალიბდეს ის, რასაც აიხენკი მეორეულ ფაქტორებს, უფრო მაღალი რივის ფაქტორებს ანუ **საპარამარკანს** უწოდებს.

ამრიგად, პიროვნული ნიშნის თეორიაში გატარებულია აზრი, რომ ადამიანისთვის დამახასიათებელია გარკვეული სახით რეაგირების ფართო, 'სოგადი მიდრეკილებები ანუ დისპოზიციები და რომ პიროვნება იერარქიულად არის აგებული.

### პიროვნული ნიშნის თეორია, რომლის ავტორია გორდონ ოლპორტი

ოლპორტს მიაჩნდა, რომ ნიშნები პიროვნების საბაზო ერთეულებია. ნიშნები რეალურად არსებობს და ჩანერგილია ნერვულ სისტემაში. ნიშნები განსოგადებული პიროვნული დისპოზიციებია და მათი მეშვეობით აიხსნება სხვადასხვა სიტუაციაში და სხვადასხვა დროს პიროვნების ფუნქციონირების ერთგვაროვნება. ნიშნები შეიძლება დახასიათდეს სამი თვისებით. ეს არის: სიხშირე, ინტენსივობა და სიტუაციათა დიაპაზონი, რაშიც ვლინდება ეს თუ ის ნიშანი.

### ნიშნები, მდგომარეობები და მოქმედებები.

ოლპორტმა და ოლბერტმა დაადგინეს, რომ ინგლისურ ენაში არსებობს 17953 ზედსართავი სახელი, რითაც ადამიანის ქცევის თავისებურებები აღიწერება. აქედან დაახლოებით 4500 აღწერს გარემოსთან ინდივიდის შეგუების შეთანხმებულ და სტაბილურ ხერხებს. ყველა ეს თვისება პოტენციურად პიროვნული ნიშანია, რაც ფსიქოლოგიამ უნდა გაანალიზოს და გაზომოს.



ნიშნები განსხვავდება პიროვნების ისეთი ასპექტებისგან, როგორიცაა მდგომარეობები და მოქმედებები, რომლებიც დროსთან ერთად იცვლება, სწრაფად მიმდინარეობს და გარე-  
ეთარეებით არის გამოწვეული.

## ნიშანთა სახეები

ოლპორტმა დაყო ნიშნები სამ კატეგორიად. ეს არის **პარ-  
ლინალური, სანბრალური და ვიორალი ნიშნები**. კარდინალური ნიშა-  
ნი გამოხატავს დისპოზიციას, რომელიც ადამიანის ცხოვრება-  
ში იმდენად თვალშისაცემი და ყოვლისმომცველია, რომ, ფაქ-  
ტობრივად, მის ყველა ქცევას ასკამს დაღს, პიროვნების მთე-  
ლი ცხოვრების ვნებაა, რომელიც ცოტას თუ გააჩნია. ასეთია  
უკიდურესი სისასტიკე – სალიზმი; შოვინიზმი – აგრესიული  
ნაციონალიზმი; ფუნდამენტალიზმი – უადრესად  
კონსერვატორული ტრადიციებისადმი მიდევნება და სხვ. ცენტ-  
რალური ნიშნები, როგორიცაა პატიოსნება, სიკეთე, შეუპოვრო-  
ბა გამოხატავს დისპოზიციებს, რომლებიც კარდინალურ ნიშ-  
ნებთან შედარებით, სიტუაციათა უფრო შემოსაზღვრულ  
სპექტრს ფარავს. მეორადი ნიშნები ნაკლებად შესამჩნევი, გან-  
ზოგადებული და შეთანხმებული დისპოზიციებია. სხვაგვარად  
რომ ეთქვას, ადამიანისთვის დამახასიათებელი ნიშნები თანაბ-  
რად მნიშვნელოვანი და ზოგადი არ არის.

ოლპორტს არ უთქვამს, რომ ნიშანი უცილობლად ყველა  
სიტუაციაში გამოვლინდება. ის სიტუაციას ქცევის ასევე მნიშ-  
ვნელოვან გარემოებად მიიჩნევდა. ზოგიერთი სიტუაცია ბიძგს  
აძლევს ნიშნის გამოვლენას, სხვა კი არა. მაგალითად, მოსა-  
ლოდნელია, რომ ძალზე აგრესიული ადამიანიც შეიცვლის  
ქცევას, თუკი სიტუაცია არ მისცემს აგრესიის გამოვლენის სა-  
შუალებას ანდა გარკვეულ სიტუაციაში მორცხვი ადამიანი

თამამად მოიქცევა. ნიშანი გამოხატავს იმას, თუ, ჩვეულებრივ, როგორ იქცევა ადამიანი სიტუაციათა უმრავლესობაში და არა იმას. თუ როგორ მოიქცევა ის მოცემულ კონკრეტულ სიტუაციაში. ოლპორტის თანახმად, ქცევის გასაგებად აუცილებელია როგორც ნიშნის, ისე სიტუაციის ცნება. ნიშნის ცნებით აიხსნება ქცევის შეთანხმებულობა, ხოლო სიტუაციის ცნებით – ქცევის ვარიაციულობა.

### შუნქიური აპტონომია

გორდონ ოლპორტის სახელს უკავშირდება აგრეთვე **შუნქიური აპტონომიის** საავტორო კონცეფცია. ამ კონცეფციის არსი იმაშია, რომ თუმცა ზრდასრული ადამიანის ეს თუ ის მოტივი, შესაძლებელია, სათავეს დაძაბულობის შემცირების ბავშვობის მოტივაციიდან იღებდეს, შემდგომში იგი ტოვებს ამ მოტივაციის ჩარჩოებს ანუ მისგან თავისუფლდება. ის, რაც თავდაპირველად შიმშილის გრძნობისა და შფოთვის შესამცირებლად განხორციელებული მცდელობა იყო, მოგვიანებით შეიძლება ამ კონკრეტული ფუნქციის ფარგლებიდან გავიდეს და თავისთავადი სიამოვნების წყაროდ, ავტონომიურ მოტივად იქცეს. ან კიდევ, სრულყოფილებისადმი ბავშვის სწრაფვის თავდაპირველი მოტივი იყო მშობლების მხრიდან მოწონების დამსახურება, მაგრამ თანდათანობით ამ თვისებამ უპირობო ღირებულება შეიძინა. ამგვარად, ის, რაც ადრე იყო გარეგანი და ინსტრუმენტული, ახლა შინაგანი, თვითკმარი ჩამოძრავებელი ძალა ხდება. მოქმედება, რომელიც ადრე რაიმე მარტივი მოთხოვნის დაკმაყოფილებას ემსახურებოდა, ამჟამად თავის თავს ემსახურება ანუ, ფართო გაგებით, ადამიანის იდეალურ მე-ზე “მეშაობს”. ბავშვობა მოწიფულობისგან ამით განსხვავდება.

## ილიოგრაფიული კელევა

ოლპორტი ინდივიდის უნიკალურობისადმი განსაკუთრებულ ინტერესს იჩენდა. **ილიოგრაფიული კელევა** ანუ ინდივიდის ჩაღრმავებული შესწავლა მთელი მისი ცხოვრების გასაგებად მას მეტად მნიშვნელოვნად მიანდა. ასეთ კელევაში კონკრეტული ადამიანის უნიკალური მასალების გამოყენებაა შესაძლებელი. **ოლპორტი** გამოაქვეყნა ერთი ქალის მიერ მთელი ცხოვრების მანძილზე დაწერილი 172 წერილი, რაც მისი პიროვნების ამომწურავ დახასიათებას დაედო საფუძვლად.

ილიოგრაფიული მიდგომის დროს შეიძლება აგრეთვე გაზომვის ზოგადი (ანუ ყველა ადამიანისთვის განკუთვნილი) მეთოდების გამოყენება, მაგრამ ამ შემთხვევაში ინდივიდის ერთი რომელიმე პარამეტრის მიხედვით შედარება ხდება არა სხვა ინდივიდებთან, არამედ მისსავე სხვა პარამეტრებთან. მაგალითად, როდესაც გეჭირდება გაეიგოთ, რა უფრო მნიშვნელოვანია ამ პიროვნებისთვის – ადამიანებთან ურთიერთობა თუ მატერიალური კეთილდღეობა – ასეთ შემთხვევაში მიემართაეთ *შიდაინდივიდუალურ შედარებას*. ამის ცოდნა შესაძლებელია უფრო ღირებულებაც კი იყოს, ვიდრე ცოდნა იმისა, აყვასებს თუ არა ადამიანებთან ურთიერთობას ეს პიროვნება სხვებზე მეტად ან ნაკლებად ანდა აფასებს თუ არა იგი ნივთების შექმნას სხვა ადამიანებთან შედარებით მეტად ან ნაკლებად. ილიოგრაფიული მიდგომით ვიგებთ ნიშანთა ორგანიზაციას ინდივიდის შიგნით და არა იმას, თუ ვის რა ნიშანი აქვს მეტად ან ნაკლებად გამოხატული.

პიროვნების უნიკალურობის იდეამ მიიყვანა ოლპორტი იმ დასკვნამდე, რომ ყოველ ადამიანში არის განუმეორებელი თვისებები, რაც მკაცრი მეცნიერული მეთოდებით შესწავლას არ ემორჩილება. ამ აზრს პიროვნების ბევრი მკლევარი პრინციპუ-

ლად არ დაეთანხმა. მიუხედავად ამისა, პიროვნებისადმი იდიოგრაფიულ მიდგომას არ დაუკარგავს მნიშვნელობა და ბოლო დროს იგი სულ უფრო ხშირად გამოიყენება.

## ჰანს აიზენაის სამი ფაქტორის თეორია

აიზენაის პროფესიულ ჩამოყალიბებაზე გავლენა იქონია მათემატიკურ სტატისტიკაში ფაქტორული ანალიზის აღმოჩენამ, პიროვნებისადმი იუნგისა და კრენჩერის ტიპოლოგიურმა მიდგომამ, გენეტიკის სფეროში ჩატარებულმა კვლევებმა, პავლოვის კლასიკური პირობითი რეფლექსების ექსპერიმენტებმა და სწავლის ბიპევიორისტულმა თეორიამ.

## ნიშანთა ბაგრომვა: ფაქტორული ანალიზი

აიზენაი მეცნიერულ კვლევაში მკაცრ მოთხოვნებს უყენებდა და კონცეპტუალურ სიცხადეს და გაზომვას დიდ ყურადღებას უთმობდა. ამიტომაც ის ფსიქონალიზის ყველაზე დაუნდობელი და თანამიმდევრული კრიტიკოსი იყო. აიზენაი იზიარებდა პიროვნული ნიშნის თეორიის ძირითად იდეებს, მაგრამ ამავე დროს ხაზს უსვამდა, რომ აუცილებელია ნიშნების გაზომვის უფრო ადეკვატური მეთოდების და თეორიის შემუშავება, რომლის შემოწმება, დადასტურება ან უარყოფა იქნება შესაძლებელი. მას აგრეთვე საჭიროდ მიაჩნდა თითოეული პიროვნული ნიშნის ბიოლოგიური საფუძვლის დადგენა. ეს ყველაფერი, აიზენაის აზრით, საჭიროა იმისთვის, რომ გამოვიდეთ მანკიერი წრიდან – როდესაც ნიშანი გამოიყენება იმ ქცევის ასახსნელად, რომლიდანაც ის თავის დროს იქნა გამოყვანილი: ჯეკი ემუსაიფება მეგობრებს, რადგანაც მაღალი ქულა აქვს “კომუნიკაბელობის” ნიშანში, მაგრამ დასკვნა, რომ მას

მაღალი ქულა ეკუთვნის ამ ნიშნის მიხედვით, გაკეთდა ჩვენი იმ დაკვირვების საფუძველზე, რომ ჯეკი დიდ დროს ატარებს მეგობრებთან მუსაიფში.

ნიშნითა გაზომვისა და კლასიფიცირების მეთოდების დამუშავებისას აიზენკი ემყარებოდა **ფაქტორული ანალიზის** სტატისტიკურ ტექნიკას. ფაქტორულ-ანალიზურ გამოკვლევაში დიდი რაოდენობის სატესტო კითხვა ცდისპირთა ასევე დიდ რაოდენობას წარედგინება. რა კაეშირი არსებობს ყველა ამ კითხვაზე მათ პასუხებს შორის? ინდივიდები, რომლებიც ეთანხმებიან დებულებს “მე ხშირად დავედიარ დიდ და ხმაურიან თაყვირობებზე”, ასევე ეთანხმებიან ხოლმე დებულებას – “მიყვარს ხალხთან დროის გატარება” და არ ეთანხმებიან დებულებას – “თუკი ეს ჩემზეა დამოკიდებული, მირჩევნია სახლში დავრჩე, ვიდრე სადმე წავიდე”. ფაქტორული ანალიზი სტატისტიკური ტექნიკაა, რითაც შესაძლებელია გამოვლინდეს ჯგუფები (კლასტერები ანუ ფაქტორები), რომლებიც ურთიერთთან დაკავშირებულ ნიშნებად ერთიანდება. მაგალითად, ფაქტორი, რომელიც ჩამოყალიბდა ზემოთმოყვანილი სამი დებულების საფუძველზე, წარმოქმნა ადამიანებისადმი სწრაფვის ორმა ნიშანმა და კარნაკტილობის ნიშანმა. ეს კი ნიშნავს, რომ კომუნიკაბელობასთან შინაარსით ახლო მდგომი პარამეტრიც ამ სამივე ნიშნისთვის საერთოა.

ამ თეორიის თანახმად, პიროვნების შიგნით არსებობს ბუნებრივი სტრუქტურული ერთეულები და ფაქტორული ანალიზი მათ აღმოჩენაში გვეხმარება. თუ რაიმე მოკლენები (მაგ., ცვლადები ან სატესტო კითხვებზე პასუხები) ერთობლივად ვარიირებს ანუ ერთდროულად ჩნდება ან ქრება, აქედან შეგვიძლია დავასკვნათ, რომ მათ საერთო საფუძველი აქვთ, ისინი

პიროვნების ფუნქციონირების ერთსა და იმავე ასპექტს განეკუთვნება. სწორედ იდეას – რომ მოქმედებები, რომლებიც ერთობლივად ვარირებს მრავალ ინდივიდთან, კავშირშია ერთმანეთთან – ეფუძნება ფაქტორული ანალიზი. ამ სტატისტიკური მეთოდით ვიგებთ ადამიანის რა მოქმედებებია ერთმანეთთან დაკავშირებული, მაგრამ სხვებისგან დამოუკიდებელი. ეს მეთოდი აფიქსირებს პიროვნული სტრუქტურის ერთეულებს ანუ ბუნებრივ ელემენტებს, რასაც *ფაქტორები* ეწოდება. სწორედ ეს ფაქტორები ასახავს პიროვნულ ნიშნებს. შესაძლებელია ამ ფაქტორების ინტერპრეტირება და მათთვის სახელის დარქმევა.

აიზენკმა ხელმეორედ გამოიყენა ფაქტორული ანალიზი (“მეორადი ფაქტორული ანალიზი”) და გამოკოო საბაზო პარამეტრები, რომლებიც საყუქელად უღვეს თავდაპირველ (“პირველად”) ფაქტორებს – ანალიზის პირველ წრეზე გამოვლენილ ნიშნებს. ეს პარამეტრები მეორადი ფაქტორები ანუ **სუპერფაქტორები**. მაგალითად, ნიშნები: “სიმკვირცხლე”, “აგზნებადობა” შეიძლება გაერთიანდეს ხემდგომი ცნებით “ექსტრავერსია”. ამრიგად, სუპერფაქტორი არის ორპოლუსიანი პარამეტრი და შეიძლება აღამიანები ამ პოლუსებს შორის ნებისმიერ წერტილში განთავსდნენ.

### პიროვნების ძირითადი პარამეტრები

თავისი ადრეული კვლევებით აიზენკმა აღმოაჩინა პიროვნების ორი ძირეული პარამეტრი: **ინტროვერსია** და **ექსტრავერსია** და **ნეუროზიზმი** - (ემოციური სტაბილურობა – არასტაბილურობა).

თავიდან აიზენკმა პიროვნების საკუთარი ტიპოლოგია მხოლოდ ამ ორ ძირეულ პარამეტრს დააფუძნა, ხოლო შემდეგ მიუმატა მესამე პარამეტრი, რომელსაც **სუპერფაქტორი** უწოდა. ამ პარამეტრის მიხედვით მაღალი მანვენებლების მქონე ადამიანი

ექებს განმარტობას, სხვათა მიმართ გულგრილი, უგრძობელი, უყურადღებოა და ქცევის მიღებული ნორმებისადმი ოპოზიციურად არის განწყობილი.

აიხენკის თეორიულ სისტემას უფრო სრულად გაეგებოდა და შეეფასებოდა, თუ უფრო დეტალურად განვიხილავთ მის ერთ-ერთ პარამეტრს – ინტროვერსია-ექსტრავერსიას. ტიპური ექსტრავერტი გულღიაა, უყვარს თავყრილობები, პყავს ბევრი მეგობარი, ექებს ამგზინებ შთაბეჭდილებებს, იმპულსურად მოქმედებს მომენტის კარნახით. ამ პარამეტრში გამოიყოფა ორი ასპექტი – კომუნიკაბელურობა და იმპულსურობა, რომლებიც ცალცალკე შეიძლება ვლინდებოდეს, მაგრამ საკმარისად მჭიდროდ დაკავშირებული აღმოჩნდა საიმისოდ, რომ ექსტრავერსიის ცნებით გაერთიანდეს. საპირისპირო პოლუსიც, შესაბამისად, საწინააღმდეგო მახასიათებლებს გვაძლევს. ინტროვერტი ადამიანი მიდრეკილია თვითდაკვირვებისადმი, არ უყვარს ხმაურიანი თავყრილობები, ის თავის თავში ჩაკეტილია, დაფიქრებული, არ ენდობა იმპულსურ გადაწყვეტილებებს და მოულოდნელობებით აღსავსე რისკიან ცხოვრებას მოწესრიგებული ცხოვრება ურჩევნია.

### *გამომვა კითხვართა მეშვეობით*

აიხენკმა კითხვარების მთელი ნაკრები შექმნა ინტროვერსია-ექსტრავერსიის პარამეტრის მიხედვით ადამიანთა გასაზომად. ტიპური ექსტრავერტი დადებით პასუხს გასცემს ისეთ კითხვებზე, როგორიცაა: „მიანხართ ადამიანებს ხალისიან პიროვნებად?“, „წათვლით თავს უბედურ ადამიანად, თუკი დროის დიდი ნაწილის გატარება ადამიანებთან ურთიერთობის გარეშე მოგიწევთ?“ „ხშირად გინდებათ სურვილი რაიმე ამგზინები შთაბეჭდილება განიცადოთ?“ და პირიქით, ტიპური ინტ-

როვერტი დადებით პასუხს გაგვიცემს შემდეგ კითხვებზე: “როგორც წესი, გირჩევნიათ სახლში დარჩეთ და წიგნი იკითხოთ, ვიდრე ადამიანებთან შესახვედრად წახვიდეთ?” “საზოგადოებაში თქვენ, როგორც წესი, ჩუმი და შეუქმნეველი რჩებით?” “გირჩევნიათ ჯერ კარგად დაფიქრდეთ და მერე იმოქმედოთ?”

### *ნიშანთა ბიოლოგიური საფუძველი*

რა საფუძველს ემყარება ამ პარამეტრების გამოყოფა?

აიხენკი მიიჩნევს, რომ ინტროვერსია-ექსტრავერსიის პარამეტრის მიხედვით ამ ინდივიდუალურ სხვაობებში ნეიროფიზიოლოგიური სხვაობები აისახება. ინტროვერტები, საზოგადოდ, უფრო ადვილად აქტივირდებიან სხვადასხვა მოვლენათა გაელენით და უფრო იოლად ითვისებენ სოციალურ აკრძალვებს, ვიდრე ექსტრავერტები. ამის შედეგია ის, რომ ინტროვერტები უფრო თავშეკავებული და თავდაჭერილი ხალხია. არსებობს არაერთი ფაქტი, რომ სწავლისას ინტროვერტებზე უკეთ მოქმედებს დასჯა, ხოლო ექსტრავერტებზე – წახალისება.

ინტროვერსია-ექსტრავერსიაში ინდივიდუალური სხვაობები დიდად დამოკიდებული აღმოჩნდა გენეტიკურ ფაქტორებზე, რასაც ტყუპების კვლევა ადასტურებს. ის, რომ პარამეტრი ინტროვერსია-ექსტრავერსია თვალნათლივ დასტურდება განსხვავებულ კულტურებში, რომ ინდივიდუალური სხვაობები სტაბილურია დროში და რომ დიდია გენეტიკური ფაქტორის წვლილი ამ სხვაობებში – ინტროვერსია-ექსტრავერსიის პარამეტრის მტკიცე ბიოლოგიურ საფუძველზე მეტყველებს.

ნეეროტიზმის მაღალი დონის მქონე ადამიანები არიან ემოციურად ლაბილურები და ხშირად უჩივიან შფოთვას და ფორიაქს, ისევე როგორც სომატურ ჩივილებს (თავის ტკივილს,



უსიამოვნო შეგრძნებებს გულმკერდისა და მუცლის არეში, თავბრუსხვევას); უფრო სწრაფად რეაგირებენ სტრესზე და საფრთხის გაქრობისას უფრო ნელა უბრუნდებიან წინანდელ მდგომარეობას, კიდრე სტაბილური, ნევროტიზმის დაბალი დონის მქონე ინდივიდები. პიროვნების ამ მახასიათებლის საფუძველში ნერვული სისტემის ფუნქციონირების მემკვიდრეობით მიღებული ბიოლოგიური სხვაობები ძვეს.

ფსიქოტიზმის ბიოლოგიური საფუძველი ნაკლებად არის შესწავლილი, თუმცა გენეტიკის მონაწილობა აქაც ივარაუდება.

გენეტიკურ ფაქტორებს დიდი როლი აკისრია პიროვნების და სოციალური ქცევის დეტერმინაციაში. აიზენკის თანახმად, ძირეულ პიროვნულ ნიშნებში სხვაობათ დაახლოებით 2/3-ს განპირობებულია გენეტიკური ფაქტორებით, თუმცა მოგვიანებით დადგინდა, რომ ორი მესამედი გადაჭარბებული რიცხვია და რეალური ციფრი 40%-ს უახლოვდება.

## უსიქოპათოლოგია და ქსენის ცვლილება

აიზენკის პიროვნების თეორია მჭიდრო კავშირშია ფსიქოპათოლოგიის და ქცევის ცვლილების მის თეორიასთან. სიმპტომთა ანუ ადამიანის წინაშე მდგარ ფსიქოლოგიურ სიძნელეთა ჩამონათვალი პიროვნების საბაზო მახასიათებლებს და ნერვული სისტემის მოქმედების მექანიზმებს უკავშირდება. ნევროტული სიმპტომის ჩამოყალიბებას განაპირობებს ერთდროულად ორი რამ: ინდივიდის ნერვული სისტემის თავისებურება და შემაწინებელ სტიმულზე წარსულში ძლიერი ემოციური რეაგირების გამოცდილება. მაგალითად, ნევროტულ პაციენტთა დიდი უმრავლესობა გამოირჩევა ნევროტიზმის მაღალი და ექსტრავერსიის დაბალი დონით. მათგან განსხვავებით, კრიმინალებისა და ანტისოციალური პიროვნებებისთვის

დამახასიათებელია ნევროტიზმის, ექსტრავერსიის და ფსიქოტიზმის მაღალი მაჩვენებლები, რის გამოც ისინი სოციალურ ნორმებს ძნელად ითვისებენ.

აშლილობების წარმოშობასა და შენარჩუნებაში ძლიერი გენეტიკური მდგენელის მიუხედავად, აიზენკი ამტკიცებს, რომ მკურნალობის შესაძლებლობას არ უნდა შეეხედოთ პესიმისტურად – გენეტიკით არის განპირობებული ადამიანის გარკვეული სახით რეაგირების და მოქმედების მხოლოდ წინასწარი დისპოზიცია, ისიც მაშინ თუ ადამიანი გარკვეულ ვითარებაში აღმოჩნდება. ადამიანს შეუძლია გაექცეს ზოგიერთ პოტენციურად მატრავმირებელ სიტუაციას და, აგრეთვე, “გადაისწავლოს” შიშის რეაქციები ანდა სოციალური ქცევის სათანადო ნორმებს დაეუფლოს. ამრიგად, აიზენკი ხაზს უსვამს გენეტიკურ ფაქტორთა მნიშვნელობას, მაგრამ ამასთანავე ქცევითი თერაპიის სერიოზულ მომხრედ გამოდის და დევიაციური ქცევის კორექცია დასწავლის თეორიის პრინციპებზე დაყრდნობით მას საესებით შესაძლებლად მიაჩნია.

აიზენკი მუდმივად და დაუფარავად აკრიტიკებდა ფსიქოანალიზის თეორიას და თერაპიას. მთავარი ამ კრიტიკაში იყო ის, რომ თუკი ფსიქოანალიტიკოსები რაიმე შედეგებს აღწევენ, ეს ხდება იმიტომ, რომ თავისდაუნებურად ქცევითი თერაპიის ხერხებს იყენებენ.

რაიმონდ ჰაბალის ფაქტორულ-ანალიზური მიდგომა

### ჰაბალის მესაქულეებები მესნიერებაზე

კეტელმა განასხევა პიროვნების შესწავლის სამი მეთოდი: **ჰიპოკრიზული, მულტიპოკრიზული და კლინიკური**. ტიპური ბივირიანტული ექსპერიმენტი, რომელიც მისდევს საბუნებისმეტყვე-

ლო ექსპერიმენტის კლასიკურ სქემას, შეიცავს ორ ცვლადს: დამოუკიდებელ ცვლადს, რითაც მანიპულირებს ექსპერიმენტატორი და დამოკიდებულ ცვლადს, რომელიც იზომება, რათა ექსპერიმენტული მანიპულაციის შედეგები იქნას ნანახი. მულტივარიანტული მეთოდით ერთდროულად მრავალი ცვლადის ურთიერთკავშირი შეისწავლება. მეტიც, მულტივარიანტულ ექსპერიმენტში მკვლევარი არ მანიპულირებს ცვლადებით – იგი თვით ცხოვრების მიერ დაყენებულ ექსპერიმენტთა მიმართ სტატისტიკურ მეთოდებს იყენებს, რათა გამოაცალკევოს მნიშვნელოვანი პარამეტრები და გამოავლინოს მიზეზობრივი კავშირები. ფაქტორული ანალიზი მულტივარიანტული მეთოდის საუკეთესო ილუსტრაციად გამოდგება. ბივარიანტული და მულტივარიანტული მეთოდები, ორივე, პრეტენზიას მცენიერულ სიმკაცრეზე აცხადებს. განსხვავება აქ იმაშია, რომ ბივარიანტული მეთოდის დროს ექსპერიმენტატორი შემოიფარგლება რამდენიმე ცვლადით, რითაც მანიპულირება მას ასე თუ ისე შეუძლია, ხოლო მულტივარიანტულ გამოკვლევაში ექსპერიმენტატორს საქმე აქვს ცვლადთა სიმრავლესთან, რაც ბუნებრივ და არა ექსპერიმენტულ სიტუაციაში იზომება.

კერძო მეთად კრიტიკულად ეკიდება ბივარიანტულ მოდელს. კრიტიკა ძირითადად ამ მეთოდის ხელოვნურობას და მისი მეშვეობით დადგენილ კანონზომიერებათა ტრივიალურობას ეხება.

ბივარიანტული მეთოდისგან განსხვავებით, კლინიკური მეთოდის უპირატესობა იმაშია, რომ მკვლევარს შეუძლია ადამიანისთვის მნიშვნელოვანი ქვევა ბუნებრივ პირობებში შეისწავლოს და მთლიანი ორგანიზმის ფუნქციონირების კანონზომიერებები ეძიოს. ამრიგად, მცენიერული მიზნების და ფილოსოფიური ბაზის მხრივ კლინიკური და მულტივარიანტული მეთოდები ჰგავს ერთმანეთს და ბივარიანტულისგან განსხვავდუ-

ბა. მკვლევარი, რომელიც იყენებს კლინიკურ მეთოდს, ისევე, როგორც მკვლევარი, ვინც მულტივარიანტულ მეთოდს ემყარება. დაინტერესებულია გლობალური ფენომენებით; ორივე, ქცევის რთულ პატერნებს იკვლევს ისე, როგორადაც ეს პატერნები ყალიბდება ცხოვრებაში; ორივე თვით ცხოვრების მიერ განხორციელებულ მანიპულაციებს აკვირდება და ცდილობს გაიგოს პიროვნული მთლიანობა და არა იზოლირებული პროცესები და დანახილი ფრაგმენტები. განსხვავება ის არის, რომ კლინიკური მეთოდის გამოყენებისას მკვლევარი ეყრდნობა ინტუიციას, რათა ცვლადების დიაგნოსტიკა მოახდინოს და მეხსიერებას, რომ მოკლენათა მსვლელობა აღადგინოს, ხოლო მულტივარიანტული მეთოდით მომუშავე მკვლევარი – სისტემატურ დაკვირვებას და სტატისტიკურ ანალიზს იყენებს.

ამგვარი ურთიერთშეპირისპირების საფუძველზე კეტელი ასკენის, რომ კლინიკური მეთოდი იგივეა, რაც მულტივარიანტული, მაგრამ მოკლებული მეცნიერული სიმკაცრის მოთხოვნებს. ერთი სიტყვით, კეტელს მულტივარიანტული მეთოდი ბივარიანტული და კლინიკური მეთოდების კარგი მხარეების კომბინაციად მიაჩნია. კეტელისთვის მულტივარიანტიულ კვლევაში ყველაზე მნიშვნელოვანია სტატისტიკური ტექნიკა **შაპროული ანალიზი**. აიზენკისგან განსხვავებით, რომელიც აგრეთვე ამ ტექნიკას იყენებს, კეტელი უპირატესობას ანიჭებს მუშაობას ფაქტორთა უფრო დიდ რაოდენობასთან ნიშანთა დონეზე, რომლებიც უფრო ვიწროდ არის განსაზღვრული, მაგრამ, როგორც წესი, კორელაციაშია ერთმანეთთან. (აიზენკი კი მეორად ფაქტორულ ანალიზს მიმართავს, რათა ნიშნები მცირერიცხოვან სუპერფაქტორებად გააერთიანოს. სუპერფაქტორები ქცევის უფრო ფართო სპექტრს მოიცავს და, როგორც წესი, ერთმანეთთან არ კორელირებს).

*ნიშანთა სახეები*

პიროვნების ძირითადი სტრუქტურული ერთეულია ნიშანი, რომელიც ადრე უკვე განესაზღვრეთ როგორც დისპოზიცია. ნიშნის ცნება გულისხმობს, რომ ქცევა გარკვეულ პატერნს მისდევს და, აგრეთვე, მყარია დროში და სხვადასხვა სიტუაციაში. ნიშანთა მრავალგვარ კლასიფიკაციათა შორის განსაკუთრებით მნიშვნელოვანია ორი. პირველში ყველა ნიშანი დაყოფილია **უნართა ნიშნებად. ტემპერამენტის ნიშნებად და დინამიკის ნიშნებად:** მეორეში — **ზედაპირულ ნიშნებად და სიღრმისაულ ნიშნებად.**

*უნართა ნიშნები* ის უნარ-ჩვევებია, რომლებიც საშუალებას აძლევს ინდივიდს ეფექტურად იმოქმედოს. ამგვარი ნიშნის მაგალითია ინტელექტი. *ტემპერამენტის ნიშნები* ადამიანის ემოციურ ცხოვრებას და მისი ქცევის სტილის თავისებურებებს ეხება. სწრაფი მუშაობაა დამახასიათებელი ადამიანისთვის თუნელი, თავდაჭერილია თუ მძაფრი ემოციებისკენაა მიდრეკილი, იმოქმედებს თუ გააზრებულად — ეს ყველაფერი კავშირშია ტემპერამენტთან, რითაც ადამიანები განსხვავდებიან ერთმანეთისგან. *დინამიკური ნიშნები* ინდივიდის მისწრაფებებს, მის მოტივებს და მიზანთა რაგვარობას განსაზღვრავს. კეტელს მიაჩნია, რომ უნარების, ტემპერამენტის და დინამიკის ნიშნები პიროვნების ყველა ძირითად სტაბილურ ელემენტს ამოწურავს.

*ზედაპირულ და სიღრმისეულ* ნიშანთა განსხვავება ქცევაზე დაკვირვების დონეს ეხება. ზედაპირული ნიშნები გამოხატავს ქცევის იმგვარ თავისებურებებს, რომლებიც თვალის ზერელე შევლებით თითქოსდა კავშირშია ერთმანეთთან, მაგრამ სინამდვილეში ყოველთვის ერთად არ იცვლება და სრულიადაც არ არის აუცილებელი, რომ საერთო მიზეზი იქონიონ.

სიღრმისეული ნიშნები, პირიქით, ქცევის თავისებურებებს შორის კავშირს გამოხატავს. ეს თავისებურებები მართლაც ერთდოულად იცვლება და ქმნის პიროვნების ერთიან, დამოუკიდებელ პარამეტრს. ზედაპირული ნიშნების გამოვლენა შესაძლებელია სუბიექტური მეთოდებით, მაგ., თვითონ ადამიანთა გამოკითხვით თუ რომელი პიროვნული მახასიათებლები, მათი აზრით, იცვლება ერთად. სიღრმისეულ ნიშანთა გამოსავლენად კი ფაქიზი სტატისტიკური პროცედურებია საჭირო. სიღრმისეული ნიშნები ის ბლოკებია, რითაც პიროვნებაა აგებული.

*მონაცემთა წყაროები: ცხოვრების დოკუმენტური ჩანაწერები; კითხვარებით მიღებული მონაცემები და ობიექტური ტესტებით მიღებული მონაცემები*

როგორ უნდა გამოიყავლინოს სიღრმისეული ნიშნები, რომლებზეც დამოკიდებულია მრავალფეროვანი რეაქციები მრავალგვარ სიტუაციებზე? სად ვეძებთ პიროვნების საშენი ბლოკები? კეტელს მოჰყავს მონაცემთა სამი წყარო: ცხოვრებისეული მონაცემები (L-მონაცემები, სიტყვიდან Lai), მასში შედის ობიექტური მონაცემები ცხოვრებაში მომხდარ რეალურ მოვლენათა შესახებ და გარეშე დამკვირვებელთა შეფასებები; კითხვარებით მიღებული მონაცემები (Q-მონაცემები, სიტყვიდან Questionnaires), რომლებიც თვითანგარიშებს ემყარება და ობიექტურ ტესტთა მონაცემები (OT – სიტყვაშეხამებიდან Objective Tests).

თუ მულტივარიანტულ, ფაქტორულ-ანალიზურ გამოკვლევას მართლაც შეუძლია პიროვნების ძირეული სტრუქტურის გამოვლენა, მაშინ შესაძლებელი უნდა იყოს ერთი და იგივე ფაქტორების ანუ ნიშნების მიღება ამ სამივე სახის მონაცემთა მასალის საფუძველზე. ეს ძალზე მნიშვნელოვანი, ლოგიკური და აუცილებელი მოთხოვნაა.

თავიდან კერძო L-მონაცემთა ფაქტორული ანალიზი ჩატარდა და მიიღო 15 ფაქტორი, რომლებიც, სავარაუდოდ, პიროვნული მახასიათებლების დიდ ნაწილს მოიცავდა. მისი შემდგომ ამოცანა იყო განესაზღვრა, მიიღებს თუ არა შესაძარებელ იგივე ფაქტორებს Q-მონაცემთა საფუძველზე. საგანგებოდ მოფიქრებული ათასობით კითხვა წარედგინა ფსიქიკურად ჯანმრთელ ადამიანთა ძალზე დიდ რაოდენობას და ჩატარდა მრავალჯერადი ფაქტორული ანალიზი, რათა გამოეღწეოდა კითხვები, რომლებიც ჯგუფებად ერთიანდება. ტიტანური შრომა დაგვირგვინდა კითხვარით, რომელიც მსოფლიოში ცნობილია როგორც "16 ფაქტორიანი პიროვნული კითხვარი" (იხ ტაბულა 2)

ტაბულა: 2. 16 პიროვნული ფაქტორი, რაც კეტელმა კითხვარის მონაცემთა საფუძველზე მიიღო

თავდაჯერილი	კომენიკაბული
შედარებით ნაკლებად ბანეითარებული ინტელექტი	შედარებით მეტად ბანეითარებული ინტელექტი
სტაბილური (ეგოს დიდი ძალა)	ემოციური (ნეპროტული)
მორჩილი, ღამთმობი	მეუპოვარი
წინდახეული	ღაუღეპარი
პრაგმატული, ემორჩილება მომენტის კარნახს	მეზნეპული, ემორჩილება მოვალეობას
მშრთხალი	თაგამი, რისკიანი
სქელკანიანი	შაქიგი
მიმდღობი	ეჭვიანი
მიწაგე მყარად მღვრი, პრაქტიკული	მღიღარი შანბაგიის მქონე

სწორხაზოვანი	ღახეწილი
უშუოთველი	შრთსილი
ბრადიიიიბის მიფღევიარი	სიახლის მამიიეხელი
ღეუფე ღამოკიღეხული	თვითქმარი
უღისიიალინო	წესრიგიანი
მოღუნეხული	ღაბეხული

ეს ფაქტორები პიროვნების მახასიათებლების ფართო სპექტრს მოიცავს, განსაკუთრებით ტემპერამენტის და ატიტუდთა სფეროში. მოლიანად, Q-მონაცემთა საფუძველზე გამოვლენილი ფაქტორები ემთხვევა L-მონაცემთა ფაქტორებს, მაგრამ ზოგიერთი ფაქტორი მხოლოდ ერთი სახეობის მონაცემთა შორის გეხედება.

კეტელი აქტიურად იყენებდა კითხვარებს, განსაკუთრებით ისეთებს, რომლებიც ფაქტორული ანალიზის საფუძველზე შეიქმნა. საზოგადოდ, კითხვარის ნაკლოვანებებს იგი კარგად აცნობიერებდა და ამიტომ თავის კვლევით პროგრამაში შემავალ OT-მონაცემებზე გაამახვილა ყურადღება. სწორედ ობიექტური ტესტებით მიღებული პასუხები მიიჩნდა მას პიროვნების კვლევის "მყარ ვალუტად".

კეტელის ამოცანა იყო ისეთი ობიექტური ტესტების შექმნა, რითაც გაიზომებოდა L და Q-მონაცემებით უკვე გამოვლენილი სიღრმისეული ნიშნები. მაგალითად, "შეუპოვრობის" თვისება შეიძლებოდა გამოვლენილიყო ისეთ მოქმედებებში, როგორცაა ქალაღდის ლაბირინთში გავღიღი გზის სიგრძე, ხელის მოძრაობის სწრაფი ტემპი და ღიღი სინქარე სხვადასხვა ასოთა შეღარების დავალებებში. 500-ზე მეტ ტესტს პიროვნ-



ნების ყველა პიპოთეტიური პარამეტრი უნდა მოეცვა. ტესტები ცდისპირთა დიდმა რაოდენობამ შეაესო და მონაცემთა მრავალგზისმა ფაქტორისაცამ საბოლოო ჯამში მოგვცა 21 პიროვნული ნიშნისგან შემდგარი ფაქტორული სტრუქტურა.

სიღრმისეული ნიშნები ანუ ფაქტორები, რომლებიც მიღებულ იქნა L და Q-მონაცემების საფუძველზე, დაემთხვა ერთმანეთს, მაგრამ OT მონაცემებმა იმედი გაუცრუვა მკვლევარებს: თუმიცა მონაცემთა სამივე წყაროს შორის დადასტურდა გარკვეული კავშირები, რაიმე პირდაპირი შესატყვისობა OT ფაქტორებთან ვერ იქნა აღმოჩენილი.

### *ქცევის სტაბილურობა და ვარიაბელურობა*

ქცევის შეთანხმებულობისა და პიროვნების სტრუქტურის გარდა კეტელს აინტერესებდა პროცესი და მოტივაცია. ქცევის მოტივაციური წყაროების დასადგენად იგი დიდ მნიშვნელობას ისეუ ფაქტორულ ანალიზს ანიჭებდა. კვლევამ იგი მიიყვანა დასკვნამდე, რომ ადამიანის მოტივაცია შეიცავს თანშობილ ტენდენციებს, რასაც კეტელმა **პრეპი** უწოდა და გარემოთი დეტერმინირებულ მოტივებს, რასაც უწოდა **სენტიმენტები**. ერგების ნიმუშებია: უსაფრთხოების, სექსის და თვითგანმტკიცების ერგები. სენტიმენტების მაგალითებია რელიგიური მოტივები (“მინდა ვილოცო”), კარიერული მოტივები (“მინდა დავეუფლო პროფესიულ უნარ-ჩვევებს”) და მე-კონცეფციით შექმნილი მოტივაცია (“საკუთარ თავმოყვარეობას ვერ გადავებიჯებ!”). ქცევა ერთდროულად რამდენიმე მოტივს აკმაყოფილებს ხოლმე და სენტიმენტების დასაკმაყოფილებლად მიმართული ძალისხმევის მიღმა შეიძლება ფუნდამენტური ერგები ანუ ბიოლოგიური მიზნები დაგინახოს.

გასაგებია, რომ კეტელი არ განიხილავს ადამიანს როგორც სტატიკურ მთლიანობას, რომელიც ყველა სიტუაციაში ერთნაირად იქცევა. როგორ მოიქცევა ადამიანი მოცემულ კონკრეტულ მომენტში, ეს მის პიროვნულ ნიშნებზე და სიტუაციის თავისებურებებზეა დამოკიდებული. ქცევის ცვალებადობის ასახსნელად დამატებით საჭიროა ორი ცნება: **მდგომარეობა** და **როლი**.

მდგომარეობებში კეტელი გულისხმობს გუნება-განწყობილებებსა და ემოციებში მომხდარ ცვლილებას, რაც, ნაწილობრივ, სიტუაციით არის ნაკარნახევი. მდგომარეობათა სახეებია: შფოთვა, დეპრესია, დაღლილობა, აგზნებულობა და ცნობისმოყვარეობა. კონკრეტულ სიტუაციაში ადამიანის ქცევას ვერ ეიწინასწარმეტყველებთ, ნიშნების გარდა თუ არ გაეითვალისწინეთ დაღლილია იგი თუ განრისხებული, შეშინებული და ა.შ.

კონკრეტულ სიტუაციაში ადამიანის ქცევა ასევე შესაძლებელია მისი **როლი** უფრო მეტად იყოს განპირობებული, ვიდრე პიროვნული ფაქტორებით. იგივე ითქმის ტრადიციებსა და მორალურ ნორმებზე – მათაც შეუძლია მნიშვნელოვნად შეცვალოს ქცევაზე პიროვნულ ნიშანთა გავლენა.

ამგვარად, თუმცა კეტელს მიაჩნია, რომ პიროვნული ფაქტორები უზრუნველყოფს ქცევის სტაბილურობის გარკვეულ ხარისხს ნებისმიერ სიტუაციაში, იგი ასევე ფიქრობს, რომ მნიშვნელოვან გავლენას ახდენს პიროვნების ქცევაზე გუნება-განწყობილება (მდგომარეობა) და მოცემულ სიტუაციაში საკუთარი თავის პრესენტაციის ხერხი ანუ როლი. ქცევაში აისახება: 1. ადამიანის პიროვნული ნიშნები, რომელიც ამოქმედდება მოცემულ სიტუაციაში, 2. სიტუაციის შესაბამის ატიტუდებთან დაკავშირებული ერგები და სენტემენტები, და 3. დროში და სიტუაციიდან სიტუაციაში ცვალებადი მდგომარეობები და როლები.

კეტელს ეკუთვნის კვლევები პიროვნების განვითარების სფეროში და ფსიქოპათოლოგიაში. პიროვნების განვითარებას იგი განიხილავდა, ძირითადად, იმ კუთხით, თუ რა წვლილი შეაქვს გარემოს და მემკვიდრეულობას ყოველ პიროვნულ ნიშანში, ხოლო პათოლოგია აინტერესებდა, როგორც სხვადასხვა დაავადებების მქონე პაციენტთა ჯგუფებს შორის პიროვნულ სხვაობათა საკითხი. რაიმე ტიპის ფსიქოთერაპიას კეტელი თავის შეხედულებებს არ უკავშირებდა.

### პიროვნულ ნიშანთა ერთიანი მოღალის შემთხვევის ბენდენცია: ხუთფაქტორიანი მოღალი

ოლპორტის, აიზენკის და კეტელის მიდგომების განხილვამ გეინჟენა, რომ მათთვის ნიშნები პიროვნების ფუნდამენტური ერთეულები და მოვლენებზე გარკვეული სახით რეაგირების წინასწარი დისპოზიციები ანუ მიდრეკილებებია. ამასთანავე, სამივე ავტორი განსხვავებულად უყურებს ფაქტორული ანალიზის გამოყენებას და იმას, თუ რა და რამდენი ძირეული პარამეტრია აუცილებელი, რომ პიროვნება ადეკვატურად აღიწეროს.

იბადება კანონიერი კითხვა: თუკი ნიშნები პიროვნების ძირეული ელემენტებია, რატომ ვერ თანხმდებიან მკვლევარები კონკრეტულად რა ნიშნებია ძირეული და ს'ელ რამდენია ეს ნიშანი? ამჟამად გამოიკვთა ტენდენცია გაზიარებულ იქნას **პიროვნების ხუთფაქტორიანი მოღალი**, ე.წ. **“დიდი ხუთაღალი”**.

ხუთფაქტორიან მოღელს ასახვდოვებს 3 ძირითადი წყარო: 1) ბუნებრივ ენაში არსებულ უამრავ პიროვნულ ნიშანთა ფაქტორული ანალიზი; 2) კავშირი, რომელიც არსებობს ნიშნების დამდგენ კითხვარებსა და გარეშე დამკვირვებელთა შეფასებებს შორის; 3) პიროვნებაზე გენეტიკურ გავლენათა ანალიზი.

განვიხილოთ თითოეული ეს წყარო ცალცალკე.

**ბუნებრივ ენასა და კითხვარებში  
ნიშანთა სახელეების ანალიზი**

პიროვნების საბაზო ელემენტების ძიების ერთერთი გზა იმ სიტყვების განხილვაა, რასაც ადამიანის პიროვნების აღსაწერად ვიყენებთ. ამგვარი კვლევის ძირითადი პროცედურა იმაშია, რომ ინდივიდებმა შეაყასონ საკუთარი თავი და სხვა ადამიანები ლექსიკონიდან საგანგებოდ ამოკრებილი მრავალი ნიშნის მიხედვით. ამის შემდეგ ტარდება მიღებულ შეფასებათა ფაქტორული ანალიზი, რათა ნანახი იქნას რომელი ნიშნები ვარირებს ერთად. შეფასებებს, რასაც ადამიანები აძლევენ ერთმანეთს, ნორმანმა ფაქტორული ანალიზი ჩაუტარა და ხუთი საბაზო პიროვნული ფაქტორი აღმოაჩინა. მსგავსი ხუთი ფაქტორი დადასტურდა სხვა მკვლევართა მიერ ჩატარებულ ანალიზში სრულიად სხვადასხვა ამონაკრებთან და გასომეხის განსხვავებული ინსტრუმენტების გამოყენებით. მეტიც, ნაჩვენები იქნა, რომ ხუთივე ფაქტორი სტაბილურია ზრდასრული ადამიანის ცხოვრების განმავლობაში.

**ტაბულა 3. პიროვნულ ნიშანთა ფაქტორები, რომლებიც ქმნიან დიდ ხუთეულს და მასში შემავალი სკალების ნიმუშები**

<i>მისი მახასიათებლები, ვინც მოცემული ფაქტორის მიხედვით მაღალი შეფასებები მიიღო</i>	<i>ფაქტორში შემავალ ნიშანთა აღწერა</i>	<i>მისი მახასიათებლები, ვინც მოცემული ფაქტორის მიხედვით დაბალი შეფასებები მიიღო</i>
მოუსვენარი, ნერვიული, ემოციური, საკუთარ თავში დაურწმუნებელი, არაადეკვატური, იპოქინდრიული	<b>ნეარობიზმი (N)</b> ზომიერად ადაპტირებულობას ან ემოციურ არასტაბილურობას. აღგენს მიდრეკილებას უსიამოვნო განცდებისადმი (დისტრესებისადმი), სედმეტი ვნებებისა და აღტკინებისადმი,	მშვიდი, მოდუნებული, არაემოციური, ამტანი, თავის თავში დარწმუნებული, საკუთარი თავით კმაყოფილი

	რეალობას მოწყვეტილი იდუებისადმი; რეალობაზე არაადექვიპირ რეაგირებას	
გულდია, აქტიური, მოდერნიზაცია, ადამიანებზე ორიგინირებული, ოპტიმისტი, მხიარულები მოყვარული, ალერსიანი	<b>მსპრპრესონა (E)</b> ზომავს პიროვნებათშორისო ურთიერთქმედების დიაპაზონს და ინტენსივობას; აქტიუობის დონეს; გარედან სტიმულირების მოთხოვნადას, სიცოცხლის ხალისს.	თავდაჭერილი, საღად მოაზროვნე, უხალისო, გაუცხოებული, საქმეზე მომართული, ჩემი, მხიარულ წრეში შეუქმნეველი
ცნობისმოყვარე, ფართო ინტერესების მქონე, კრეატიული, ორიგინალური, არატრადიციული, მდიდარი წარმოსახვის მქონე	<b>გამოსდილავინადი ლირობა (O)</b> ზომავს ახალი განცდების სიყვარულს და აქტიურ ძიებას; სხვაგვარი, უცხო, უჩვეულოსადმი შემწყნარებლობას, მასში გარკვევის სურვილს და ინტერესს	კონფორმული, შებოჭილი, ზერულე, მარტივი, "მიწაზე მყარად მდგომი", მხატვრული და ანალიტიკური აზროვნების უნარს მოკლებული
ლიბობერი, კეთილმოსურნე, მიმდობი, დაუზარელი, დიდსულოვანი, გულუბრევილი, პირდაპირი	<b>კეთილგანწყობილება (A)</b> ზომავს ინდივიდის სხვა ადამიანებთან მიმართების ხარისხს მთელ კონტინუუმზე, დაწყებული თანაგრძობით – დამთავრებული აზრებში, გრძობებში და მოქმედებებში გამოვლენილი მტრული დამოკიდებულებით	კინიკური, უხეში, იჭიკეული, ცივი, ვეროსტური, . შურისმაძიებელი, შეუბრალებელი, მანიპულატორი
მოწესრიგებული, სანდო, გაწონასწორებული, მუყაითი, დისციპლინირებული, პუნქტუალური, პედანტიური, პატივმოყვარე, შეუპოვარი	<b>შეგნებულობა (C)</b> მიზანიმართული საქმიანობის დროს ინდივიდის ორგანიზებულობის, შეუპოვრობისა და მოტივირებულობის ხარისხს, სანდო და მომთხოვნ ადამიანებს უპირისპირებს მათ, ვინც მუშაობაში აპათიურია და არ არის გულმოდგინე.	უთაბოლო, არასანდო, ზარმაცო, არხეინი, დაუღვეარი, უგულისყურო უნებისყოფი და სულსწრაფი.

გოლდბერგმა საკუთარი კვლევის შედეგებთან ერთად სხვა ავტორთა ნაშრომებიც გაანალიზა და მონაცემთა გასაოცარი დამოხვევა დაინახა. მან გამოთქვა კარაუდი, რომ ინდივიდუალურ სხვაობათა სტრუქტურირების ნებისმიერი მოდელი ასეთუნივე დაიყვანება “დიდი ხუთეულის” მაგვარ პარამეტრებზე. ასე დაერქვა ამ ფაქტორებს “დიდი ხუთეული”—“Big Five”. სიტყვა “დიდი” ნიშნავდა იმას, რომ ყოველი ამ ხუთ ფაქტორთაგანი შეიცავს ბევრ, უფრო კონკრეტულ ნიშანს. პიროვნულ იერარქიაში დიდი ხუთეულის ფაქტორები თითქმის ისეთივე ფართო და აბსტრაქტულია, როგორც აისენკის “სუპერფაქტორები”. ესენია: ნევროტიზმი (*Neuroticism, N*), ექსტრავერსია (*Extraversion, E*), გამოცდილებისადმი ღიაობა (*Openness, O*), კეთილგანწყობა ანუ თანხმობისთვის მზაობა (*Agreeableness, A*), სინდისიერება, პატიოსნება, შეგნებულობა (*Conscientiousness, C*). ერთად ეს ფაქტორები ინგლისურენოვან ლიტერატურაში აღინიშნება აკრონიმით **OCEAN**. ამ პარამეტრების შინაარსის გადმოსაცემად ტაბულაზე მოყვანილია ზედსართავი სახელები, რომლებიც აღწერენ ინდივიდებს, ვინც მაღალი და დაბალი ქულები დააგროვეს თითოეული ამ ფაქტორის მიხედვით. ნევროტიზმი (*N*) ემოციურ სტაბილურობას უპირისპირებს უარყოფითი ემოციებისადმი მიდრეკილების ფართო სპექტრს, როგორიცაა შფოთვა, სევდა, გაღიზიანებულობა, ნერვული დაძაბულობა. გამოცდილებისადმი ღიაობა (*O*) აღნიშნავს ადამიანის განცდებისა და აზრების ფართო ღიაპაზონს, სიღრმეს და სირთულეს. ექსტრავერსია (*E*) და კეთილგანწყობა (*A*), ორივე, პიროვნებათაშორისო ურთიერთობის ნიშნებს აჯამებს ანუ განსაზღვრავს როგორ ექცევიან ადამიანები ერთმანეთს და რას აკეთებენ ერთმანეთისთვის. ხოლო პარამეტრი შეგნებულობა-სინდისიერება (*C*) ძირითადად აღწერს მიზანმიმართულ და ამოცანაზე ორიენტირებულ ქცევას და საკუთარ იმპულსებზე კონტროლს, რასაც საზოგადოება თავისი წევრისგან მოითხოვს (იხ. ტაბულა 3.)

## ფუნდამენტური ლექსიკური პიპოთეზა

დიდი ხუთეული ჩაფიქრებული იყო იმგვარად, რომ მოეცვა ის პიროვნული თვისებები, რასაც რიგითი ადამიანები ცხოვრებაში ყველაზე უფრო მნიშვნელოვნად მიიჩნევენ. გოლდბერგმა რაციონალური მოსაზრებებით დამაჯერებლად დაასაბუთა ეს მიდგომა და ჩამოაყალიბა **ფუნდამენტური ლექსიკური პიპოთეზა**: “ინდივიდუალურ სხვაობათა მრავალფეროვნება თითქმის უსაზღვროა, მაგრამ ამ სხვაობათა უმრავლესობა ბევრს არაფერს ნიშნავს ადამიანთა ყოველდღიური ურთიერთობებისთვის და პრაქტიკულად შეუმჩნეველი რჩება. სერ ფრენსის გალტონი, ალბათ, ერთ-ერთი პირველი მეცნიერი იყო, ვინც ჩამოაყალიბა ფუნდამენტური ლექსიკური პიპოთეზა, როდესაც ივარაუდა, რომ ადრე თუ გვიან ადამიანთა ურთიერთქმედებებში გამოვლენილ მნიშვნელოვან ინდივიდუალურ სხვაობათა უმრავლესობა ცალკე ტერმინებად დაკოდირდება რამდენიმე ან სულაც ყველა არსებულ ენაში”.

ამრიგად, გოლდბერგის ვარაუდით, გამოცდილების საფუძველზე ადამიანები წვდებიან მათი ურთიერთქმედებისთვის ზოგიერთი ინდივიდუალური სხვაობის განსაკუთრებულ მნიშვნელობას და საქმის გასაადვილებლად მათ არქმევენ სახელებს – სპეციალურ ტერმინოლოგიას ქმნიან. ნიშანთა ეს სახელები ატარებს ინფორმაციას იმ ინდივიდუალურ სხვაობათა შესახებ, რაც ჩვენი და ჩვენი ჯგუფის კეთილდღეობისთვის საჭირო და მნიშვნელოვანია. ამრიგად, ნიშნები საჭირო და სასარგებლოა, რადგან ემსახურება პროგნოზს და კონტროლს – გვეხმარება გაეითვალისწინოთ თუ რას გააკეთებენ სხვა ადამიანები და ამით ჩვენთვის სასიცოცხლოდ მნიშვნელოვანი შედეგები ვაკონტროლოთ. ნიშნები გვეხმარება მივიღოთ პასუხი თუ, საგარაუდოდ, როგორ მოიქცევა ადამიანი მნიშვნელოვან სიტუაციათა ფართო სპექტრის შიგნით.

სავესებით ლოგიკურია დაეუშეათ მსოფლიოს ყველა ენაში პიროვნულ ნიშანთა ერთი და იგივე ძირეული პარამეტრების არსებობა. მაგრამ რა საბუთი მოგვეპოვება, რომ ეს მართლაც ასეა? განსხვავებულ ენათა მიმოხილვა, როგორცაა გერმანული, იაპონური და ჩინური, ფუნდამენტურ ლექსიკურ პიპოთეზას ადასტურებს. გამოდის, რომ სხვადასხვა კულტურის მატარებელი, სხვადასხვა ენაზე მოლაპარაკე ადამიანები პიროვნების კონსტრუირებისას ხუთფაქტორიან მოდელს მისდევენ.

## გრღა ლა ბანვიტარება

### ასაკობრივი ცვლილებები

ნიშანთა მკვლევარები, ჩვეულებრივ, ყურადღებას ამახვილებენ 'სრდასრული ადამიანის პიროვნებაზე, ხოლო მისი ჩამოყალიბების საკითხს უტოვებენ განვითარების ფსიქოლოგიას, რომლის თანახმად ნიშნები დაახლოებით 30 წლის ასაკში სტაბილიზირდება. დიდი ხუთეულის გამოკვლევები აჩვენებს, რომ მოზარდებს და ახალგაზრდებს 20-25 ასაკში გაცილებით მაღალი აქვთ *ნეეროტიზმი* და *ექსტრავერსია* და დაბალი – *კოთილგანწყობა* და *შეგნებულობა*, ვიდრე 30 წელს გადაცილებულ ადამიანებს. ეს შედეგები ინტუიციურად გასაგები გახდება თუ გაეიხსენებთ, რომ ახალგაზრდობა, სა'ხოგადოდ, საკუთარი თავით უკმაყოფილების, მძაფრი გრძნობების და პროტესტების ხანაა.

რა ხდება განვითარების უფრო ადრინდელ საყვეხურებზე, ძნელი სათქმელია, რადგან ბავშვის პიროვნების სტრუქტურა, ზრდასრულ ადამიანთან შედარებით, ნაკლებად ინტეგრირებულია.



## *ნიშნები, როგორც მემკვიდრეობით მიღებული პიროვნული მახასიათებლები*

რა მექანიზმით შეიძლება აიხსნას ნიშანთა სპეციფიკური ცვლილებები და მათი გრძელვადიანი სტაბილურობა? აიზენკი და კეტელი ხაზს უსვამდნენ ნიშნების გენეტიკურ, მემკვიდრეობით განპირობებულ ხასიათს. უფრო გვიანდელი გამოკვლევებითაც შთამბეჭდავად დადასტურდა, რომ ბევრ პიროვნულ ნიშანს მნიშვნელოვანი გენეტიკური კომპონენტი მოეპოვება. მავალითაღ, არც თუ დიდი ხანია, რაც მეცნიერებმა აღმოაჩინეს გენი, რომელიც სიახლისაღში სწრაფვას განსაზღვრავს. ამ გენის მოქმედება ვლინდება ექსტრავერსიაში, იმპულსურობაში, სიმკვირცღეში, აზნებაღობაში, გარემოს საკვლევად მიმართულ ქცევაში. ბოლო მონაცემებით, პიროვნულ ნიშნებში გენეტიკური ფაქტორის წილი დაახლოებით 40%-ია. ეს ნიშნავს, რომ პიროვნულ ნიშნებში სხვაობათა 40% აიხსნება მემკვიდრეობით. ამასთანავე სხვადასხვა ნიშნებში მემკვიდრეობის წილი განსხვავებულია.

ფსიქოლოგები დიდხანს გაუბოდნენ იმის აღიარებას, რომ პიროვნება გენეტიკურ საფუძველზე დგას. მაგრამ ახალი მონაცემები თვალნათლივ აჩვენებს რაოდენ მნიშვნელოვანია გენეტიკურ ფაქტორთა როლი, განსაკუთრებით ტემპერამენტთან დაკავშირებული ნიშნების შემთხვევაში. პიროვნებაში გენეტიკური ფაქტორის წილის დასადგენად ფსიქოლოგები ერთმანეთს ადარებენ ერთად აღზრდილ იდენტურ ტყუპთა სატესტო მონაცემების მსგავსების ხარისხს, განცალკევებით აღზრდილ იდენტურ ტყუპთა მონაცემებთან. თუკი გენების როლი გადამწყვეტია, განცალკევებული იდენტური ტყუპები ისევე უნდა ჰგავდნენ ერთმანეთს, როგორც ერთად აღზრდილი იდენტური ტყუპები; ხოლო თუ უფრო მნიშვნელოვანია სააღზრდელო გარემო, მაშინ განცალკევებული იდენტური ტყუპები ნაკლებად ემგანებებიან ერთმანეთს, ვიდრე ერთად გაზრდილი იდენტური ტყუპები. ფაქტებით დადასტურდა, რომ ცალცალკე აღზრდილი

ტყუპები ერთად აღზრდილი ტყუპებისგან თითქმის არაფრით განსხვავდებიან.

ხომ არ გამომდინარეობს აქედან, რომ გადასახედია პიროვნების განვითარებაში ოჯახური გარემოს როლი, რის უდიდეს მნიშვნელობას განსაკუთრებით ფსიქოანალიზი უსვამდა ხაზს?

ფსიქოლოგები, რომლებიც ტყუპებს შეისწავლიან, არ უარყოფენ იმას, რომ ოჯახი მნიშვნელოვანია პიროვნების განვითარებისთვის, მაგრამ ფიქრობენ, რომ ერთი ოჯახის შეილებაისთვის ოჯახური გარემო სრულიადაც არ არის ერთნაირი — იგი მათ მიერ განსხვავებულად აღიქმება და განიცდება. სიბლინგები (ერთი დედ-მამის შეილები) ჰკვანან ერთმანეთს პიროვნული თავისებურებებით, მაგრამ ეს ხდება საერთო გენების ხარჯზე და არა ერთნაირი ოჯახური გარემოს წყალობით. უნიკალური ოჯახური გარემო, რომელიც ექმნება თითოეულ ბავშვს, გაცილებით უფრო მნიშვნელოვანია, ვიდრე ის საერთო ოჯახური გარემო, რომელშიც ბავშვები იმყოფებიან. საყურადღებოა, რომ გენეტიკა მოქმედებს აგრეთვე იმ გარემოპირობებზე, რასაც მშობლები საკუთარ შეილებს უქმნიან. ანუ ბავშვის თანშობილი (გენეტიკური) თავისებურებები გავლენას ახდენს იმაზე, თუ როგორ მოეპოვებიან მას მშობლები: წყნარი, ალერსიანი ჩვილი იწვევს მშობლების საპასუხო რეაქციას, რომელიც სულ არ ჰგავს იმას, რასაც იწვევს მტირალა და “გულგრილი” ჩვილი. ზუსტად ასევე, აგრესიული და ჰიპერაქტიური ბავშვისადმი და ჩემი, პასიური ბავშვის მიმართ რეაქციები განსხვავებულია. თვითონ ბავშვებიც თავისთვის სხვადასხვა გარემოს ირჩევენ: აგრესიულ ბავშვს, განსხვავებით მშვიდისგან, იზიდავს ამგზნები, მაპროვოცირებელი და მასტიმულირებელი გარემო. ამ აზრით სამართლიანია გამონათქვამი, რომ ადამიანი თავისთვის გარემოს თვითონვე იქმნის.

პიროვნების ფორმირებაში გენეტიკური ფაქტორის მნიშვნელოვანი როლის შეჯამებისას განსაკუთრებით არსებითია შემდეგი ოთხი მომენტა:

1. დასკვნა გენეტიკური ფაქტორის დიდი მნიშვნელობის შესახებ არ ნიშნავს იმას, რომ პიროვნების განვითარებას მთლიანად წინასწარვე განსაზღვრავს ბიოლოგია.
2. თუმცა გენეტიკური ფაქტორები გავლენას ახდენს ბავშვის ოჯახურ გარემოზე, მთავარი პასუხისმგებლობა გარემოთი განპირობებულ ინდივიდუალურ სხვაობებზე მაინც არაგენეტიკურ ფაქტორებს ეკისრება.
3. ოჯახური გარემო ერთი ოჯახის შვილებისთვისაც არ არის ერთგვაროვანი. იგი დამოკიდებულია ბავშვის სქესზე, დაბადების რიგითობაზე და სხვ., მაგრამ ოჯახში მიღებული გამოცდილება მნიშვნელოვანია მაშინაც, როდესაც ეს გამოცდილება არ არის ერთნაირი ერთ ოჯახში გაზრდილი შვილებისთვის.
4. ძლიერი გენეტიკური გავლენა არ ნიშნავს, რომ პიროვნული ნიშანი ერთხელ და სამუდამოდ არის დაფიქსირებული და გარემოს გავლენით კვლავ შეიცვლება.

მართებული იქნება, თუ ეცნობთ გენეტიკურ და გარემოს გავლენათა მუდმივ ურთიერთქმედებას და მათ ერთმანეთის ალტერნატივებად არ დავსახავთ – უარს ვეტყვიან პოზიციას “ან” – “ან”.

### ხუთშაქტორიანი ვოლელი ევოლუციის თეორიის თვალსაზრისით

ნიშნის ფსიქოლოგიის არაერთი სპეციალისტი ხუთშაქტორიან მოდელს ევოლუციის თეორიის თვალსაზრისით უდგება. ეს თვალსაზრისი ორ საგულისხმო კომპონენტს შეიცავს. პირველი: ნიშნის ცნება აღმოცენდა, რათა ადაპტაციისთვის პრინციპული მნიშვნელობის მქონე მოქმედებათა კატეგორიზაცია

ბაში დახმარებოდა ადამიანებს; კონკრეტულად, ურთიერთქმედების მაინც რა მხარეებია განსაკუთრებით მნიშვნელოვანი? გოლდბერგის ფუნდამენტური ლექსიკური ჰიპოთეზის თანახმად, როდესაც ადამიანი რომელიმე პერსონასთან (X-თან) ურთიერთქმედებას იწყებს, მის წინაშე ხუთი ფუნდამენტური და უნივერსალური კითხვა დგება:

1. ეს X-ი აქტიური და დომინანტურია თუ პასიური და დამთმობი? (მე დაეჯახნი თუ ის დამჯახნის?)
2. ეს X-ი კეთილგანწყობილია (თბილი, სასიამოვნოა) თუ არაკეთილგანწყობილი (ცივი და გაუცხოებულნი)?
3. შემიძლია დავეყრდნო ამ X-ს (სინდისიერია იგი და პასუხისმგებელია თუ დაუდევარი და არასანდო?)
4. კეთილგონიერია (სტაბილურია) იგი თუ "თაქარიანი" (არაროგნოზირებადი)?
5. გონიერია ის თუ ჩლუნგი (რამდენად იოლად შეეძლება მას რაიმე გაეგებინო)?

არაფერია გასაკვირი იმაში, რომ ხუთივე ეს კითხვა დიდი ხუთეულის პარამეტრებს ესადაგება.

ევოლუციური მიდგომის მეორე კომპონენტი უკავშირდება შეხედულებას, რომ რაკი ადამიანი ბიოლოგიური არსებია, მისთვის დამახასიათებელია შემდეგი თვისებები: აქტივობის დონე, შიშის დონე, იმპულსურობა, კომუნიკაბელურობა, მზრუნველობა, აგრესიულობა და დომინანტურობა. მათგან ზოგიერთი თვისება პროსოციალურ ქცევას უკავშირდება, სხვა კი ძალაუფლებისთვის ბრძოლას და გარშემომყოფებთან კონფლიქტების გადაჭრას.

ევოლუციის თვალსაზრისის თანახმად, მნიშვნელოვანი ინდივიდუალური სხვაობები არსებობს იმიტომ, რომ თავის დროზე გარკვეული როლი შეასრულა ბუნებრივი გადარჩევის

პროცესში. უმთავრესი კითხვა ასე უდერს: როგორ წარმოიშვა გარემოსთან ადაპტაციისთვის აუცილებელი ნიშნები?

სავარაუდოდ, ეს ინდივიდუალური სხვაობები უკავშირდება ევოლუციის ისეთ ძირეულ ამოცანებს, როგორცაა სიცოცხლის შენარჩუნება, გაგრძელება და მთავარი მიზანმიმართული დატოვება. ნიშნები ექსტრავერსია და ემოციური სტაბილურობა (ნევროტიზმის საპირისპიროდ), სავარაუდოდ, მნიშვნელოვანია პარტნიორის შერჩევისას, ხოლო პატიოსნება და კეთილგანწყობილება – შიდაჯგუფურ კეთილდღეობას სჭირდება. ამრიგად, ყოველდღიურ ენაში პიროვნული ნიშნების აღმნიშვნელ ტერმინებში აისახება ინდივიდუალური სხვაობები, რომლებიც მნიშვნელოვნია იმ ამოცანათა გადასაწყვეტად, რაც ადამიანთა წინაშე ევოლუციური განვითარების ხანგრძლივი ისტორიის განმავლობაში იდგა.

პიროვნული ნიშნის მიმართ ევოლუციური თვალსაზრისი შედარებით ახალია და მასში ბუერი რამ დაზუსტებას საჭიროებს.

### ხუთფაქტორიანი მოდელის გამოყენება

პიროვნების ხუთფაქტორიან მოდელში, არაერთი თეორეტიკოსის აზრით, პიროვნების სტრუქტურა ადეკვატურად არის წარმოდგენილი. მის საფუძველზე შექმნილი კითხვარი NEO-PI პიროვნების ამ ძირითადი პარამეტრების გაზომვის სანდო ინსტრუმენტია ანუ შესაძლებელია მოდელის და პიროვნული კითხვარის გამოყენება ისეთ სფეროებში, როგორცაა პროფესიის არჩევა, პიროვნების და ფსიქოპათოლოგიის დიაგნოსტიკა და, აგრეთვე, ფსიქოთერაპიის კონკრეტული სახეობის შერჩევა.

ხუთფაქტორიანი მოდელი საკუთარ თეორიულ მიდგომას არ გეთავაზობს და არც რაიმეს ამბობს თუ როგორ არის შე-

საძლებელი ადამიანის შეცვლა. ამ მიმართულებით მუშაობა მიმდინარეობს და შედეგების შეფასებას დრო დასჭირდება.

## კონტროლერგა ადამიანი – სიტუაცია

კონტროლერგა “ადამიანი-სიტუაცია” დღემდე გადაუჭრელია. ერთმანეთს ედავება ფსიქოლოგთა ორი ფრთა, სადაც ერთნი, “დისპოზიციონისტები” ხაზს უსვამენ პიროვნულ, შინაგან ფაქტორთა წამყვან როლს ქცევის დეტერმინაციაში, ხოლო მეორენი, “სიტუაციონისტები” – სიტუაციური ფაქტორების გადაძვინებულ მნიშვნელობას აღიარებენ. სიტუაციონისტთა აზრით, თუკი პიროვნება სტაბილურის შთაბეჭდილებას ახდენს, ეს იმიტომ, რომ მისი ცხოვრების სიტუაციები მეტნაკლებად უცვლელია. საკმარისია შეიცვალოს სიტუაცია, პიროვნების ქცევაც იცვლება და ხშირად რადიკალურადაც.

სტაბილურია თუ არა პიროვნული ნიშნები, ამ საკითხის გასარკვევად პირველ რიგში უნდა აღინიშნოს სტაბილურობის ორი ასპექტი – ლონგიტუდური და კროს-სიტუაციური. პირველი კითხვა ასე ყალიბდება: თუ ადამიანს რომელიმე პიროვნული ნიშანი დროის ერთ მოცემულ მომენტში მკაფიოდ აქვს გამოხატული, ასევე გამოვლინდება ეს ნიშანი დროის სხვა მონაკვეთში? მეორე კითხვა კი ეხება იმას, რომ თუ ადამიანს ერთ სიტუაციაში ერთი თვისება აღმოაჩნდა, სხვა სიტუაციაშიც ასევე გამოვლინდება იგი? ნიშნის თეორიის პასუხი დადებითია – ადამიანი სხვადასხვა დროს და სხვადასხვა სიტუაციაში საკუთარ პიროვნულ ნიშნებს სტაბილურად ავლენს. სიტუაციონისტები დისპოზიციონისტებს ძირითადად პიროვნების სიტუაციურ სტაბილურობაში ედავებიან.

პიროვნული ნიშნების ლონგიტუდური სტაბილურობის არაერთი დამამტკიცებელი საბუთი არსებობს. თუნდაც ის,

რომ 30 წლის ასაკის შემდეგ ადამიანი ნაკლებად იცვლება, მიუხედავად იმისა, რომ დროის ამ მონაკვეთში სერიოზულად იცვლება მისი ცხოვრების სიტუაციები (ოჯახური, კარიერული ცვლილებები და სხვ.). მაღალი ლონგიტუდური სტაბილურობა ნაწილობრივ გენეტიკურ ფაქტორებსა და მოკიდებულნი; გარდა ამისა თვითონ ადამიანები ირჩევენ და აყალიბებენ თავის გარემოს იმგვარად, რომ განამტკიცონ და გააძლიერონ თავისი უკვე არსებული თვისებები. ექსტრავერტი უბრალოდ კი არ დაელოდება ხელსაყრელ სიტუაციას, რომ ადამიანებთან კონტაქტი დაამყაროს, არამედ თვითონ წამოიწიებს კონტაქტს – შეკრიბავს მეგობრებს, სადმე დაპატიჟებს და სხვ. გარდა ამისა გარშემოყოფი ადამიანებიც განუმტკიცებენ მას ამ პიროვნულ თვისებას იმით, რომ მას როგორც კონტაქტურ ადამიანს ეყვრობიან. ყოველივე ამის გამო, თუმცა პიროვნებას აქვს ცვლილების პოტენციალი, საქმეში სერიოზულად ეროვნება ხანგრძლივი დროით სტაბილურობის შენარჩუნებაზე მიმართული ძალები. ხოლო სტაბილურობა, ნიშნის თეორიის მომხრეთა თვალსაზრისით, ადაპტაციისთვის და ადამიანთა ურთიეოქმედებისთვის მეტად ღირებულია.

კროს-სიტუაციური შეთანხმებულობის საკითხი ლონგიტუდურზე გაცილებით უფრო რთულია, რადგან ჯერ გასარკვევია რა იგულისხმება შეთანხმებულობაში ანუ პიროვნების ქცევის თანამიმდევრულობაში.

სრულიად ერთნაირად ყველა სიტუაციაში ადამიანი არ იქცევა და არც ნიშნის თეორია ვარაუდობს ამას. არავინ მოელოდა, რომ ადამიანი აგრესიულობას გამოაგლენს ეკლესიაში რელიგიური ცერემონიის დროს ან თავშეკავებულობას საფეხბურთო მატჩის ყურებისას. ნიშნის თეორიის თანახმად, ქცევის შეთანხმებულობა ვლინდება სიტუაციათა სპექტრის შიგნით, სადაც მრავალი სხვადასხვა მოქმედება სინამდვილეში ერთსა

და იმავე ნიშანს გამოხატავს; შეცდომაა ერთ კონკრეტულ სიტუაციაში გამოვლენილი ქცევა რაიმე პიროვნული ნიშნის გამოხატულებად მივიჩნიოთ. ამისთვის სიტუაციათა ფართო დიაპაზონი დაგვეტირდება. ერთ-ერთი მიზეზი თუ რატომ ანიჭებენ ნიშნის შევლევარები უპირატესობას კითხვარებს, სწორედ ეს არის – კითხვარებით ქცევა ფასდება სიტუაციათა ფართო დიაპაზონში. გარდა ამისა, მოქმედებები, რომლებიც განსხვავებულად გამოიყურება, შეიძლება ერთსა და იმავე პიროვნულ ნიშანს გამოხატავდეს. მაგალითად, ბევრი მეგობრის ყოლა და ამადლეულებელი შთაბეჭდილებების ძიება ერთი ნიშნის, კონკრეტულად კი ექსტრავერსიის მანიფესტაციაა. ამ თვისებას ადამიანი სხვადასხვა სიტუაციაში განსხვავებულად ავლენს.

კონტროლერის მიმართ “სამართლიანი გადაწყვეტილება” ასეთი იქნება: 1. ნიშანთა შეთანხმებულობა პრინციპულად დასტურდება, თუმცა შეთანხმებულობა მეტია გარკვეულ სიტუაციურ კატეგორიათა შიგნით (მაგ., სახლი, სკოლა, სამსახური, მეგობრები, დასვენება) და არა მათ შორის. 2. რადგანაც ყოველდღიურ ცხოვრებაში ჩვენ წინაშე ადამიანის ქცევა საკმაოდ შეზღუდულ დიაპაზონში იშლება, ქვეყის შეთანხმებულობა შეიძლება უფრო ღიდად მოგვეჩვენოს, ვიდრე ის სინამდვილეშია. 3. ქვეყის ახსნისას ადამიანები ავლენენ მიდრეკილებას გადაჭარბებულად შეაფასონ შინაგანის, პიროვნულის მნიშვნელობა გარეგანთან, სიტუაციურთან შედარებით, პიროვნებისა და სიტუაციის ურთიერთობაში პრიორიტეტი პიროვნებას მიანიჭონ. როგორც წესი, ადამიანები ვარაუდობენ, რომ პიროვნება სიტუაციური, შემთხვევითი გაელენებისგან თავისუფალია და საკუთარ ქცევაში ძირითადად პირადი მოსასრებებით და რესურსებით ხელმძღვანელობს. ამასთანავე, ეს ტენდენციური ვარაუდი, რასაც “ატრიბუციის ფუნდამენტური შეცდომა” ეწოდება, სინამდვილისადმი ადამიანის აქტიურ დამოკიდებულებას ასაზრდოებს.



საბოლოო ჯამში კონტროლურად “ადამიანი-სიტუაცია” ანუ საკითხის რადიკალიზაციამ მეცნიერულად პროდუქტიული როლი შეასრულა – მოახდინა სერიოზული კვლევის სტიმულირება და შინაგან და გარეგან ფაქტორთა ურთიერთქმედების ანუ ურთიერზეგაველენის იდეა განამტკიცა: პიროვნება წართულია მოქმედების უწყვეტ ნაკადში და განხორციელებული ქცევა უკუგაველენას ახდენს როგორც პიროვნებაზე, ისე სიტუაციაზე. ჩვენი ქცევა ცვლის სიტუაციას, სიტუაცია ცვლის პიროვნებას და ასე დაუსრულებლად. ამის შედეგად გვაქვს უწყვეტი ურთიერთქმედებისა და გარდაქმნის ციკლური პროცესი, რომელშიც პიროვნება, ქცევა და სიტუაცია ერთმანეთს განაპირობებს. რაკი პიროვნებასა და სიტუაციას შორის კავშირი არა შემთხვევითი, არამედ არსებითია, სისტემურმა ცვლილებებმა გარესიტუაციაში შეიძლება პიროვნებაში შესაბამისი ცვლილებები გამოიწვიოს. მაგალითად, პასიური ადამიანი გარესიტუაციის მოთხოვნათა კარნახით გახდეს აქტიური, ხოლო ადამიანი, რომელიც ყოველთვის გაურბოდა პასუხისმგებლობას – პასუხისმგებლობის გრძნობით განიმსჭვალოს. თუმცა პიროვნების უეცარი, რადიკალური ცვლილება ანუ “კონკერსია” ძალზე იშვიათია და ისიც ძლიერი ემოციური შოკის გაველენით ხდება, მეტნაკლები სახეცვლილება სავსებით შესაძლებელია. მაგრამ ეს არა მოწოდებით, ერთხელობრივი გადაწყვეტილებით, არამედ გამიზნულ, თანმიმდევრულ მოქმედებათა საშუალებით ხდება. სასურველ პიროვნულ თვისებათა გამოიმუშავებას ტრენინგების მრავალფეროვანი პროგრამები ემსახურება.

## ნიშნის თეორიის შეშასება

პიროვნებისადმი ნიშნის თვალსაზრისით განხორციელებული მიდგომა ზოგადად ასე ფასდება: მის საფუძველზე მო-

პოკებულია მნიშვნელოვანი საბუთები, რომ პიროვნება სტაბილურად ფუნქციონირებს და ქცევის პროგნოზირება პიროვნული ნიშნების მიხედვით სავსებით შესაძლებელია. საგულისხმო ფაქტები იქნა აღმოჩენილი პიროვნებაზე გენეტიკური გავლენების და პიროვნული ნიშნების ფიზიოლოგიური ასპექტების შესწავლისას. გარდა ამისა, პიროვნებათა შორის ურთიერთობებთან და ფსიქოპათოლოგიასთან პიროვნულ ნიშანთა კავშირის დასადგენად განხორციელდა სერიოზული კვლევითი პროგრამები. ასე რომ, სიტუაციონისტური კრიტიკის მიუხედავად პიროვნების ფსიქოლოგიაში ნიშანთა კვლევის ტრადიციას საფრთხე არ ემუქრება.

### ძირითადი ცნებები

პიროვნული ნიშანი – გარკვეული სახით ქცევის დისპოზიცია (მიდრეკილება), რასაც ადამიანი სიტუაციათა ფართო სპექტრის მიმართ ავლენს.

კარდინალური ნიშანი – თვალშისაცემი და ყოველისმომცველი დისპოზიცია, რაც, პრაქტიკულად, ადამიანის ყველა საქცეულში ელინდება.

ცენტრალური ნიშანი – სიტუაციათა საკმაოდ ფართო დიაპაზონში გარკვეული სახით მოქმედების დისპოზიცია.

ფუნქციური ავტონომია – ოლპორტის მიერ მოწოდებული ცნება. მასში დაფიქსირებულია ის ფაქტი, რომ მოტივი შეიძლება გახდეს დამოუკიდებელი თავისი თავდაპირველი მიზეზებისგან: კერძოდ, ზრდასრულ ადამიანთა მოტივები "გამოეხსნას" მათ საფუძვლად მდებარე დაძაბულობის შემცირების უფრო ადრეულ მოტივაციას და გახდეს თვისაკმარი: მიზნის მიღწევის საშუალება თვითონ იქცეს მიზნად.

იდიოგრაფიული მიდგომა – კვლევითი პოზიცია, რომლის დროსაც განსაკუთრებული ყურადღება ეთმობა კონკრეტული ინდივიდის ცხოვრების გზის შესწავლას და გამოკვლევას როგორ არის ორგანიზებული მისი პიროვნება.

ფაქტორული ანალიზი – სტატისტიკური მეთოდი იმ ცვლადების და სატესტო რეაქციების გამოსაყენებად, რომლებიც ერთობლივად იზრდება ამ მცირდება. მეთოდი პიროვნული ტესტების შედგენისას გამოიყენება.

ინტროვერსია – აიზენკის თეორიაში, პიროვნული პარამეტრის “ინტროვერსია-ექსტრავერსიის” ერთი პოლუსი. მისი მეშვეობით აღინიშნება ისეთი მიდრეკილებები, როგორიცაა თავდაჭერილობა, რეფლექსიურობა (ფიქრთანობა), ხმაურისა და რისკისგან თავის არიდება.

ექსტრავერსია – აიზენკის თეორიაში, პიროვნული პარამეტრის “ინტროვერსია-ექსტრავერსია” ერთი პოლუსი. მისი მეშვეობით აღინიშნება ისეთი მიდრეკილებები, როგორიცაა კომუნიკაბელურობა ანუ თანახიარობა, გულსხმიერება, იმპულსურობა, რისკიანობა.

ნევეროტიზმი – აიზენკის თეორიაში, პიროვნების პარამეტრი, რომელიც განისაზღვრება როგორც ემოციური სტაბილურობა და დაბალი შფოთვა ერთ პოლუსზე, და არასტაბილურობა და მაღალი შფოთვა – მეორეზე.

უსიქოტიზმი – აიზენკის თეორიაში, პიროვნების პარამეტრი, რომელიც განისაზღვრება როგორც მიდრეკილება მარტოობისადმი და უგრძნობლობა (არასენსიტურობა) საზოგადოდადამიანიადმი – ერთ პოლუსზე, ხილო მეორეზე – ნორმების და ყოფითი ჩვეულებების დაცვა და ადამიანთა მიმართ ზრუნვის გამოვლენა.

მდგომარეობა – გუნება-განწყობილების და ემოციების (მაგ., შფოთვა, დეპრესია, დაღლილობა) ცვლადები, რომლებსაც,

კეტელის აზრით, შეუძლია გაეღენა მოახდინოს კონკრეტულ მომენტში ადამიანის ქცევაზე. პიროვნული ნიშნისა და მდგომარეობის ერთდროული დიაგნოსტიკა ქცევის წინასწარმეტყველების შესაძლებლობას იძლევა.

ხუთფაქტორიანი მოდელი – მოსაზრება, რომ არსებობს ხუთი ძირეული პარამეტრი ანუ ფაქტორი, რომელიც პიროვნების ყველა ნიშანს მოიცავს.

“დიდი ხუთეული” – ხუთი განზოგადებული პარამეტრი, რომელიც ქმნის პიროვნების ხუთფაქტორიან მოდელს. ესენია: ნევროტიზმი, ექსტრავერსია, გამოცდილებებისადმი ღიაობა, სინდისიერება და კეთილგანწყობილება.

ფუნდამენტური ლექსიკური ჰიპოთეზა – ვარაუდი, რომ ისტორიის მსვლელობაში ადამიანთა ურთიერთქმედების უმნიშვნელოვანესი და ძირეული ინდივიდუალური სხვაობები ბუნებრივი ენის (ვალკე სიტყვებად დაკოდირდა.

კონტროლერზა “ადამიანი სიტუაცია” – დაპირისპირება ფსიქოლოგთა ორ ბანაკს შორის: ერთნი ქცევის დეტერმინაციაში პიროვნულ (შინაგან) ფაქტორთა გადამწყვეტ მნიშვნელობას, ხოლო მეორენი სიტუაციურ (გარეგან) ფაქტორთა წამყვან როლს აღიარებენ.

## ძირითადი დაბუღებები

1. პიროვნული ნიშნის ცნებით წარმოდგენილია გარკვეული სახით მოქმედების ფართო, ზოგადი დისპოზიცია.
2. ოლპორტმა ნიშნები მათი მნიშვნელოვნების მიხედვით განასხვავა. მან ისინი კარდინალურ, ცენტრალურ და კონკრეტულ დისპოზიციებად დაყო.
3. ოლპორტი ფუნქციური ავტონომიის ცნების ავტორია. მოტივთა ფუნქციური ავტონომია აღწერს იმ ფაქტს, რომ

ზრდასრული ადამიანის მოტივი შესაძლებელია თავის ადრეულ ფესვებს მოსწყდეს; გახდეს დამოუკიდებელი, თვითკმარი ანუ ადამიანმა განახორციელოს ეს ქცევა უბრალოდ იმიტომ, რომ მოსწონს, ეხალისება იგი.

4. ოლპორტი ინდივიდის ჩაღრმავებული კვლევის ანუ იდიოგრაფიული მიდგომის საჭიროებას ცნობდა;
5. პიროვნული ნიშნების შესწავლისას ნიშანთა კლასიფიკაციის მისაღებად ფაქტორული ანალიზის სტატისტიკური მეთოდი გამოიყენება;
6. აიზენკის თანახმად, პიროვნების ძირეული პარამეტრებია ინტროვერსია-ექსტრავერსია, ნეიროტიზმი და ფსიქოტიზმი. ამ პარამეტრების მიხედვით ადამიანთა გასაზომად კითხვარები შემუშავდა;
7. აიზენკი ფიქრობს, რომ პიროვნულ ნიშნებში გამოვლენილი ინდივიდუალური სხვაობები ბიოლოგიურ და გენეტიკურ საფუძველს ემყარება, თუმცა არ გამორიცხავს, რომ ქცევითი თერაპიის გაელენით პიროვნება შეიძლება მნიშვნელოვნად შეცვალოს;
8. კეტელმა ყველა პიროვნული ნიშანი უნარების, ტემპერამენტის და დინამიურ ნიშნებად დაყო. მანვე გამოყო ზედაპირული და სიღრმისეული ნიშნები. სიღრმისეული ნიშნების გამოვლენა ხდება ფაქტორული ანალიზის გამოყენებით და სწორედ სიღრმისეული ნიშნებია ის ბლოკები, რითაც აიგება პიროვნება;
9. ოლპორტი, აიზენკი და კეტელი აღიარებენ, რომ ცენტრალური ადგილი პიროვნებაში განზოგადებულ დისპოზიციებს უკავია. მაგრამ პიროვნებისადმი მათი მიდგომები ერთმანეთისგან მნიშვნელოვნად განსხვავდება;
10. “დიდ ხუთეულში” შემავალ პარამეტრთა თაობაზე პიროვნული ნიშნის თეორეტიკოსთა შორის ერთსულოვანი აზრი

ყალიბდება. ამ მოდელს ადასტურებს ბუნებრივ ენაში პიროვნული ნიშნების აღმნიშვნელ სიტყვათა, გარედამკვირვებელთა შეფასებების და, აგრეთვე, თვითშეფასების კითხვარებით მიღებული მასალის ფაქტორული ანალიზი;

11. ფუნდამენტური ლექსიკური პიპოსეზის თანახმად, ისტორიის მანძილზე ადამიანთა ურთიერთობებში არსებული ყველაზე მნიშვნელოვანი სხვაობები ბუნებრივ ენაში ცალკე სიტყვებად დაკოდირდა;
12. ევოლუციის თეორიის გარაუდით, ფუნდამენტურ პიროვნულ ნიშანთა არსებობა განაპირობა იმ მნიშვნელოვანმა როლმა, რასაც ისინი ასრულებდნ და მომავალშიც შეასრულებენ სოციალურ გარემოსთან პიროვნების შეგუების პროცესში;
13. ხუთფაქტორიანი მოდელი წარმატებით გამოიყენება სხვადასხვა სფეროში, როგორცაა პროფესიული ორიენტაცია, ჯანმრთელობის ფსიქოლოგია, ფსიქოლიაგნოსტიკა და ფსიქოთერაპია.
14. ხუთფაქტორიანი მოდელი პიროვნების ცვლილების საკითხზე რაიმე კონკრეტულ რეკომენდაციას არ გვაწვდის.

## თავი VII

### პიროვნებისადმი სწავლის თეორიის მიდგომა

#### პიროვნება და მეცნიერება სწავლის თეორიის თვალსაზრისით

პიროვნებისადმი სწავლის თეორიის მიდგომა ეფუძნება ორ ძირითად პოსტულატს: პირველი, თითქმის ყოველი ქცევა დასწავლით არის შექმნილი და მეორე, კვლევა მკაფიოდ ჩამოყალიბებულ ჰიპოთეზებს, ობიექტურობას და მეცნიერულ სიმკაცრეს უნდა ემყარებოდეს. პრინციპული მნიშვნელობა აქვს იმასაც, რომ პიროვნების კვლევა, ისევე როგორც ფსიქოპათოლოგია სწავლის ზოგადი თეორიის განშტოებებად განიხილება. სწავლის ბიპევიორისტული თეორიის ამოსაყალი იდეაა, რომ ყოველი ცოცხალი ორგანიზმის უმთავრესი ამოცანაა აქტიუალურ გარემოს მოთხოვნებთან ადაპტაციის ანუ შეგუების ხერხებს დაეუფლოს. ეს უნარი ცოცხალ ორგანიზმს, უდავოდ, გააჩნია. მაგრამ თუ ორგანიზმმა ვერ დაისწავლა პრობლემათა ეფექტური დაძლევა, არასწორ, ადაპტაციისთვის გამოუსადეგარ რეაქციათა კორეგირება ისევე და ისევე დასწავლის პრინციპებზე დაფუძნებულ ფსიქოთერაპიით არის შესაძლებელი. ამგვარ თერაპიას *ქცევის მოდიფიკაცია* და *ბიპევიორალური თერაპია* ეწოდა. იგულისხმება, რომ უშუალოდ შესაცვლელია პიროვნების კონკრეტული მოქმედებები, დასამკვიდრებელია ახალი რეაქციები, და სწორედ ეს იქნება პიროვნების შეცვლა ანუ რეორგანიზება. ამრიგად, ბიპევიორისტებისთვის პიროვნება - ეს არის გამოცდილება, რაც ადამიანმა *გარემო სიტუაციების* გაფლენით მისი სიცოცხლის მანძილზე დასწავლით შეიძინა ანუ დააგროვა.

ობიექტურობასა და მეცნიერულ სიმკაცრეზე ბიპევიორიზმის ორიენტირებულობას მოჰყვა ის, რომ კვლევის ძირითად ადგილად იქცა ლაბორატორია, ყურადღება გამახვილდა მარტივ ქცევაზე; ცდისპირებს – ადამიანებს ჩაენაცვლა საცდელი ცხოველები – ძირითადად ვირთაგეები და მტრელები. ამან გამოიწვია აქცენტების გადანაცვლება *შინაგანი* პროცესებიდან (რითაც ფსიქოლოგია ტრადიციულად იყო დაკავებული) ორგანიზმის მიმართ *გარეგან* ძალებზე, დაიწყო მანიპულირება გარემოს პარამეტრებით და დაკვირვება – რა გავლენა იქონია ამან ორგანიზმის ქცევაზე. საბოლოო ჯამში, გაკეთდა დასკვნა, რომ ქცევას და მის სტაბილურობას განსაზღვრავს არა შინაგანი მყარი მახასიათებლები, არამედ გარემო პირობათა მსგავსება, რის პასუხადაც ეს თუ ის მოქმედება წარმოიშობა.

### უოტსონის ბიპევიორიზმი

ჯონ უოტსონმა დააფუძნა ფსიქოლოგიური სკოლა, “**ბიპევიორიზმი**”, რომლის ძირითადი დებულებები ჩამოაყალიბა 1919 წელს გამოქვეყნებულ წიგნში “*ფსიქოლოგია ბიპევიორისტის თვალთახედვით*”. მან უარყო ინტროსპექცია, როგორც ძალზე არასანდო, სუბიექტური მეთოდი და ფსიქოლოგიის საგნად დასახა დაკვირვებადი, ხილული ქცევა, ხოლო ფსიქოლოგიის ძირითადი მიზანი განსაზღვრა როგორც ქვეყნის კონტროლი და პროგნოზი.

უოტსონის შეხედულებების ჩამოყალიბებაზე დიდი გავლენა იქონია რუსი ფიზიოლოგის ივან პავლოვის კლასიკური განპირობების თეორიამ. კლასიკური განპირობების ფენომენს პავლოვი შემთხვევით, საჭმლის მომნელებელი სისტემის კვლევისას გადააწყდა, როდესაც ძაღლებთან კუჭის წველის სეკრეციას შეისწავლიდა. ექსპერიმენტის მსგეველობაში ძაღლს პირში გაკვეული რაოდენობის საკვებს უდებდნენ და იზომებოდა



ამის შედეგად გამოყოფილი ნერწყვის რაოდენობა. პაელოვის ყურადღება მიიპყრო იმან, რომ რამდენიმე ასეთი ექსპერიმენტის შემდეგ, ძაღლს ნერწყვი გამოეყოფოდა საჭმლის პირში მოხვედრამდე გაცილებით ადრე. ეს ხდებოდა პასუხად ისეთ სტიმულებზე, როგორცაა ჯამი, რითაც მოჰქონდათ საკვები ან საკვების დამტარებელი კაცი. სხვაგვარად რომ ვთქვათ, სტიმულებს, რომლებიც თავიდან არ იწვევდა მოცემულ რეაქციას (ე.წ. ნეიტრალური სტიმულები) შემდგომში შეეძლო გამოეწვია ნერწყვის გამოყოფა იმის გამო, რომ ისინი ასოციაციით დაუკავშირდა საკვებს, რომელიც ძაღლთან ნერწყვის გამოყოფას ავტომატურად იწვევს. ამ დაკვირვებამ პაელოვს შემოქმედებითი იდეა გაუჩინა. იდეის ხორცშესხმას მიუყა პროცესის აღმოჩენა, რასაც კლასიკური პირობითი რეფლექსის გამოუმუშავება ანუ განპირობების პროცესი ეწოდა.

### კლასიკური განპირობების პრინციპები

კლასიკური განპირობების არსი შემდეგში მდგომარეობს: ბიოლოგიურად ნეიტრალური სტიმული იწვევს რეაქციას იმის გამო, რომ დაუკავშირდა სტიმულს, რომელიც ამგვარ ან მსგავს რეაქციას ავტომატურად (უპირობოდ) წარმოქმის. თანმიმდევრობა ასეთია: ძაღლს გამოეყოფა ნერწყვი, როგორც კი პირში საკვები მოხვდება. ამ შემთხვევაში ლაპარაკი რაიმე განპირობებაზე სრულიად ზედმეტია. საკვები შეიძლება განვიხილოთ როგორც *უპირობო სტიმული*, ხოლო ნერწყვის გამოყოფა როგორც *უპირობო რეაქცია* ან უპირობო რეფლექსი, რადგანაც ნერწყვის გამოყოფა საკვებზე ავტომატური, რეფლექსური რეაქციაა. ნეიტრალური სტიმული, მაგ, ზარის ხმა — ნერწყვის გამოყოფას არ იწვევს. მაგრამ თუ ექსპერიმენტთა მსვლელობაში *უშუალოდ საკვების მიწოდებამდე* რეკს ზარი,

მისმა ხმამ, საკვების მომდევნო მიწოდების გარეშეც, შეიძლება ნერწყვის გამოყოფის რეაქცია გამოიწვიოს. ამ შემთხვევაში გვექნება განპირობების პროცესი, რადგანაც ნერწყვის გამოყოფა მოხდა ზარის შეძღვევ, საკვების მიწოდების გარეშე. ამდენად, ზარი შეიძლება *პირობით სტიმულებს*, ხოლო ნერწყვის გამოყოფა – *პირობით რეფლექსებს* მივაკუთვნოთ.

კლასიკური განპირობების საკვლევად პავლოვის მიერ მოყვირებულმა პროცედურამ მას საშუალება მისცა არაერთი მნიშვნელოვანი ყენომენი შეესწავლა. დაუკავშირდება მოცემული პირობითი რეფლექსი მხოლოდ ერთ კონკრეტულ სტიმულს თუ არა მხოლოდ მას, არამედ სხვა, მის მსგავს სტიმულებს? მოხდება ზარის პასუხად ნერწყვის გამოყოფის რეაქციის გენერალიზება, განზოგადება ანუ გაერცობა ზარის მსგავს სხვა ბგერებზე? პავლოვმა ნახა, რომ პირობითი რეფლექსი, რომელიც წარმოიშვა პასუხად ერთ, თავიდან ნეიტრალურ სტიმულზე, ასოციაციით სხვა მსგავს სტიმულებსაც უკავშირდება. ამ პროცესს *გენერალიზაცია* ეწოდა.

რა საზღვრებში ვლინდება მსგავსი გენერალიზაცია? თუ მრავალჯერად ცდებში უპირობო რეფლექსი მხოლოდ ზოგიერთ ნეიტრალურ სტიმულს მოსდევს, ცხოველი ამჩნევს სტიმულთა შორის განსხვავებას და ამ პროცესს *დიფერენცია* ეწოდება. მაგალითად, თუ მხოლოდ ზოგიერთ ზარს მოსდევს დენის დარტყმა და თათის რეფლექსური მყისიერი გაწვევა, მაშინ ძალღი დაისწავლის ბგერების გარჩევას – რომელს მოსდევს დენის დარტყმა და რომელს არა და თათიც შესაბამისად გაწიოს ან არ გაწიოს. ამრიგად, გენერალიზაციის პროცესი იწვევს მსგავს სტიმულებზე ერთგვაროვან რეაქციებს, ხოლო დიფერენციაციის პროცესი პირუკუ – მსგავს სტიმულებზე განსხვავებულ რეაქციებს. დაბოლოს, თუ პირობით სტიმულს სულ აღარ მოსდევს შემდგომი უპირობო სტიმული, განპირობე-

ბა თანდათანობით სუსტდება ანუ სუსტდება სტიმულებს შორის კავშირი და ვიღებთ პროცესს, რასაც **ჩაპროზა** ეწოდება. ამრიგად, ნეიტრალური სტიმულის უპირობო სტიმულთან შეუდლება იწვევს პირობითი რეფლექსის შემუშავებას, პირობითი სტიმულის მრავალჯერადი მიწოდება უპირობო სტიმულის გარეშე კი – პირობითი რეფლექსის ჩაქრობას.

### უსიქოპათოლოგია და ცვლილება

პავლოვის ლაბორატორიაში პირველად მოხდა დემონსტრირება იმისა, რასაც შემდგომში ცხოველებთან *ექსპერიმენტული ნეეროზი* ეწოდა. პროცედურა მდგომარეობდა შემდეგში: ძაღლს ჯერ შეუშუშავეს ნერწყვის გამოყოფის პირობითი რეფლექსი *წრის ფორმის* სიგნალზე. შემდეგ, ასწავლეს დიფერენცირებული ანუ განსხვავებული რეაგირება წრესა და *ელიფსზე*. ეს ხდებოდა იმით, რომ ელიფსზე ძაღლის რეაქციას განმტკიცება არ მოისდევდა ანუ ძაღლს საკვები არ მიეწოდებოდა. ამის შემდეგ, როდესაც დაიწყო ელიფსის ფორმის თანდათანობით შეცვლა, რათა ის მიმგვანებოდა წრეს, ძაღლმა ჯერ გამოავლინა დიფერენცირებული რეაქცია, მაგრამ შემდეგ, როდესაც შეუძლებელი გახდა წრის გარჩევა ელიფსისგან, მოხდა ძაღლის ქცევის დეზორგანიზაცია – ბუნებით მშვიდმა ძაღლმა დაიწყო წკმუტუნი, კბენა, ღრუნა და მწვავე ნეეროზის ყველა სიმპტომი გამოავლინა.

### პირობითი ემოციური რეაქციები

პავლოვის მიერ პირობითი რეფლექსების კვლევის დიზაინში მკაფიოდ იყო განსაზღვრული სტიმულები და რეაქციები, რამაც შესაძლებელი გახადა სწავლის ფენომენების ობიექტური მეთოდით კვლევა. სწორედ ამიტომ იქონია შემდგომში ამ

კელეკებმა უდიდესი გაელენა ბიჰევიორისტებზე. ჯონ უოტსონის და როზალია რაინერის გამოკვლევა თერთმეტი თვის ასაკის ალბერტის ემოციური რეაქციის შემუშავების შესახებ ქრესტომათიული გახდა. მკვლევარებმა ცდისპირს, პატარა ალბერტს ცხოველებისა და ნივთების შიში შემდგენაირად გამოუმუშავეს: უფრო ადრე მათ შენიშნეს, რომ ლითონის ფირფიტაზე ჩაქუნის კაკუნი ბავშვის შეკრთომას იწვევდა. ამიტომ, როდესაც ბავშვი თავის საყვარელ თეთრ თაგვთან მიცოცავდა, მკვლევარები კეფასთან ფირფიტაზე ჩაქუნს უკაკუნებდნენ. ამის რამდენჯერმე გამეორების შემდეგ საკმარისი იყო თაგვის ჩვენება (ბგერითი თანხლების გარეშე), რომ ალბერტს ტირილი დაეწყო. ბავშვს გამოუმუშავდა ის, რასაც **პირობითი აპოსიური რეაქცია** ეწოდება.

თაგვის შიში ბავშვს შემაშინებელ ბგერასთან ემოციური ასოციაციის გამო გაქინდა. მეტიც, მისი შიში გაერცეულდა სხვა ობიექტების მიმართაც, რომლებიც მეტნაკლებად ჰგავდა თაგვს. უოტსონმა და რაინერმა ასეთ შიშს პირობითი ემოციური რეაქცია უწოდეს.

### *ბაჭის მიმართ პირობითი შიშის მოხსნა*

კლასიკური პირობითი რეაქციების შემუშავება გადამწყვეტ როლს ასრულებს ფსიქოპათოლოგიის ჩამოყალიბებაში და, ამასთანავე, ქცევის შეცვლის საგულისხმო შესაძლებლობებს იძლევა. ქცევით თერაპიაში დიდი მნიშვნელობა ენიჭება არაადეკვატური რეაქციების ჩაქრობას, როგორცაა შიშები და, აგრეთვე, ასალი რეაქციების გამომუშავებას სტიმულებზე, რომლებიც ადრე არასასურველ რეაქციებს, მაგალითად, შფოთვას იწვევდა.

ლაბორატორიის პირობებში ქცევითი თერაპია სისტემატურად პირველმა მერი ჯონსმა გამოიყენა. ჯონსი ცდილობდა 2 წლისა და 9 თვის ასაკის ბიჭი, სახელად პეტერი, ზღვარგადასული შიშისგან განეკურნა. პეტერს, ჯანმრთელ და კარგად ადაპტირებულ ბავშვს, თეთრი თაგვების ეშინოდა. შიში თეთრ ბაჭიებზე, ბეწვეულზე, ბუმბულზე და ბამბაზეც ვრცელდებოდა. ჯონსმა საექსპერიმენტოდ პეტერის ბაჭისადმი შიში შეარჩია და შეიმუშავა შემდეგი პროცედურა: პეტერი შეეკვდათ სათამაშოდ ოთახში, სადაც იყო ბაჭია და კიდევ ორი ბავშვი, ვისაც ბაჭიის არ ეშინოდა. ბაჭიის დანახვაზე პეტერის შეძრწუნების რეაქცია თანდათანობით სრულიად პოზიტიური რეაქციით შეეცვალა. პეტერის წინსვლა ეტაპობრივ ხასიათს ატარებდა. თავიდან მონიშნული 17 ეტაპიდან პეტერმა მე-9-ს მიაღწია, როდესაც ქუნთრუშა დაემართა და იგი საავადმყოფოში მოათავსეს. ორთვიანი ავადმყოფობის შემდეგ პეტერის შიშის რეაქცია ისევ საწყის ეტაპს დაუბრუნდა. ამის შესაძლო მიზეზი იყო ის, რომ საავადმყოფოდან გამოსვლისას პეტერს დიდი ძალდი ეძგერა და ბავშვი ძალზე შეაშინა.

ჯონსმა გადაწყვიტა ახლიდან დაეწყო და თერაპიის სხვა მეთოდით – "უშუალო განპირობება" გამოეყენებინა. პეტერს საბავშვო სკამზე სვამდნენ და აწვდიდნენ მის საყვარელ საჭმელს, ამ დროს კი ექსპერიმენტატორს მავთულის გალიაში მყოფი ბაჭია ბავშვის სახესთან სულუფრო ახლოს მიჰქონდა. სასიამოვნო სტიმულის (გემრიელი საჭმელი) არსებობამ, რაც თან ახლდა ბაჭიის ყოველ გამოჩენას, გამოიწვია ის, რომ შიშმა თანდათანობით აღგილი დადებით რეაქციას დაუთმო. მოხდა კონტრგანპირობება – საჭმელთან დაკავშირებული პოზიტიური გრძობების გადატანა შიშის მომგვრელ ბაჭიაზე. დიდი მნიშვნელობა ჰქონდა იმასაც, რომ ტრენინგის მომდევნო სეანსებზე გამოჩნდნენ ბავშვები, ვისაც ბაჭიის სრულებით არ ეშინ

ნოდათ. ბაჭიისადმი შიშის გაქრობისთანავე ბეწვეულის, ბუმბულის და ბამბის მიმართ შიშიც მოისპო ანუ მოხდა ეფექტის გენერალიზაცია.

### *სისტემატური დესენსიტიზაცია*

ქცევითი თერაპიის ეფელაზე მნიშვნელოვანი მონაპოვარია **სისტემატური დესენსიტიზაციის** მეთოდი, რომლის ავტორია ჯოზეფ ვოლპე. საგულისხმოა, რომ ეს მეთოდი შეიმუშავა არა ფსიქოლოგმა, არამედ ფსიქოანალიტიკური მიმართულების ფსიქიატრმა, ვიხეც დიდი შთაბეჭდილება მოახდინა პავლოვისა და ბიჟევიორისტების შრომებმა. ვოლპე დარწმუნდა, რომ ნევროზი არაადეკვატური, შექენილი რეაქციაა, რომელიც თითქმის ყოველთვის შფოთვას უკავშირდება. აქედან გამომდინარე, თერაპია იქნება შფოთვის შეკავება. მაგრამ როგორ? – ახალი რეაქციის ჩანაცვლებით. თერაპიის დროს უნდა გამოიმუშავდეს პირობითი რეაქციები, რომლებიც შფოთვას მოსპობენ ან შეაკავებენ. ასეთი კონტრგანპირობებისთვის შეიძლება შფოთვის შესამცირებელ სხვადასხვაგვარ რეაქციათა გამოყენება, მაგრამ ვოლპე ღრმა კუნთურ მოღუნებაზე ანუ რელაქსაციაზე შეიწერდა. სისტემატური დესენსიტიზაციის მეშვეობით პაციენტი შფოთვის გამომწვევ სტიმულებზე ამჟამად უკვე მოღუნების ახალი პირობითი რეფლექსით რეაგირებს.

სისტემატური დესენსიტიზაცია რამდენიმე ეტაპს ანუ ფაზას მოიცავს. პირველ ეტაპზე ხდება პაციენტის თერაპიულ საჭიროებათა დიაგნოსტიკა. ამის შემდეგ, თერაპევტი ასწავლის პაციენტს კუნთური დაძაბულობის მოხსნას ანუ მოღუნებას, რასაც დაახლოებით 6 სესია სჭირდება. მომდევნო ეტაპზე დგინდება შფოთვის აღმკვერელ სტიმულთა იერარქია. ამ პროცედურის დროს თერაპევტი ცდილობს მიიღოს პაციენტისგან სხვადასხვა სიძლიერის შფოთვის აღმკვერელ სტიმულთა სია.

სტიმულები ჯგუფდება თემატურ ჯგუფებად და ინტენსივობის მიხედვით ლაგდება.

მას შემდეგ, რაც დადგინდა შფოთვის გამომწვევ ვითარებათა იერარქია, პაციენტი უკვე მზად არის თვით ამ დესენსიტიზაციის პროცედურისთვის. პაციენტმა ისწავლა საკუთარი თავის დამშვიდება რელაქსაციის მეშვეობით, ხოლო თერაპევტმა დაადგინა შფოთვათა იერარქია. ახლა პაციენტმა უნდა მიაღწიოს დრმა რელაქსაციის მდგომარეობას და ამასთან შფოთვათა იერარქიის ყველაზე სუსტი სტიმული წარმოისახოს. თუკი პაციენტი შეძლებს ამის გაკეთებას დისკომფორტის გარეშე, ის გადადის, ასევე მოდუნებულ მდგომარეობაში, მომდევნო, შედარებით ძლიერ სტიმულზე. სუფთა რელაქსაციის მდგომარეობებს ენაცვლება რელაქსაცია შფოთვის აღმქრელ სტიმულთა წარმოსახვის ფონზე. თუ ამ დროს პაციენტს შფოთვა დაეუფლება, თერაპევტის დახმარებით ის ისევ უნდა მოდუნდეს და შფოთვის აღმქრელ უფრო სუსტ სტიმულებს მიუბრუნდეს. საბოლოო ჯამში, პაციენტს უკვე შეუძლია მოდუნებულ რჩებოდეს მაშინაც, როდესაც შფოთვის აღმქრელ სტიმულთა სრულ სიას წარმოისახავს. სტიმულთა წარმოსახვის ფონზე მოდუნება გენერალიზდება და ყოველდღიურ რეალობაში ამ სტიმულებთან შეხედრას ასევე მოდუნება ახლავს თან.

არაერთმა კლინიკურმა და ლაბორატორიულმა კვლევამ დაადასტურა, რომ სისტემატური დესენსიტიზაცია თერაპიის ეფექტური საშუალებაა.

## სნავლის თეორიის შემდგომი განვითარება

კლასიკური განპირობების შესახებ ნაშრომთა უმრავლესობაში ნაკვლევი იყო შედარებით მარტივი რეფლექსური მექანიზმები, რომლებიც ცხოველებთან და ადამიანებთან ერთნაირად მოქმედებს. ამასთან, პავლოვი დიდ მნიშვნელობას

ანიჭებდა მეტყველებას და აზროვნებას, პავლოვის ტერმინოლოგიით, *მეორე სასიგნალო სისტემას*, რომლის საფუძველზე ანუ სიტყვების მიწოდებით პირობითი რეფლექსების შემუშავებაა შესაძლებელი.

პირობითი ემოციური რეაქციების და მეორე სასიგნალო სისტემის ცნებებმა მნიშვნელოვნად გააფართოვა წარმოდგენა კლასიკური განპირობების პრინციპებისა და პროცედურების როლზე აღამიანის ცხოვრების სხვადასხვა სფეროში, როგორცაა განწყობების ფორმირება, ჯანმრთელი ცხოვრების წესის დანერგვა და სხვა.

### პიროვნების თეორია, რომლის ავტორია ბერუს სპინარი

საზოგადოდ, პიროვნების თეორიაში დიდი მნიშვნელობა ენიჭება სტრუქტურის ცნებას. სტრუქტურის ცნება აღწერს სისტემის მეტნაკლებად მყარ მახასიათებლებს და მნიშვნელოვან როლს ასრულებს ინდივიდუალურ სხვაობათა ახსნაში. მაგრამ, პიროვნებისადმი ბიპევიორისტული მიდგომა ხაზს უსვამს სიტუაციის სპეციფიკურობას და გარე სტიმულებთან შედარებით მინიმუმადე დაჰყავს გარკვეული ტიპის რეაგირებისადმი პიროვნების ზოგად დისპოზიციასთან როლი. ამიტომაც არ არის გასაკვირი, რომ ბიპევიორიზმში იშვიათად შეეხედებოთ სტრუქტურის ცნებას. “აკნინებს” რა სტრუქტურას, ბიპევიორისტული მიდგომა “განადიდებს” პროცესის ცნებას, განსაკუთრებით იმგვარ პროცესს, რომელიც უკლებლივ ყველა ინდივიდისთვის არის დამახასიათებელი.

### სტრუქტურა

საერთოდ, ბიპევიორისტული მიდგომის საკვანძო ერთეულია – რეაქცია. რეაქციები რანჟირდება მარტივი რეაქციებიდან (მაგ., საკვებზე ნერწყვის გამოყოფა, შეერთება მაღალი



ბგერის გაგონებისას), ქცევის რთულ პატერნამდე (მაგ., მათემატიკური ამოცანის ამოხსნა, აგრესიის ფარული ფორმები). რეაქციის ცნებაში პრინციპული მნიშვნელობა აქვს იმას, რომ იგი ქცევის გარეგანი, ხილული ნაწილია, რომელიც შეიძლება გარესინამდვილის მოვლენებს დაუკავშირდეს. სწავლის პროცესის არსი რეაქციებსა და გარესინამდვილის მოვლენებს შორის კავშირების (ასოციაციების) დამყარებაა.

სკინერი განასხვავებს რეაქციებს, რომლებსაც იწვევს სრულიად გარკვეული სტიმულები (მაგ., თვალის ხამხამის რეფლექსი ჰაერის შეებრვაზე) და რეაქციებს, რომლებიც არცერთ სტიმულთან არ არის დაკავშირებული. ამ მეორე ტიპის რეაქციებს წარმოქმნის თვითონ ორგანიზმი და მათ **ოპერანტული** ეწოდება. სკინერს მიაჩნია, რომ გარემოს სტიმულები არ აიძულებს ორგანიზმს გარკვეული სახის ქცევას და, საერთოდ, ქცევას. ქცევის ამოსავალი მიზეზები თვითონ ორგანიზმშია: აწარმოოს ოპერანტული ქცევა – ადამიანის ბიოლოგიურ ბუნებაში იქვს.

### *პროცესი: ოპერანტული განპირობება*

თავდაპირველად განვიხილოთ თუ რა იგულისხმება ცნებაში **„განვაკისება“**.

სკინერი განიხილავს გამტკიცებას როგორც მოვლენას (სტიმულს), რომელსაც მოსდევს რეაქცია და ამ უკანასკნელის გამოჩენის ალბათობას ზრდის. მაგალითად, როდესაც მტრედინისკარტს უკაკუნებს დისკს, ეს ქცევა იქნება ოპერანტული, თუ მას მოჰყვება განმტკიცება, როგორცაა საკვები და, ამდენად დისკის კენკვის ალბათობა გაიზრდება. ამ თვალსაზრისის შესაბამისად, განმტკიცება აძლიერებს იმ ქცევას, რომელსაც იგი მოჰყვება და ზედმეტია ბიოლოგიური ახსნა-განმარტებები თუ

რატომ ხდება ასე. სტიმული, რომელიც თავიდან არ იყო განმტკიცება, შეიძლება ასეთად სხვა განმტკიცებებთან ასოცირებაში აქციოს. სოციერთი სტიმული, როგორცაა ფული, **ბანკრალიზაჟულ განვითარებად** გადაიქცა, რადგან ის სხვა მრავალ განმტკიცებას უზრუნველყოფს.

მნიშვნელოვანია იმის გაგება, რომ განმტკიცება განისაზღვრება ქცევაზე მისი გავლენის მიხედვით – უფრო ზუსტად კი ქცევითი რეაქციის გამოვლენის ალბათობის ხარისხით. ხშირად ძნელი დასადგენია რა გამოდის ასეთი განმტკიცების როლში, რადგანაც სხვადასხვა ინდივიდთან განმტკიცებად შეიძლება განსხვავებული სტიმული გამოდიოდეს.

სკინერს განსაკუთრებით აინტერესებდა რეაქციების კაჟშირი განმტკიცებათა პროცენტულ თანაფარდობასთან და დროით ინტერვალებთან, ანუ **ბანკრალიზაციის რაჟიზაციის** დადგენა. ამ კაჟშირების შესასწავლად გამოიყენება მარტივი ექსპერიმენტული მოწყობილობა – “სკინერის ყუთი”. ყუთი ისეა გაკეთებული, რომ შესაძლებელია რამდენიმე სტიმულის წარდგენა და დაკვირვება, როგორ აწვებიან ვირთაგვები ბერკეტს და მტრედები საკეტს ნისკარტს როგორ უკაკუნებენ. სწორედ ამგვარ პირობებში, სკინერის აზრით, საუკეთესოდ ელინდება ქცევის ელემენტარული კანონები.

ქცევა გასაგებია, თუ შესაძლებელია გარემო პირობებში გარკვეულ ცვლილებათა შეტანით მისი მართვა. ქცევის გაგება მის მართვას, მასზე კონტროლს ნიშნავს. ემართავთ ქცევას, როდესაც ვირწყეთ, რომელ ქცევას განვამტკიცებთ და რა ალბათობით. განმტკიცების რეჟიმი დროითი ინტერვალისა და რეაქციათა გარკვეული ინტერვალის ჩამოყალიბებით აიგება. დროითი ინტერვალის გამოყენებისას, განმტკიცების მიწოდება ხდება დროის გარკვეული მონაკვეთის შემდეგ, დაუშვით, წუთში ერთხელ, განურჩევლად რეაქციების რაოდენობისა. ხო-

ლო თუ ემოქმედებო რეაქციათა ინტერვალით, ანუ ვადგინო განმტკიცებების და რეაქციების გარკვეულ თანაფარდობას, განმტკიცება ნსდება მას მერე, რაც შესრულდა რეაქციათა გარკვეული რაოდენობა (მაგ., ბერკეტზე და საკეტზე დაჭერა). ამრიგად, განმტკიცება შეიძლება მოდიოდეს არა ყოველი პასუხის შემდეგ, არამედ დროდადრო. მეტიც, განმტკიცების მიწოდება შეიძლება ხდებოდეს *რეგულარულ ანუ ფიქსირებულ რეჟიმში* – ყოველთვის გარკვეული ინტერვალით ან რეაქციათა გარკვეული რაოდენობის შემდეგ, ან კიდევ *ცვალებად რეჟიმში* – ხან წუთში, ხან ორ წუთში ერთხელ, ხან ორი რეაქციის ან რეაქციათა სერიის შემდეგ. განმტკიცების თითოეული სქემა ანუ რეჟიმი განსხვავებულია და ახდენს ქცევის სტაბილიზებას.

არსებითად, ოპერანტული სწავლების თეორია ცხოველთა გაწვრთნის ძირითადი პრინციპების დახვეწილი ფორმულირებაა. რთული ქცევა სასურველი ქცევის (ვალკეული ელემენტების (რგოლების) **თანდათანოვითი განვითარებით** ყალიბდება. საცირკო ცხოველთან რთული ტრიუკების შემუშავება ერთიანად არ ხდება – ჯერ ხდება სხვადასხვა რეაქციების განმტკიცება, შემდეგ მათი შეკავშირება – ისევ განმტკიცების მეშვეობით და ასე ყალიბდება ქცევის ჯაჭვები. ის, რაც თავიდან ვალკეულ მოძრაობათა ათვისებით დაიწყო, პუბლიკისთვის რთულ, თანმიმდევრულ მოქმედებათა დემონსტრირებით თავდება. რთული ქცევის ჩამოყალიბება ადამიანთანაც ანალოგიური გზით არის შესაძლებელი.

თუმცა ოპერანტული განპირობება პირველ ყოვლისა ემყარება დადებითი განმტკიცების გამოყენებას, როგორცაა საკვები, ფული ან შექება, სკინერიანელები ხაზს უსვამენ ისეთ განმტკიცებას, როგორცაა *გაქცევა* ავერსიული (უსიამოვნო), მაგნი სტიმულისგან ან მისთვის თავის *არიდება*. ყველა ამ შემთხვევაში შედეგად რეაქციის შენახვა ან გაძლიერება მიიღება.

სულ სხვაა დასჯა. დასჯის დროს უსიამოვნო სტიმული მაინც მოსდევს რეაქციას და ამცირებს იმის ალბათობას, რომ მომავალში ეს რეაქცია ისევ აღმოცენდება. მაგრამ დასჯის ზემოქმედება დროებით ხასიათს ატარებს და, როგორც აღმოჩნდა, არცთუ ეფექტურია არასასურველი ქცევის მოცილებაში. ამის მიზეზი ის არის, რომ დასჯა არ იძლევა ინფორმაციას რა და როგორ უნდა გაკეთდეს სწორად. ამიტომ სკინერი სასურველი ქცევის ფორმირებისას, ძირითადად, დადებითი განმტკიცების გამოყენებას უწევდა რეკომენდაციას.

### *ზრდა და განვითარება*

ზრდისა და განვითარების შესახებ თავის შეხედულებებში სკინერი კვლავაც ხაზს უსვამს ქცევის ათვისებისა და შესრულების პროცესში განმტკიცების რეჟიმთა მნიშვნელობას. ზრდა-განვითარების კვალდაკვალ ბავშვი ეუფლება რეაქციებს, რომლებსაც გარესინამდვილე განამტკიცებს ანუ განსაზღვრავს და აკონტროლებს. ბავშვი ხდება დამოუკიდებელი იმის წყალობით, რომ სათავისოდ გაკეთებულმა მისმა მოქმედებებმა (მაგ., ჭამამ, ტანზე ჩაცმამ) განმტკიცება განიცადა. ბავშვი ამ მოქმედებათა დასრულებისთანავე იღებს განმტკიცებას ნივთიერი წახალისების სახით, როგორცაა გემრიელი საჭმელი ან კიდევ. სოციალური მოწონების – შექების სახით. როდესაც ბავშვს დაკმაყოფილების გარკვეული დროით გადავადებას აწაველიან, და ამით ნებისყოფას, შორეული მოტივებით მოქმედების უნარს უყრიან საფუძველს, თავიდან გადავადების მოთმენა შედარებით ხანმოკლე პერიოდს მოიცავს, ხოლო შემდეგ თანდათანობით ხანგრძლივდება. გარკვეული დროის შემდეგ შესაბამისი ქცევა სტაბილიზირდება და უკვე შეიძლება ითქვას, რომ ბავშვმა დაკმაყოფილების გადავადების უნარი შეიმუშავა.

შესაძლებელია ქვეყნის იმიტირება პირდაპირი განმტკიცების გარეშე. ეს არ ეწინააღმდეგება განმტკიცების ზოგად კანონებს: მიბაძვის საშუალებით ქვეყნის დაუფლება მოხდება მხოლოდ იმ შემთხვევაში, თუ მიბაძვა მანამადე არაერთხელ ყოფილა განმტკიცებული; გენერალიზაციის მეშვეობით თერთონ მიბაძვა იძენს განმტკიცების თვისებას. თუ აღრე ბავშვს წახალისებდნენ გარკვეულ რეაქციათა იმიტირებისთვის, ახლანის საკუთრივ მიბაძვის გამო წახალისდება და ამის შედეგად, იმიტირების რეაქციების მიმართ ზოგადი მიდრეკილება უყალიბდება.

ამრიგად, სკინერის თანახმად, ახალი ქვეყნის დაუფლება შესაძლებელია ნაბიჯ-ნაბიჯ ან მიბაძვის პროცესში რეაქციათა რეპერტუარის გაყვარებით მოხდეს. ორივე შემთხვევაში ქვევაზე კონტროლს ახორციელებს გარემო, რომელიც ბავშვს თანმიმდევრულ განმტკიცებებს აწვდის.

### *ფსიქოპათოლოგია*

სწავლის თეორიის პოზიცია ფსიქოპათოლოგიასთან მიმართებით ასე გამოიხატება: სწავლის ძირითადი პრინციპები ფსიქოპათოლოგიის ადექვატური ინტერპრეტირებისთვის სრულიად საკმარისია და არაფერი გვაიძულებს სიმპტომები ფარული სიდრმისეული მიზეზებით ავხსნათ. ბიპევიორისტული თვალსაზრისის თანახმად, ქვეყნის პათოლოგია არ არის დაავადება.

სკინერი და მისი მიმდევრები კატეგორიულად ეწინააღმდეგებიან არაცნობიერის ან “ავადმყოფი პიროვნების” ნებისმიერ კონცეფციას. ინდივიდი არ არის აკად, იგი უბრალოდ სტიმულებზე არასწორად რეაგირებს; მან ვერ მოახერხა დაუფლებოდა სწორ და საჭირო რეაქციას ან იგი “კარგად დაეუფლა”

არასასურველ, არაადაპტურ რეაქციას. პირველ შემთხვევაში ლაპარაკია **ჰსაჰით დეჰისიბაზა**: ინდივიდი არაადეკვატურად იქცევა საზოგადოებაში, რადგანაც წარსულში ვერ მიიღო სათანადო განმტკიცება და ამის გამო მას საჭირო სოციალური უნარ-ჩვევები არ შეუქმუშავდა. განმტკიცება სჭირდება არა მხოლოდ რეაქციათა დაუფლებას, არამედ სათანადო ქცევის შენარჩუნებასაც. მაგალითად, გარემოს მხრიდან განმტკიცების არქონის ერთერთი შედეგია დეპრესია. დეპრესია ქცევის დაქვეითება, კერძოდ რეაგირების დონის დაქვეითებაა. ადამიანი, რომელიც დეპრესიას განიცდის, არ რეაგირებს გარემოს სტიმულებზე, რადგანაც მას დაღვებითი განმტკიცება მოაკლდა ან გაუქრა.

**არაადაპტური რეაქციის** დასწავლისას პრობლემა იმაშია, რომ ხდება იმ რეაქციის ათვისება, რომელიც საზოგადოებისთვის, გარშემომყოფი ადამიანებისთვის მიუღებელია. შესაძლებელია თვითონ რეაქცია იყოს მიუღებელი (მაგ., აგრესიული ქცევა) ან რეაქცია გამოკლინდეს შეუსატყვის სიტუაციაში (მაგ., მხიარულება საქმიანი შეხვედრის დროს). ერთი სიტყვით, მცდარი (“არასწორი”) ქცევის რეპერტუარი, რომელსაც გარშემომყოფნი “აჟადმყოფურ” ქცევას ან “ფსიქოპათოლოგიას” უწოდებენ, ადამიანს უყალიბდება შემდეგ მიზეზთა გამო: ა) მისმა ადაპტურმა ქცევამ არ განიცადა განმტკიცება, ბ) მას სჯიდნენ იმ მოქმედებებისთვის, რომლებიც თურმე ადაპტური ყოფილა, გ) ის განმტკიცებას იღებდა არაადაპტური ქცევისთვის, დ) განმტკიცებას ღებულადა შეუსაბამო ვითარებაში ისეთი ქცევისთვის, რომელიც სხვა ვითარებაში სავსებით ადეკვატური იქნებოდა. ყველა ამ შემთხვევაში, მეცნიერული აქცენტი კეთდება გარეგან, ხილულ რეაქციებზე და განმტკიცების რეჟიმებზე, და არა ისეთ ცნებებზე, როგორიცაა ლტოლვა, კონფლიქტი, არაცნობიერი ან თვითშეფასება.

## ქვევითი დიაგნოსტიკირება

სიტუაციასთან დაკავშირებულ კონკრეტულ მოქმედებათა შესწავლა უდევს საფუძვლად იმას, რასაც **სხვათით დიაგნოსტიკა** ეწოდა. სკინერის ძლიერი გავლენით, დიაგნოსტიკირებისადმი ბიჰევიორისტული მიდგომა ითხოვს დადგინდეს: 1. სპეციფიკური მოქმედებები, რასაც **მიწოდებები მოქმედებები** ან **მიწოდებები რაბა-სიანი** ეწოდება; 2. გარემოს სპეციფიკური ფაქტორები, რომლებიც იწვევს მიზნობრივ ქცევას, განამტკიცებს მას ან სიგნალს იძლევა მისი განხორციელებისთვის; 3. გარემოს სპეციფიკური ის ფაქტორები, რითაც შეიძლება მანიპულირება, რათა ქცევა შეიცვალოს.

ნიმუშად ავიღოთ ბავშვისთვის დამახასიათებელი რისხვის შეტევების ანალიზი. იგი უნდა შეიცავდეს ბავშვის ბრაზიანი ქცევის მკაფიო, ობიექტურ შეფასებას, ამგვარი ქცევის გამომწვევი სიტუაციის დეტალურ აღწერას, მშობლების და იმ ადამიანთა ქცევის სრულ აღწერას, ვისაც შეუძლია განამტკიცოს ამგვარი ქცევა. ქცევის ასეთი **უწყობილო ანალიზის** ამოცანაა გარემოს იმ პირობების დადგენა, რომლებიც არეგულირებს ქცევას. ქცევა კი გარემოში მომხდარ მოვლენათა ფუნქციად განიხილება. ამ მიდგომას **ABC-დიაგნოსტიკა** ეწოდება (ABC – აბრევიატურაა, რომელიც წარმოიქმნა საწყისი ასოებიდან **A-წინაპირობა, B-ქცევა, C-შედეგები: Antecedent, Behavior, Consequences**)

ქცევითი დიაგნოსტიკირება, ჩვეულებრივ, მჭიდრო კავშირშია თერაპიის ამოცანებთან. განვიხილოთ ამოცანა – როგორ დავეხმაროთ დედას, რომელმაც კლინიკას მიმართა, რადგან თავისი ოთხი წლის ვაჟის რისხვის შეტევებს ვეღარ უმკლავდება. ფსიქოლოგებმა, რომლებმაც ამ საქმეს მოკიდეს ხელი, დიაგნოსტიკირებისა და მკურნალობის ტიპური ბიჰევიორისტული

მიდგომა გამოიყენეს. თავდაპირველად, ჩატარდა ბავშუხე და დედაზე დაკვირვება მათსავე სახლში, რათა განესაზღვრათ მიუღებელი ქცევის სახე, რა დროს ხდება რისხვის ეს შეტევები და რა ტიპის განმტკიცება უწყობს ხელს ამგვარ ქცევას. დადგინდა ბავშვის მიუღებელი ქცევის “ნაკრები”: 1. კბენს საკუთარ სახელოს ან ხელს; 2. ადამიანებს უყოფს ენას; 3. სცემს ან კბენს საკუთარ თავს, სხვებს, ნივთებს; 4. საგნებს და ადამიანებს ცუდ სიტყვებს უწოდებს; 5. ტანზე არ იჩერებს ან იმუქრება, რომ შემოიხეეს ტანსაცმელს; 6. ყვირის “არა!”, ხმამაღლა და კატეგორიულად; 7. იმუქრება, რომ რაღაცას დაამტვრევს ან ვინმეს სცემს; 8. ისვრის ნივთებს; 9. ხელს კრავს საკუთარ დას.

დედა-შვილის ურთიერთობაზე დაკვირვებამ გააჩინა ეჭვი, რომ ბავშვის ასეთ უსაქციელობას დედის ყურადღება განამტკიცებდა. ასეთ დროს დედა ცდილობდა ბავშვის სხვა რამეზე “გადართვას” იმით, რომ საყვარელ სათამაშოებს ან გემრიელ საჭმელს სთავაზობდა და, ფაქობრივად, შვილს აქეზებდა.

თერაპიული პროგრამა იწყებოდა ქცევითი ანალიზით თუ რაოდენ ხშირად ასრულებდა ბავშვი რომელიმე ამ მიუღებელ მოქმედებას მის სახლში მიმდინარე რამდენიმესაათიანი ყოველდღიური სეანსის დროს. პირველი ფაზა, რომელსაც *საბაზო პერიოდი* ეწოდებოდა, 16 საათი გრძელდებოდა. ამ პერიოდის განმავლობაში დედა-შვილი მათთვის ჩვეული წესით იქცეოდა. მიუღებელი ქცევის დიაგნოსტიკის შემდეგ, რაც ამ პერიოდში მოხდა, ფსიქოლოგებმა დაიწყეს პროცესში ჩარევა ანუ თერაპიულ პროგრამას შეუდგინენ. ახლა უკვე დედას თხოვდნენ ებრძანა შვილისთვის შეეწყვიტა უმისგავსობა ან მარტო დაეტოვებინა ოთახში სათამაშოების გარეშე, როდესაც ის თავისებურად “გაუტყვდა”. ამასთანავე, დედას ურჩიეს გამოეჩინა შვილისადმი ყურადღება და გამოეხატა მოწონება, როდეს



საც ის კარგად იქცეოდა. ამით ფსიქოლოგები ცდილობდნენ არ დაეშვათ მიუღებელი ქცევის განმტკიცება და სასურველი ქცევის პოზიტიური განმტკიცება უსრუნველყოთ. ამ პერიოდის განმავლობაში, რასაც *პირველი ექსპერიმენტული პერიოდი* ეწოდა, კვლავ გაიზომა მიუღებელ ქცევათა სიხშირე და დაფიქსირდა მისი კლება.

პირველი ექსპერიმენტული პერიოდის დასრულების შემდეგ დედას სთხოვეს ისევ მიბრუნებოდა თავის ძველ ქცევას, რათა შეემოწმებინათ, რომ მართლაც მისმა განმამტკიცებელმა ზემოქმედებამ გამოიწვია შვილის ქცევაში ეს ცვლილებები. *მეორე საბაზო პერიოდის* განმავლობაში შვილის არასასურველმა რეაქციებმა ისევ იმატა, მაგრამ პირველ საბაზო დონემდე არ ასულა. მეორე დედას ისევ სთხოვეს სასურველი ქცევის პოზიტიურ განმტკიცებას და მიუღებელი ქცევის არ-განმტკიცებას დაბრუნებოდა. ამის შედეგად არასასურველ რეაქციათა სიხშირემ ისევ იკლო (მეორე ექსპერიმენტული პერიოდი). აღმოჩნდა, რომ მიუღებელ მოქმედებათა დაბალი დონე შენარჩუნდა 24-დღიანი ინტერვალის შემდეგ (შემდგომმოქმედების პერიოდი) და დედამ აღნიშნა, რომ დადებითი ძვრები კვლავაც გრძელდებოდა.

### *ქცევის ცვლილება*

ქცევის დასარეგულირებლად ოპერანტული განპირობების პრინციპების გამოყენების ნიმუშია ე.წ. „*შაბონარი აპოროშია*“. ეტონური ეკონომიკის პირობებში “ქცევის ტექნოლოგი” ეტონებით აჯილდოვებს პაციენტებს სასურველად მიჩნეული სხვადასხვა ქცევისთვის. პაციენტებს შეუძლიათ ამ ეტონების გადაცემა ისეთ პროდუქტებზე, როგორცაა ტკბილეული, თამბაქო, ჭურნალები და სხვ. ასე შეიძლება პაციენტის წახალისება სასადილოში მორიგეობისთვის ან იატაკის მორეცხვისთვის.

მკაცრად რეგლამენტირებულ გარემოში, როგორცაა მუნიციპალური ფსიქიატრიული სააქადემიუფო ქრონიკულად დაავადებულთათვის. იქ მყოფ ადამიანთა ყველა საჭიროებათა დაკმაყოფილება შეგვიძლია დავეუქავშიროთ იმას, თუ რამდენად შეასრულებენ ექიმებისა და აღმინისტრაციისთვის სასურველ ქცევას. ეტონების სისტემა გამოიყენება სოციალური ურთიერთქმედებების გასაუმჯობესებლად და, განსაკუთრებით, თვითმომსახურების ქცევის სტიმულირებისთვის არა მხოლოდ ფსიქიკის ღრმა დარღვევების მქონე პაციენტებთან, არამედ დელინკენტურ მოზარდებთან, აგრესიულ და აუტისტ ბავშვებთან, დახურული და ნახევრად დახურული ტიპის ორგანიზაციებში, როგორცაა ციხე, ინტერნატი, თაყშესაფარი.

ამრიგად, სკინერის მიდგომა ფოკუსირდება იმაზე, თუ როგორ ზემოქმედებს გარემო ადამიანზე და არა იმაზე, თუ როგორ ზემოქმედებს ადამიანი გარემოზე. ამ მიდგომის წიაღში წარმოშვა სოციალურ ინჟინერთა ჯგუფი, რომლებმაც გარემოს გარდაქმნას მოჰქიდაეს ხელი. ჯერ კიდევ უოტსონი ფიქრობდა, რომ გარემოს კონტროლით და მართვით იგი შეძლებდა ექცია ბავშვი სპეციალისტად ცოდნის ნებისმიერ დარგში. სკინერის იდეებით შთაგონებულმა სოციალურმა ინჟინრებმა კიდევ ერთი ნაბიჯით წაიწიეს წინ: ეტონების სისტემის და, აგრეთვე, სკინერიანული პრინციპით აგებული კომუნების მაგალითებიდან ჩანს, რომ არსებობს ინტერესი იმგვარი გარემოს დაგეგმარებისადმი, რომელსაც ადამიანის მოქმედებათა ფართო სპექტრის გაკონტროლება შეეძლება.

### თეორია “სტიმული-რეაქცია”: ჰალი, ღოლარდი და მილერი

თეორია “სტიმული-რეაქცია” მრავალი მეცნიერის მიერ იქმნებოდა. მათგან განსაკუთრებით გამოირჩეოდა სამი ფიგურა. პირველმა, კლარკ ჰალმა დიდი ძალისხმევა დახარჯა, რა-

თა სწავლის ყოველისმომცველი სისტემატური, ფორმალიზებული, მათემატიკური ენით გამოხატული თეორია შეექმნა; დანარჩენმა ორმა – ჯონ დოლარდმა და ნილ მილერმა სახელი გაითქვეს თავისი მცდელობით ფრთხილად და პაღის თვალსაჩინო მიღწევები ერთ მთლიანობად შექერათ.

### სტრუქტურა

სკინერის ოპერანტული სწავლის თეორიის მსგავსად, “სტიმული-რეაქციის” თეორიის საკვანძო ცნება – რეაქციაა. მაშინ როცა სკინერი დიდ მნიშვნელობას არ ანიჭებდა სტიმულს, პოზიცია “სტიმული-რეაქცია” იმაში მდგომარეობს, რომ სტიმულები უკავშირდება რეაქციებს და იქმნება ბმა “სტიმული-რეაქცია”. პაღის თეორიის თანახმად, სტიმულსა და რეაქციას შორის ასოციაციას ეწოდება **ჩვევა**; პიროვნების სტრუქტურა ძირითადად შექმნილი ჩვევებისგან აიგება.

კიდევ ერთი სტრუქტურული ცნება, რასაც პაღის მიმდევრები იყენებენ, დრაივის ცნებაა. ფართო გაგებით, დრაივი განისაზღვრება როგორც შინაგანი სტიმული, მამოძრავებელი ძალა, ლტოლვა, რომელიც საკმარისად ძლიერია, რომ ქცევის აქტივაცია მოახდინოს. ინდივიდს რეაგირებას სწორედ დრაივები აიძულებს. პაღი განასხვავებს თანშობილ, **პირველად დრავებს** და შექმნილ (დასწავლილ), **მორად დრავებს**. პირველადი დრაივები, როგორიცაა ტკივილი და შიმშილი ორგანიზმის შინაგან ფიზიოლოგიურ მდგომარეობებს უკავშირდება.

მეორადი დრაივები – ეს ის დრაივებია, რომლებიც ინდივიდი იძენს პირველადი მოთხოვნილებების დაკმაყოფილებასთან ასოცირების გამო. მეტად საგულისხმო შექმნილი დრავია შფოთვა ან შიში. ტკივილის პირველად დრავზე დამყარებული შფოთვის მეორადი დრაივი სწრაფად აღმოცენდება

და საკმაოდ ძლიერია. შფოთვა სრულიად განსხვავებული მოქმედებებისკენ უბიძგებს ადამიანს და პათოლოგიურ ქცევას განაპირობებს.

### *პროცესი*

ჰალის მოდელში დიდი მნიშვნელობა პირველად და მეორად დრაივებს ანუ რეაქციათა აღმძვრელ შინაგან სტიმულებს ენიჭება. ახალი რეაქციის დაიკვიდრებას განაპირობებს დრაივის მოხსნა ან შესუსტება (რედუქცია). **ინსტრუმენტული სწავლის** დროს გამოიყენება შეძენილი რეაქციები (ჯილდო, ტკივილის მოშორება, ტკივილისგან გაქცევა) როგორც დრაივს შემასუსტებელი საშუალება.

ინსტრუმენტული სწავლის ტიპურ ექსპერიმენტში მკვლევარი დრაივის ინტენსივობით და ჯილდოს სიდიდით მანიპულირებს და აკვირდება როგორ იმოქმედებს ეს დასწავლავით. თუ, მაგალითად, მას აინტერესებს როგორ სწავლობს ვირთაგვა ლაბირინტის გავლას, შეუძლია ვირთაგვის კეპითი დეპრივაციის დრო (შიმშილის დრაივის სიდიდე) და სწორი რეაქციებისთვის საკვებით დაჯილდოვების სიდიდე ცვალოს.

თავის არიდების ინსტრუმენტული დასწავლის ექსპერიმენტებში ვირთაგვას ათავსებენ ორგანოფილებიან ყუთში: თეთრ განყოფილებას იატაკის ნაცვლად აქვს ცხაური, ხოლო შავ განყოფილებას – მყარი იატაკი. განყოფილებებს შორის კარია. ექსპერიმენტის დასაწყისში ვირთაგვები იღებენ ელექტროდარტყმებს, როდესაც თეთრ განყოფილებაში იმყოფებიან. მათ შეუძლიათ თავს უშველონ თუ შავ განყოფილებაში გაიქცევიან. ასე ყალიბდება თეთრი განყოფილების მიმართ შიშის პირობითი რეაქცია. შემდეგ ტარდება ექსპერიმენტი, შეუძლია თუ არა თეთრი განყოფილების მიმართ პირობით შიშს ახალი რეაქცია ჩამოაყა-

ლიბოს. ახლა, იმისთვის, რომ ვირთაგვამ შეძლოს შავ განყოფილებაში გადაბრუნა, მან უნდა შემოაბრუნოს პატარა ბორბალი, რომელიც თეთრ განყოფილებაშია. ბორბლის შემობრუნება ხსნის კარს შავ განყოფილებაში და ვირთაგვას გაქცევის საშუალება ეძლევა. რამდენიმე მცდელობის შემდეგ ვირთაგვა იწყებს გარკვეული სისწრაფით ბორბლის შემობრუნებას. ინტერპრეტაცია ასეთია: ვირთაგვამ თეთრი განყოფილების მიმართ შიშის დრაივი შეიძინა. შიშის ეს დრაივი დენის დარტყმის გარეშეც ახდენს ვირთაგვას ქცევის აქტივირებას. ერთი განყოფილებიდან მეორეში გაქცევა გულისხმობს ახალი ინსტრუმენტული რეაქციის დაუფლებას – ბორბლის შემობრუნებას. ამ ინსტრუმენტულ სწავლას საფუძვლად უდევს თეთრი განყოფილებიდან გაღწევა და ამით შიშის დრაივის შესუსტება.

### *ზრდა და განვითარება*

მთლიანობაში, S-R თეორია იაზრებს ზრდას და განვითარებას როგორც ჩვევათა დაგროვებას. ეს ჩვევები შემდგომში იერარქიულად ან მნიშვნელობების მიხედვით ლაგდება. მილერის და დოლარდის მიერ სოციალური დასწავლის პოზიციიდან მოწოდებული განვითარების ინტერპრეტაცია ხაზს უსვამს **მიბაძვის** როლს. მიბაძვის პროცესი ქცევის კოპირების პოზიტიურ განმტკიცებას ემყარება. მაგალითად, ბიჭუნამ გაიგონა, რომ მამა სახლში ბრუნდება და მას სირბილით შეეგება, რის შემდეგ მამისგან კანფეტი მიიღო. მისი უმცროსი და უბრალოდ გაედევნა ძმას და მანაც მიიღო მამისგან კანფეტი ანუ ჯილდო დაიმსახურა ფაქტობრივად იმაში, რომ უფროსი ძმის ქცევა გაიმეორა. გენერალიზაციის პროცესის წყალობით, გოგონა ძმის სხვა მოქმედებათა იმიტირებას დაიწყებს. ამგვარი სიტუაციის ექსპერიმენტულ ვარიანტში მილერი და დოლარდი აჯილდოებდნენ

ვირთაგვებს, როდესაც ისინი ლაბირინთში ლიდერს მისდევდნენ. ვირთაგვები სწავლობდნენ იმიტაციის რეაქციას და ეს შექმნილი რეაქცია ერთი სიტუაციიდან მეორეში გადაქონდათ.

ჰალის თეორიიდან ზრდა-განვითარების და მშობლების მიერ შვილების აღზრდის პრაქტიკის მიმართ გარკვეული დასკვნები გამომდინარეობს.

S-R თეორია აქცენტს აკეთებს იმაზე, რომ პიროვნული ნიშნები, რომლებიც სხვა არაფერია თუ არა ბმები “სტიმულ-რეაქცია”, მშობელთა ანდა ბავშვისთვის მნიშვნელოვან ადამიანთა მხრიდან დასჯა-წახალისებით ყალიბდება. მაგალითად, “ბავშვის სინდისიერების მაღალი დონე” მიიღწევა აღზრდის იმგვარი რეჟიმის პირობებში, როდესაც, თბილი და მოსიყვარულე დედა, როგორც სააღზრდელი ხერხს, მიმართავს მუქარას, რომ არ ეყვარება შვილი, რომელიც “ცუდად იქცევა”.

### *ფსიქოპათოლოგია*

დიდარდი და მილერი იყენებენ პირველთაგანი, ვინც სწავლის თეორიის პრინციპები პიროვნების ფენომენებს ზოგადად და, კონკრეტულად, პათოლოგიურ ქცევას დაუკავშირა. ამისთვის მათ გამოიყენეს შემდეგი ცნებები: დრაივი, ქცევის აღმწერელ დრაივთა კონფლიქტი, შფოთვა და განმტკიცება შფოთვის შემცირების მეშვეობით.

განვითარების მსვლელობაში ბავშვმა უნდა ისწავლოს როგორ მოუქმებოს საკუთარ დრაივებს სოციალურად მისაღები გამოსავალი. ამ მხრივ კრიტიკული მნიშვნელობისაა სიტუაციები: კვება, სისუფთავის ჩვევის გამომუშავება, სექსუალური და აგრესიული ქცევა. ასაკის მატებასთან ერთად ბავშვმა შეიძლება დააპიროს გარკვეული დრაივების გამოხატვა, მაგრამ მშობლებმა ამისთვის დასაჯონ. დასჯის შედეგია გარკვეულ

სტიმულთა მიმართ შიშის დრავის შექმნა. დასჯასთან ასოცირებული ტკივილის გამო ბავშვს შეიძლება გაუნდეს არაერთი ნეიტრალური სტიმულის და სიტუაციის მიმართ შიში. ასევე დაისწავლება შიშის დრავის დამაქვეითებელი რეაქციები, მაგალითად, დანაშაულის განცდა და თავის არიდების ქცევა.

**კონფლიქტის ტიპები** პათოლოგიური ქცევის თავისი ანალიზისთვის მიღერმა და დოლარდმა გამოიყენეს გადაწყვეტილების მიღების დროს წარმოქმნილი კონფლიქტის სახეები – მიახლოება-მიახლოება, გარიდება-გარიდება და მიახლოება-გარიდება. კონფლიქტის არსი, მარტივად რომ ითქვას, ადამიანისთვის ერთდროულად ორი საპირისპირო მიმართულებით სკლის შეუძლებლობაში მდგომარეობს: ალტერნატივის წინაშე მდგარი ინდივიდი ყოველთვის კონფლიქტის მდგომარეობაში აღმოჩნდება.

განვითარების პროცესში ერთმა და იმავე სტიმულმა შეიძლება როგორც მისკენ სწრაფვის ანუ მასთან მიახლოების, ისე მისგან თავის არიდების რეაქცია გამოიწვიოს. ასეთ შემთხვევაში ინდივიდი განიცდის **მიახლოება-გარიდება** კონფლიქტს. მაგალითად, ვაჟს შეიძლება მოსწონდეს გოგონა და, ამასთანავე, ეშინოდეს მასთან მიახლოება; ან კიდევ, კაცს სურდეს, მაგრამ ეშინოდეს ბრაზის გამოხატვა, რადგან წარსულში იგი ამისთვის არაერთხელ დასჯილა. ცხოვრებაში ასეთი კონფლიქტი უამრავია.

ორ დრავის შორის **მიახლოება-გარიდება** კონფლიქტი – ნევროტული ქცევის არსებითი კომპონენტია. კონფლიქტისა და წარმოქმნილი შფოთვის გამო ინდივიდს უყალიბდება ნევროტული სიმპტომი, რომელიც აქვეითებს შფოთვას და კონფლიქტის წინებს ამსუბუქებს.

**მიახლოება-მიახლოების** კონფლიქტის დროს ადამიანი ორ სასურველ ალტერნატივას შორის “იხლინება” – შემოთავაზე-

ბული ორი მაღალანაზღაურებადი სამსახურიდან რომელი აირჩიოს?

*გარიდება-გარიდების* კონფლიქტის დროს ინდივიდი ორ არასასიამოვნო ალტერნატივას შორის, ანუ „ორ ცუცხლს შუა“ – გაეყაროს მეუღლეს თუ დარჩეს მასთან და მძიმე სიტუაციაში იცხოვროს, აღიაროს დანაშაული მშობელთან და დაისაჯოს თუ არ აღიაროს და სინდისის ქენჯნით დაიტანჯოს? დროულად არგადაიჭრილი ეს კონფლიქტები ინდივიდის ნეუროტიზაციის მიზეზებად იქცევა.

დოლარდის და მილერის წიგნი “ფსიქოლოგია და ფსიქოთერაპია” არაერთ შთაბეჭდავ მაგალითს შეიცავს თუ როგორ შეიძლება სხვადასხვა ფსიქონალიტიკური ცნების ინსტრუმენტული S-R თეორიის თვალსაზრისით გააზრება. მაგრამ, ვერც დოლარდმა და მილერმა, ვერც S-R მიდგომის სხვა მიმდევრებმა ვერ შეიმუშავეს პიროვნების ქცევის შეცვლის ახალი მეთოდები.

### სწავლის თეორიები: შეფასება

სწავლის თეორიამ პიროვნების თეორიულ და პრაქტიკულ კვლევაში მნიშვნელოვანი წვლილი შეიტანა. განსაკუთრებით აღსანიშნავია: 1. სისტემატური კვლევისა და თეორიისადმი ერთგულება, 2. ქცევის დეტერმინაციაში სიტუაციური ცვლადებისა და გარემოს პარამეტრების როლის აღიარება და კვლევა, და 3. თერაპიისადმი პრაგმატული მიდგომა, რასაც ქცევის მოდიფიკაციის ახალი პროცედურების შემუშავება მოჰყვა ისეთ მძიმე პაციენტთა დასახმარებლად, როგორებიც არიან ფსიქოზით ქრონიკულად დაავადებულები, აუტისტი ბავშვები, გონებრივად ჩამორჩენილები, ნარკომანები.

სწავლის თეორიას მთავარ ნაკლად უთელიან იმას, რომ ობიექტურობითა და მეცნიერული სიმკაცრით გატაცებას პი-



როვნების გამარტივებული გაგება და მნიშვნელოვან ფენომენთა უზულებელყოფა მოჰყვა. გარკვეული ეჭვი გამოითქვა ქცევითი თერაპიის მიმართაც, კერძოდ, მისი წარმატებული შედეგები რამდენად გენერალიზდება ანუ ვრცელდება ერთი სიტუაციიდან მეორეზე და ერთი რეაქციიდან მეორეზე გადადის.

გასული საუკუნის მეორე ნახევარში ბიპევიორისტული თეორიების გავლენა მნიშვნელოვნად შეამცირა ორმა ფაქტორმა: 1. ფსიქოგენეტიკაში ჩატარებულმა ახალმა კვლევებმა პრინციპულად დაასუსტა ბიპევიორისტების თეზისი პიროვნების ჩამოყალიბებაში გარემოს ფაქტორთა გადაამწყვეტი როლის შესახებ და 2. მსოფლიოში “კომპიუტერულ რევოლუციას” კოგნიტური რევოლუცია მოჰყვა ფსიქოლოგიაში და “ცხელ თემად” ინფორმაციის გადამუშავება აქცია. ამით ფსიქოლოგიური კვლევის მაგისტრალური მიმართულება ძირეულად შეიცვალა.

## ძირითადი ცნებები

სიტუაციური სპეციფიკურობა – აქცენტირება იმისა, რომ ქცევა დამოკიდებულია სიტუაციაზე, იცვლება სიტუაციის გაფლენით და თუკი ინდივიდი თავის ქცევაში თანამიმდევრულია, ეს იმიტომ, რომ ერთგვაროვანია სიტუაციები, რაშიც ის მოქმედებს.

ბიპევიორიზმი – მიმართულება ფსიქოლოგიაში, რომელიც კვლევის სფეროს დაკვირვებისადმი ხელმისაწვდომი, ღიად გამოკლენილი ქცევით შემოსაზღვრავს.

კლასიკური განპირობება – პროცესი, რომლის მეშვეობით მანამდე ნეიტრალური სტიმული იწვევს რეაქციას იმის გამო, რომ ასოციაციურად დაუკავშირდა სტიმულს, რომელიც ავტომატურად იგივე, ან მსგავს რეაქციას წარმოქმნის.

პირობითი ემოციური რეაქცია – მანამდე ნეიტრალურ სტიმულზე ემოციური რეაქციის შემუშავება.

ოპერანტული განპირობება – პროცესი, რომლის მეშვეობით რეაქციათა რაგვარობას ამ რეაქციათა შედეგები განსაზღვრავს.

ქცევითი დეფიციტი – ადამიანის მიერ ადაპტური ქცევის აუთვისებლობის შედეგი.

არაადაპტური რეაქცია – ადაპტაციის ხელშემშლელი ან გარშემომყოფ ადამიანთათვის მიუღებელი რეაქცია.

ჩვევა – სტიმულსა და რეაქციას შორის ასოციაციური კავშირი.

ინსტრუმენტული დასწავლა – რეაქციის დაუფლება, რომელიც საშუალებაა (ინსტრუმენტია) სასურველი ვითარების მისაღწევად.

მიახლოება-გარიდების კონფლიქტი – ობიექტისადმი სწრაფვისა და მისგან თავის არიდების საპირისპირო დრაივების ერთდროული არსებობა.

## ძირითადი დებულებები

1. სწავლის თეორიამ პიროვნებისადმი ადეკვატურ მიდგომას წაუყენა შემდეგი მოთხოვნები: მკაფიოდ ჩამოყალიბებული პიპოთეზების შემოწმება; ქცევის სიტუაციური სპეციფიკურობის აქცენტირება, ქცევის შესაცვლელად სწავლის პრინციპების გამოყენება და უარის თქმა ფსიქოპათოლოგიის სამედიცინო მოდელზე.
2. კლასიკური განპირობების შესახებ პავლოვის შრომებში ნაჩვენებია როგორ შეიძლება მანამდე ნეიტრალური სტიმული რეაქციის გამომწვევ სტიმულად იქცეს, რადგანაც ის დროში თანხვედრის გამო დაუკავშირდა სტიმულს, რომელიც ავტომატურად იგივე ან მსგავს რეაქციას იწვევს.

3. კლასიკური განპირობების თეორია ვარაუდობს, რომ ქცევის არაერთი პათოლოგიური ფორმა შეუსატყვის სტიმილებზე პირობითი რეაქციაა.
4. ტერმინები ბიჰევიორალური (ქცევითი) თერაპია და ქცევის მოდიფიცირება ხშირად სინონიმებად გამოიყენება. მათში იგულისხმება სასურველი ქცევის სიხშირის მატების და არასასურველი ქცევის სიხშირის კლების მიზნით დასწავლის პრინციპების მეთოდური გამოყენება.
5. სკინერმა ოპერანტიული განპირობების პრინციპები დაადგინა. მისი ყურადღების ცენტრში მოექცა სპონტანური რეაქციები, ანუ ორგანიზმის მიერ განხორციელებული მოქმედებები (ოპერანტები) და განმტკიცების რეჟიმები. რომლებიც ქცევას აყალიბებს. რთული ქცევა საბოლოო მიზანთან ეტაპობრივი მიახლოებით ყალიბდება.
6. ფსიქოპათოლოგიაში სკინერმა ქცევითი დეფიციტები და არაადაპტური რეაქციები გამოყო.
7. პიროვნებისადმი სწავლის თეორიის განსხვავებული მიდგომები ერთიანი ფრონტით გამოდიან და პიროვნების ტრადიციულ თეორიებს უპირისპირდებიან იმით, რომ ხაზს უსვამენ სწავლის ზოგადი კანონების როლს და, აგრეთვე იმას, რომ ქცევის სპეციფიკურობა სიტუაციაზე დამოკიდებულია.
8. სწავლის ბიჰევიორისტული თეორიის თანახმად პათოლოგია არასწორი ქცევისა და არასასურველი ჩვევების გამოვლინებაა.
9. თერაპიისადმი სწავლის თეორიების პრაგმატულმა მიდგომამ ქცევის ცვლილების ახალი მეთოდოლოგიის შექმნას შეუწყო ხელი.
10. სწავლის თეორიები პიროვნების გამარტივებულ სურათს გვთავაზობს.

## თავი VIII

### პროვზნების ჯოგნიტური თეორია: პირად ჯონსტრუქტთა თეორია, რომლის ავტორია ჯორჯ ჯალი

წინა თავებში გავეცანით პაციენტებთან კლინიკურ კონტაქტში შობილ პიროვნების ორ თეორიას – ფროიდის ფსიქოდინამიკურ თეორიას და როჯერსის ფენომენოლოგიურ თეორიას. ეს თეორიები განსხვავებულ მიდგომებს განეკუთვნება, მაგრამ ორივე ინდივიდუალურ სხვაობებზე ამახვილებს ყურადღებას და ადამიანს მთლიანობით სისტემად განიხილავს. მესამე თეორია, რომელიც პიროვნებისადმი ასევე კლინიკურ მიდგომას განეკუთვნება, პირად კონსტრუქტთა თეორიაა. ამ თეორიის ამოსავალი დებულებაა ის, რომ არ არსებობს არც ობიექტური რეალობა და არც აბსოლუტური ჭეშმარიტება; არსებობს მხოლოდ მოვლენათა კოგნიტური კონსტრუქციების ალტერნატიული ხერხები. თეორიას ძირითადად აინტერესებს ცალკეული ადამიანი, ინდივიდი და არა მისი რომელიმე კომპონენტი, არა ადამიანთა გარკვეული ჯგუფი ან კიდევ ადამიანის მთლიანი ქცევიდან ამოგლეჯილი რაიმე კონკრეტული პროცესი. კლინიცისტი, რომელიც იზიარებს პირად კონსტრუქტთა თეორიას, არ “ანაწევრებს” კლიენტს და მისი პრობლემა ერთადერთ თემაზე არ დაჰყავს. პირიქით, ცდილობს პაციენტი ერთდროულად სხვადასხვა კუთხით შეისწავლოს.

პირად კონსტრუქტთა კელის თეორიაში ქცევა განხილული და ახსნილია კოგნიტური ტერმინოლოგიით ანუ ყურადღების ველშია ადამიანის მიერ მოვლენათა აღქმის ხერხები, უკვე

არსებული ცოდნით მოვლენათა ინტერპრეტაცია და ამ ინტერპრეტაციის საფუძველზე მოქმედების საშუალებები. კელის თანახმად, **კონსტრუქტი** მოვლენათა აღქმის და ინტერპრეტირების ხერხია. მაგ., “კარგი-ცუდი” კონსტრუქტია და მოვლენათა განხილვისას ძალზე ხშირად გამოიყენება. ადამიანის კონსტრუქტთა პირადი სისტემა მის ხელთ არსებულ კონსტრუქტებისგან ანუ მოვლენათა ინტერპრეტირების ხერხებისგან და ამ კონსტრუქტთა შორის კავშირებისგან შედგება.

ამრიგად, კელის თეორია – კონსტრუქტივისტული თეორიაა, რადგან მასში ხაზგასმულია, რომ გარესამყაროს სურათი ადამიანის მიერვეა შექმნილი. თვითონ კელი კი თავის თვალსაზრისს **კონსტრუქტიულ ალბერტაიზმს** უწოდებს.

## ხალის შეხედულებები ადამიანის რაობაზე და პიროვნების აგებულებაზე

პიროვნების ყველა თეორია, აშკარად ან ფარულად, ადამიანის რაობაზე გარკვეულ შეხედულებას ემყარება. კელისთან ეს შეხედულება ექსპლიციტურებულია ანუ ღიად არის გაცხადებული: ადამიანი თავისი ბუნებით მკელევარი-მეცნიერია. მეცნიერი ისწრაფვის იწინასწარმეტყველოს და მართოს (აკონტროლოს) მოვლენები. მეცნიერ-ფსიქოლოგები ცდილობენ მოვლენათა პროგნოზირებას, მაგრამ ვერ აცნობიერებენ, რომ მათი ცდისპირებიც ანალოგიურად იქცევიან. მეცნიერები ქმნიან თეორიებს, ამოწმებენ ჰიპოთეზებს, ექსპერიმენტულ საბუთებს წონიან. კელი ფიქრობს, რომ ნებისმიერი ადამიანი გარკვეულ მოვლენათა შემოქმედებას განიცდის, ყურადღებას აქცევს ამ მოვლენათა შორის მსგავსებას და განსხვავებას, იყალიბებს ცნებებს ანუ კონსტრუქტებს, რათა მოვლენები მოაწესრიგოს და ამ კონსტრუქტთა მეშვეობით განჭვრიტოს მომავალი. სწო-

რედ ამ აზრით არის ყოველი ადამიანი მკვლევარი და მეცნიერი. შეხედულებას ადამიანზე, როგორც მკვლევარზე რამდენიმე მნიშვნელოვანი დასკვნა მოსდევს. ჯერ-ერთი, იგულისხმება, რომ ჩვენ, ადამიანები, მომაკაღზე ვართ ორიენტირებულნი; მეორე – გარემოზე უშუალოდ არ ვრეაგირებთ: ვახდენთ გარემოს რეპრეზენტირებას ანუ მას ჯერ გონებაში წარმოვიდგენთ და მხოლოდ ამის შემდეგ ვრეაგირებთ; მეცნიერთა მსგავსად, ჩვენც შეგვიძლია მოვლენათა ალტერნატიული გააზრება ანუ საკუთარი გარემოს ინტერპრეტირება-რეინტერპრეტირება, მისი კონსტრუირება და რეკონსტრუირება. ცხოვრება – რეპრეზენტაციაა, რეალობის კოგნიტური კონსტრუირებაა და სწორედ ამიტომ საკუთარი რაობის შექმნა და გარდაქმნა შეგვიძლია.

ზოგიერთ ადამიანს აქვს უნარი ცხოვრებას სხვადასხვა კუთხით შეხედოს, სხვა კი ერთხელ ჩამოყალიბებულ ინტერპრეტაციას ვერ აღწევს თავს. მიუხედავად ამისა, ყველა ადამიანს მოვლენათა აღქმა მხოლოდ მის მიერ აგებულ კატეგორიათა (კონსტრუქტთა) ჩარჩოში შეუძლია. “ჩვენ ხელშია მოვლენათა ჩვენეული კონსტრუირება, მაგრამ ჩვენივე კონსტრუქტები ხელფეხს გვიბორკავს” – კელის ამ შეხედულებაში ნებისყოფის თავისუფლებისა და დეტერმინიზმის პრობლემაზე გარკვეული პასუხი იკითხება: “პირადი კონსტრუქტების სისტემა ანიჭებს ადამიანს არჩევანის თავისუფლებას, მაგრამ იგივე ეს სისტემა მის მოქმედებას ხდევარს უდებს. ეს სისტემა ადამიანს ანიჭებს თავისუფლებას იმით, რომ საშუალებას აძლევს მოვლენათა მნიშვნელობებთან იქონიოს საქმე და უმწეოდ არ დაემორჩილოს ამ მოვლენებს, ხოლო შესუდევები კი იმაშია, რომ ადამიანმა არჩევანი უნდა მოახდინოს ალტერნატივების იმ ჩარჩოებში, რაც საკუთარ თავს თვითონ დაუწესა”. . . “კონსტრუქტთა უღელი ჩვენ მიერვე დადგმული უღელია. მის გადაგდებას და მისგან

განთავისუფლებას შეეძლებოდა თუ გარემოს და მთლიანად ცხოვრების, მრავალჯერად რეინტერპრეტაციას მოეახდინოთ“.

## სტრუქტურა

საკუთარი სტრუქტურული ცნება, რითაც კელი აღწერს ადამიანს როგორც მკვლევარს – კონსტრუქტის ცნებაა. კონსტრუქტი სამყაროს კონსტრუირების ანუ ინტერპრეტირების ხერხია. ეს არის ცნება, რასაც ინდივიდი იყენებს მოვლენათა გარკვეულ კატეგორიებში განსათავსებლად და იმისთვის, რომ ქცევის ეს თუ ის კურსი დაისახოს. ადამიანი მოვლენათა განხილვის უნარს ამ მოვლენათა პატერნებზე და რეგულარობებზე დაკვირვებით იძენს. ადამიანი განიცდის მოვლენებს, იაზრებს და აღაგებს ანუ მნიშვნელობებით აესებს. ამასთანავე ამჩნევს, რომ ზოგიერთ მოვლენას საერთო ნიშნები ახასიათებს, რაც მას სხვა დანარჩენი მოვლენისგან განასხვავებს; არჩევს მსგავსებას და კონტრასტს; ხედავს, რომ ზოგი ადამიანი მაღალია, ზოგი დაბალი, ზოგი ქალია, ზოგი – კაცი; რომ არსებობს რბილი საგნები და არსებობს მკვრივი. სწორედ მსგავსებისა და განსხვავების ეს კონსტრუირება აყალიბებს კონსტრუქტს – რომ არა კონსტრუქტები, ცხოვრება ქაოტური იქნებოდა.

კონსტრუქტის ჩამოყალიბებას სჭირდება სუბმიცირე სამი ელემენტი: ორი ელემენტი უნდა აღიქმებოდეს როგორც ერთმანეთის მსგავსი, ხოლო მესამე – როგორც ამ ორისგან განსხვავებული. ორი ელემენტის როგორც მსგავსის კონსტრუირება აყალიბებს **სპავსაჰის პოლუსს**; მესამე ელემენტთან მათი შეპირისპირება აყალიბებს კონსტრუქტის **კონტრასტის პოლუსს**. მაგალითად, თუ ვხედავთ, რომ ორი ადამიანი ყილაკას ეხმარება, ხოლო მესამე ვილაკას ურტყამს. შეიძლება შევიშაუროთ კონსტრუქტი “კეთილი-სასტიკი”, ამასთან, “კეთილი” მსგავსების პო-

ლუსს წარმოქმნის, ხოლო “სასტიკი” – კონტრასტის პოლუსს. კელი დიდ მნიშვნელობას ანიჭებდა იმას, რომ კონსტრუქტი მსგავსება-კონტრასტის მიხედვით აიგება. ეს ნიშნავს, რომ ვერ ნაწველებით კონსტრუქტის ბუნებას თუკი მხოლოდ მსგავსების ან მხოლოდ კონტრასტის პოლუსს გამოვიყენებთ. ვერ გავიგებთ რას ნიშნავს ადამიანისთვის კონსტრუქტი “პატივისცემა”, ვიდრე არ დავადგენთ, რა მოვლენებს აკუთვნებს ადამიანი ამ კონსტრუქტს, და რას აღიქვამს როგორც მისგან მკვეთრად განსხვავებულს. საინტერესო ის არის, რომ რა კონსტრუქტიც არ უნდა გამოვიყენოს ადამიანმა სხვა ადამიანის აღსაწერად და დასახასიათებლად, პოტენციურად შესაძლებელია ამ კონსტრუქტის გამოყენება მისივე დახასიათებისთვის. ”ვერვინ უწოდებს მეორე ადამიანს გარეწარს, ამავე პარამეტრით საკუთარი თავის შეფასებაც რომ არ მოახდინოს!”- წერს კელი.

### *კონსტრუქტთა ტიპები*

კონსტრუქტები ადამიანის ყოველდღიურ მეტყველებაშია ჩაწნული. კონსტრუქტებს იყენებენ ჩვენი ნაცნობები, როდესაც თავის შესახებ რაღაცას გვიყვებიან. ზოგიერთ კონსტრუქტს იზიარებს მოცემული სოციალური ფენის ან კულტურის ყველა წარმომადგენელი და იგივე კონსტრუქტი სხვა სოციალურ ჯგუფში, ფენაში ან კულტურაში გაზიარებული არ არის.

კონსტრუქტთა სისტემებში ამგვარ განსხვავებათა არსებობა ადამიანთა შორის ურთიერთობებში სიძნელეებს განაპირობებს. ცოლ-ქმრულ წყვილებთან გავრცელებული პრობლემაა პარტნიორობა მიერ ისეთი კონსტრუქტის აქცენტირება, როგორცაა “დამნაშავე-უდანაშაულო”. როგორც წესი, ცოლიც და ქმარიც ამტკიცებს, რომ სწორედ ის არის „უდანაშაულო“ და უთანხმოებაში პარტნიორია “დამნაშავე”. თავიდან ოჯახის



კონსულტანტსაც აღიქვამენ მოსამართლედ, რომელმაც განაჩენი უნდა გამოიტანოს და არა როგორც სპეციალისტს, ვინც მოვლენებს მათ სხვა კუთხით დაინახებს და კონსტრუქტთა გადასინჯვაში დაეხმარება.

ადამიანთა ურთიერთობებში გაერცვლებული კონსტრუქტებია: “გამარჯვებული-დამარცხებული”, “თბილი-ცივი”, “ჭკვიანი-სულელი”, “მოქნილი-ხისტი” და სხვა, რომლებიც თავისი ერთგვარი აბსტრაქტულობის მიუხედავად, ჩვენი ყოველდღიური ყოფის მნიშვნელოვან მხარეებზე ღიდ გავლენას ახდენს.

კონსტრუქტები სისტემებად არის ორგანიზებული. განასხვაებენ **სანტრალურ კონსტრუქტებს**, რომლებიც განსაკუთრებულად მნიშვნელოვანია ადამიანის ქცევისთვის და მათი შეცვლით სერიოზული ცვლილებები მოხდება კონსტრუქტთა მთელ სისტემაში, და **პერიფერიულ კონსტრუქტებს**, რომლებიც ნაკლებად ეხება ადამიანის ქცევის საფუძვლებს და მათი შეცვლა ცენტრალური სტრუქტურის სერიოზული მოდიფიკაციის გარეშეა შესაძლებელი.

სისტემის შიგნით კონსტრუქტები იერარქიულად არის ორგანიზებული. **წამყვანი** კონსტრუქტი რთავს თავის კონტექსტში სხვა კონსტრუქტებს, ხოლო **დაქვემდებარებული** კონსტრუქტი კი სხვა, წამყვანი კონსტრუქტის კონტექსტშია ჩართული. მაგ., კონსტრუქტი “ჭკვიანი-სულელი” და “ლამაზი-უმწიო” შეიძლება წამყვანი კონსტრუქტის “კარგი-ცულის” მიმართ დაქვემდებარებული კონსტრუქტები იყოს.

რაკი კონსტრუქტები სისტემებად არის გაერთიანებული, ცვლილება ერთ ასპექტში გამოიწვევს ცვლილებას სისტემის დანარჩენ ნაწილებში. საერთოდ, კონსტრუქტების სისტემა ისეა აწყობილი, რომ რაც შეიძლება ნაკლები იყოს კონსტრუქტებს შორის შეუთავსებლობა და შეუთანხმებლობა ანუ კონსტრუქტთა სისტემა იყოს მწყობრი. მაგრამ, სისტემის ზოგიერთი კონს-

ტრუქტი შეიძლება კონფლიქტურ მიმართებაში იყოს სხვა კონსტრუქტებთან. კონსტრუქტთა სისტემის გაუმართაობა ქცევის გადაწყვეტილების მიღების დროს გარკვეულ სიძნელეებს უქმნის ადამიანს.

ამრიგად, პიროვნება საკუთარ კონსტრუქტთა სისტემაში ინდივიდი კონსტრუქტებს გარესამყაროს ინტერპრეტაციისა და მოვლენათა განჭვრეტის მიზნით იყენებს. ადამიანის მიერ გამოყენებული კონსტრუქტები მის სამყაროს განსაზღვრავს.

ადამიანები განსხვავდებიან როგორც თავის კონსტრუქტთა შინაარსით, ისე სისტემებად მათი ორგანიზებით; ასევე, გამოყენებულ კონსტრუქტთა სახეების, მათთვის ხელმისაწვდომი კონსტრუქტების რაოდენობით, კონსტრუქტთა სისტემის სირთულით და იმიტაც, რამდენად ღიაა ცვლილებებისადმი მათი ეს სისტემები. ორი ადამიანი ერთმანეთის მსგავსია, რამდენადაც მსგავსია კონსტრუქტთა მათი სისტემები. თუ გვინდა გავიგოთ ადამიანი, უნდა გავერკვეთ მის მიერ გამოყენებულ კონსტრუქტებში; მოვლენებში, რომლებიც იგულისხმება ამ კონსტრუქტებში; კონსტრუქტთა ფუნქციონირების და სისტემებად გაერთიანების ხერხებში.

### *ცენტრალური სტრუქტურა და ცენტრალური როლი*

ყოველი ადამიანის კონსტრუქტთა სისტემის შიგნით არის ცენტრალური (ბირთვული) სტრუქტურა, რომლის მეშვეობით ადამიანი რეალობის, სოციალური სამყაროს, საკუთარი თავის ფუნდამენტურ თავისებურებებს იგებს. ეს ცენტრალური სტრუქტურა ძნელად იცვლება და ცხოვრების შესახებ ადამიანის ძირეულ შეხედულებებს გამოხატავს. ცენტრალურ სტრუქტურას განეკუთვნება ასევე ცენტრალური კონსტრუქტები – წარმოდგენები, რომლებიც გარშემომყოფ ადამიანებთან და სო-

ციალურ ჯგუფებთან ინტერაქციას უზრუნველყოფს. ეს წარმონაქმნები ქმნის პიროვნების ცენტრალურ, ბირთვულ როლს. ცენტრალური როლი შემდეგნაირად ყალიბდება: მაგალითად, პატარა გოგონა აკონსტრუირებს საკუთარ თავს როგორც ოჯახის კუთვნილებას (ამასთანავე, ოჯახის სხვა წევრთა როლების კონსტრუირებასაც ახდენს). შემდგომში ის ამ კონსტრუქციით ნაგარაუდევ საკუთარ როლს ასრულებს. პრაქტიკულად, ქცევის დონეზე საკუთარი თავის ამგვარ იდენტიფიცირებას იგი გაცილებით უფრო ადრე იწყებს, ვიდრე სიტყვიერად შეძლებს ჩამოაყალიბოს “ვინ არის და რას წარმოადგენს სინამდვილეში”. ანუ ცენტრალური როლის უმოაერესი თავისებურებები **პრეპრალურ კონსტრუქტთა** სახით არსებობს.

ცენტრალურ როლთან მიმართებით კელის ეკუთვნის დანაშაულის გრძნობის ორიგინალური ინტერპრეტაცია: “დანაშაულის გრძნობის არსია ცენტრალური როლიდან აშკარა გადახვევა”. მიუვბრუნდეთ ისევ გოგონას მაგალითს. მისი ცენტრალური როლი დაიყვანება იმაზე, რომ ის დედ-მამას ეკუთვნის (მათი შვილია) და შესაბამისად იქცევა. მაგრამ თუ გოგონა არ მოიქცევა ისე, როგორც ეს მისი მშობლების შეილს შეეფერება (ანუ ღირსეულად და სწორად) ეს შეიძლება შეეხოს მის იდენტობას – როგორც შეილი ის აღარ არსებობს ანუ კარგავს თავის ცენტრალურ როლს და სწორედ ამის გამო იპყრობს მას უპლიერესი შფოთვა.

დანაშაულის გრძნობის ამგვარი ინტერპრეტაცია გასაგებებს გახდის რატომ არის რომ ზოგიერთი ადამიანი, ვისაც საზოგადოება “ანტისოციალურ ელემენტად” მიიჩნევს, მოკლებულია დანაშაულის გრძნობას. ასეთი ადამიანები, კელის აზრით, ბავშვობაში დამოკიდებულნი იყვნენ მშობლებზე, რომლებიც საკეებისა და თავშესაფრის გარდა მათ არაფერს აწვდიან ანუ მხოლოდ უმარტივეს, სასიცოცხლო მოთხოვნილებებს უკმაყო-

ფილებდნენ. ამ ბაეშეთა ცენტრალური როლის კონსტრუირებაც შესაბამისად მოხდა. მოგვიანებით, როცა სხეები მათ ეგონიზმზე, სისასტიკეზე და უსინეობაზე მიუთითებენ, ისინი ამას ადვილად ეთანხმებიან, მაგრამ არ განიცდიან დანაშაულის გრძობას და შფოთვას, რადგან ამგვარი ინტერპრეტაციები მათი ცენტრალური როლის სტრუქტურას “აცდენილია” და, ამდენად, ვერც წინააღმდეგობაში იქნება მასთან, ვერ დაანგრევს მას და, შესაბამისად, ვერც დანაშაულის განცდას და ვერც შფოთვას აღუძრავს.

კლინიკური მაგალითებიდან ჩანს, რომ დანაშაულის გრძობა და შფოთვა სოციალური ადამიანის “მძიმე ხეედრია”. რადგან ის სიგნალია, რომ ადამიანის, როგორც სოციალური არსების იდენტობას საფრთხე ემუქრება.

### *როლურ კონსტრუქტთა რეპერტუარული ტესტი (რეპ-ტესტი)*

შევიცნოთ ადამიანი ნიშნავს გავიგოთ თუ როგორ აგებს ანუ აკონსტრუირებს იგი გარესამყაროს. მაგრამ ადამიანის კონსტრუქტთა შესახებ ცოდნა როგორ უნდა მოვიპოვოთ? კელის პასუხი ასეთია: თხოვეთ ადამიანს გაგაცნოთ თაქისი კონსტრუქტები – “თუ არ იცით რა აქვს ადამიანს გონებაში, პკითხეთ და მას პასუხი არ გაუჭირდება.”

კელიმ შექმნა პირად კონსტრუქტთა დიაგნოსტიკებისთვის განკუთვნილი **როლური კონსტრუქტების რეპერტუარული ტესტი** (REP-ტესტი).

რეპ-ტესტი შეიცავს ორი პროცედურას: ცდისპირმა უნდა შეადგინოს პირთა სია (სოციალური როლების სახელწოდებათა მიხედვით) და ამ სიიდან ტრიადების ანუ სამეულებების შედარების საფუძველზე კონსტრუქტი ჩამოაყალიბოს. პირველი

პროცედურის მსვლელობაში ცდისპირს მიეწოდება ადამიანის-თვის მნიშვნელოვან როლთა ჩამონათვალი: დედა, მამა, საყვარელი მასწავლებელი, ჭირვეული მეზობელი და სხვ. ჩვეულებრივ, ცდისპირს აწვდიან 20-30 როლს და თხოვენ დაასახელოს თითოეული ამ როლისთვის შესაბამისი კონკრეტული ადამიანი, ვისაც კარგად იცნობს და უნდაც ამ როლს ასრულებს. ამის შემდეგ, ექსპერიმენტატორი ირჩევს ამ სიიდან სამ კონკრეტულ ადამიანს და თხოვს ცდისპირს გვითხრას რით ჰგავს ერთმანეთს ორი მათგანი და რით განსხვავდება მესამისგან. იმას, რაც ცდისპირის თვალში აერთიანებს ამ ტრიადიდან ორ ადამიანს, ეწოდება კონსტრუქტის *მსგავსების პოლუსი*, ხოლო ის, რაც მესამეს მათგან განასხვავებს – კონსტრუქტის კონტრასტის პოლუსია. მაგალითად, ცდისპირს ვთხოვთ შეადაროს ადამიანები, რომლებიც მან დაასახელა: დედა, მამა და საყვარელი მასწავლებელი. შედარებისას ცდისპირმა შეიძლება გადაწყვიტოს, რომ მამის და საყვარელი მასწავლებლის როლთან ასოცირებული ადამიანები ჰგავნან ერთმანეთს თავისი კომუნიკაბელურობით და არ ჰგვანან დედას, რომელიც სიმორცხვით გამოირჩევა. ამგვარად, ჩამოყალიბდა კონსტრუქტი “კომუნიკაბელური-მორცხვი”.

ცდისპირს თხოვენ განიხილოს სამი პირისგან შემდგარი სხვა ჯგუფებიც. ყოველი ტრიადის მიმართ ცდისპირი კონსტრუქტს აყალიბებს. ეს კონსტრუქტი შეიძლება ემთხვეოდეს წინას ან სრულიად ახალი, ჯერ გამოუყენებელი იყოს. ერთ-ერთი ცდისპირის მიერ ჩამოყალიბებული კონსტრუქტები მოყვანილია მე-4 ტაბულაზე.

ტაბულა 4. როლურ კონსტრუქტთა რეპერტუარული ტესტი კონსტრუქტთა ნიმუშები

მსბავესი შიგპრები	მსბავესების კონსტრუქტი	ბანსხვევებული შიგპრები	კონსტრასტის კონსტრუქტი
მე და მამა	აქცენტი სიხარულზე	დედა	აქცენტი პრაქტიკულობაზე
მასწავლებელი და ბედნიერი ადამიანი	მშვიდი	და	შფოთვიანი
მეგობარი ვაჟი მეგობარი ქალი	კარგი მსმენელი	ყოფილი მეგობარი	გაურბის გრძნობების გამოხატვას
არასიმპათიური ადამიანი და დამსაქმებელი	ადამიანებს თავისი მიზნებისთვის იყენებს	სიმპათიური ადამიანი	სხვებს ანგარიშს უწევს
მამა და წარმატებული ადამიანი	აქტიური თავის ვიწრო წრეში	სამსახურში უფროსი	არააქტიურია თავის ვიწრო წრეში
არასიმპათიური ადამიანი და დამსაქმებელი	ამცირებს ადამიანებს	და	პატივს სცემს ადამიანებს
მე და მასწავლებელი	თვისიკმარი	ადამიანი, რომელსაც დავეხმარე	სხვებზე დამოკიდებული
დედა და ჩემი მეგობარი კაცი	ინტროვერტი	ყოფილი მეგობარი	ექსტრავერტი
მე და ჩემი მეგობარი ქალი	კრეატიული	მეგობარი კაცი	არაკრეატიული
დამსაქმებელი და ჩემი მეგობარი ქალი	ცხოვრებაში გამოცდილი	ძმა	ცხოვრებაში გამოუცდილი

ტესტის მთავარი ღირსება ის არის, რომ ცდისპირს სრულად თავისუფლად შეუძლია გამოაქვინოს სამყაროს კონსტრუქციების მისთვის სპეციფიკური ხერხი. მისი ღირსებაა, აგრეთ-

ვე, დიდი მოქნილობა – როდთა რეპერტუარის ვარირებით და ინსტრუქციათა ცვლით შეგვიძლია კონსტრუქციებისა და მნიშვნელობების ფართო დიაპაზონი აღმოვაჩინოთ. მაგალითად, სარეკლამო სააგენტოების დაკვეთით გაკეთდა რეპ-ტესტის მოდიფიკაცია, რათა გამოვლენილიყო კონსტრუქტები, რასაც კოსმეტიკისა და პარფიუმერიის მყიდველები იყენებენ. რეპ-ტესტით გაიზომა ის მნიშვნელობები, რასაც ქალები და კაცები ფემინურობა-მასკულირობის ცნებებში დებენ და სხვ. რეპ-ტესტი მეთოდია, რითაც პირადი მნიშვნელობების დონეზე გავდივართ.

### *კოგნიტური სირთულე-სიმარტივე*

აღამიანთა აღწერა არა მხოლოდ მათი კონსტრუქტების შინაარსის, არამედ კონსტრუქტთა სისტემის სტრუქტურული თავისებურებების მიხედვითაც არის შესაძლებელი. კონსტრუქტთა სისტემის **კოგნიტური სირთულე-სიმარტივე** ჩანს იერარქიის დონეთა მიხედვით ამ სისტემის განაწევრებულობაში ანუ მისი დიფერენცირებულობის ხარისხში. კოგნიტურად რთული სისტემა მრავალ კონსტრუქტს შეიცავს და მოვლენათა დიფერენცირებულ აღქმას უზრუნველყოფს. კოგნიტურად მარტივი სისტემა კი მცირერიცხოვან კონსტრუქტებს შეიცავს და აღქმის განაწევრებულობა ამ დროს სუსტია. კოგნიტურად რთული ინდივიდი ადამიანებს ძალზე დიფერენცირებულად, ფაქიზად აღიქვამს, ვარაუდობს, რომ ადამიანები არაერთი განსხვავებული თვისებით გამოირჩევიან, ხოლო კოგნიტურად მარტივი პიროვნება შეიძლება ადამიანებს აღიქვამდეს იმდენად გაუნაწევრებლად ანუ ტლანქად, რომ ერთადერთ კონსტრუქტს (მაგ., “კარგი-(კუდი)”) სჯერდებოდეს. კოგნიტურად რთულ და მარტივ ადამიანებს ერთმანეთისგან განასხვავებს სხვა ადამიანთა ქცევის პროგნოზირების სიზუსტე და, აგრეთვე, საკუთარ თავსა

და სხვა ადამიანებს შორის არსებული განსხვავებების დანახვის უნარი. კერძოდ, კოგნიტიურად რთული ადამიანი ამას უკეთ ანუ უფრო ფაქიზად აკეთებს მის ხელთ არსებული კონსტრუქტების უფრო დიდი რაოდენობის ხარჯზე.

კოგნიტური სირთულე-სიმარტივე შეიძლება განვიხილოთ როგორც პიროვნების ზოგადი პარამეტრი, რაც მის მიერ ინფორმაციის გადამუშავების პროცესს ახასიათებს. კოგნიტური სირთულე მოვლენის მრავალი პარამეტრით ინტერპრეტირების უნარია.

ამრიგად, რეპ-ტესტით შესაძლებელია კონსტრუქტთა ინდივიდუალური სისტემის შინაარსისა და სტრუქტურის დადგენა და, აგრეთვე, განსხვავებული სტრუქტურის მქონე კონსტრუქტთა ეფექტურობის შედარება. რეპ-ტესტის ღირსება იმაშია, რომ საშუალებას აძლევს ცდისპირს დამოუკიდებლად მოახდინოს საკუთარი კონსტრუქტების გენერირება და მკვლევარის მიერ შემუშავებულ პარამეტრებს მას თავს არ ახვევს.

ამრიგად, კელის პოსტულატია ის, რომ პიროვნების სტრუქტურას ქმნის კონსტრუქტების მისი სისტემა, ხოლო რეპ-ტესტი ამ კონსტრუქტთა რაობის დადგენის საშუალებაა.

## პროცესი

ქცევაზე, როგორც პროცესზე კელის შეხედულებები რადიკალურად დაცილებულია მოტივაციის ტრადიციულ შეხედულებებს. პირად კონსტრუქტთა თეორია არ ცნობს ცნებას *“მოტივაცია”*. მეტიც, ის მისთვის ზედმეტი ცნებაა, რადგან თავისთავად გულისხმობს, რომ ადამიანი ინერტული არსებაა და მოქმედების დასაწყებად მას გარეგანი ბიძგი ესაჭიროება. მაგრამ თუ თავიდანვე დავეუშვებთ, რომ ადამიანი აქტიურია თავისი ბუნებით, კამათი იმის შესახებ თუ რა ამოძრავებს ინერტულ ორგანიზმს – კარგავენ ყოველგვარ აზრს.



## *მოვლენათა განჭვრეტა: მომავლის პროგნოზირება*

მოტივის ცნება ტრადიციულად გამოიყენება იმის ასახსნელად თუ რატომ არის ადამიანი აქტიური და რა ანიჭებს მის აქტიუობას გარკვეულ მიმართულებას. კელიმ უარი თქვა მოტივის, როგორც აქტიუობის ბიძგის ცნებაზე, მაგრამ როგორ უნდა აეხსნა ადამიანის მიერ აქტიუობის მიმართულების არჩევა? კელის პოზიციას მარტივად გადმოსცემს მისი პოსტულატი: *ადამიანის ქცევას ფსიქოლოგიურად მოვლენათა მოვლოდინები წარმართავს*. ინტუიტურად მიღებული ამ პოსტულატიდან გამომდინარეობს რომ ადამიანი მუდმივად ცდილობს განჭვრეტოს მომავალი, ახდენს მოვლენათა პროგნოზირებას და მომავალს აწმყოდან აგებს.

ადამიანი აღიქვამს მოვლენებს, აკვირდება მსგავსება-განსხვავებას და ამ გზით კონსტრუქტებს იყალიბებს. კონსტრუქტთა საფუძველზე ინდივიდი, მეცნიერის მსგავსად, განჭვრეტს მომავალს. გზადაგზა კონსტრუქტთა გადასინჯვაც ხდება, რომ მათი საშუალებით მოვლენათა უფრო ზუსტი პროგნოზირება მოხერხდეს. მაგრამ რა განაპირობებს ქცევის მიმართულებას? ისევ და ისევ, მეცნიერის მსგავსად, ადამიანი ირჩევს მოქმედების კურსს, რომელიც, მისი ვარაუდით, მომავალი მოვლენების უკეთ განჭვრეტის შესაძლებლობას მისცემს და ირჩევს იმ ალტერნატივას, რომელიც მომავალში კონსტრუქტთა სისტემის მეტ განვითარებას ჰპირდება. კელის ამ პოსტულატს ეხმიანება დიდი მეცნიერის ალბერტ აინშტაინის გამოხატულებაში, რომ “სიგიჟე სხვა არაფერია, თუ არა მუდმივად ერთი და იგივე ხერხის გამოყენება გულწრფელი იმედით, რომ ამ ჯერზე შედეგი სხვაგვარი იქნება”.

კონკრეტული კონსტრუქტის არჩევით ინდივიდი “ფსონსდება”, გარკვეული მოვლენის ან მოვლენათა რიგის დადგომას

ელოდება. პროგნოზის გამართლება კონსტრუქტს უფრო საფუძვლიანს ხდის, თუნდაც მოცემულ მომენტში. ნაფარაუდვეი მოვლენის არდადგომა კონსტრუქტის უსაფუძვლობას ნიშნავს. ასეთ შემთხვევაში ინდივიდმა ახალი კონსტრუქტი უნდა შექმნას ან გააყაროს ძველი კონსტრუქტი იმგვარად, რომ მოვლენის რეალური პროგნოზირება შეიძლებოდეს.

არსებითად, ინდივიდი აკეთებს პროგნოზს და კონსტრუქტთა საკუთარ სისტემაში ცვლილებებზე თანხმდება, რათა ამ ცვლილებებით მოვლენათა პროგნოზირების უფრო უკეთესი შანსი მიეცეს. ინდივიდი კონსტრუქტთა საკუთარი სისტემის დადასტურებისა და გაფართოებისკენ მისწავის. პარადოქსია, მაგრამ თუ ადამიანი რაიმე უსიამოვნებას მოელის და ეს მოვლენა რეალურად ხდება, მას ეუფლება კმაყოფილების გრძნობა რომ მისი მოლოდინი გამართლდა, მიუხედავად იმისა, რომ მოხდა ნეგატიური, უარყოფითი მოვლენა. ხშირად, მტკივნეულ მოვლენებს უპირატესობაც კი ენიჭება ნეიტრალურ და სასიამოვნო მოვლენებთან შედარებით, თუკი ამით პროგნოზირების სისტემა გამტკიცდება.

ეს სრულიადაც არ ნიშნავს, რომ ადამიანს მონოტონური გარკვეულობა ხიბლავს. პირიქით, მას თრგუნავს მოვლენათა ერთფეროვნება და გარდუვალობის შედეგი — ფატალიზმი. მეტიც, ამიტომაც ცდილობს წინ გაუსწროს მოვლენებს და კონსტრუქტთა ჩარჩოები გაიფართოვოს.

### *შოთა, შიში და საფრთხე*

კელის თეორია აქამდე საკმაოდ მარტივი და სწორხაზოვანი ჩანდა. პროცესზე შეხედულებებს მნიშვნელოვნად ართულებს შიშის და საფრთხის ცნებები. **შოთას** კელი შემდეგნაირად განსაზღვრავს: შუთთვა იმის აღიარებაა, რომ მოვლენები,

რომლებსაც შეეუჯახეთ, კონსტრუქტთა არსებული სისტემას ვერ ეთვისება და მის მიღმა რჩება. “შფოთვას განიცდი, როდესაც რჩები კონსტრუქტების გარეშე, როდესაც კარგავ მოვლენათა სტრუქტურასე კონტროლს”, გრანობ იმას, რომ “საკუთარმა კონსტრუქტებმა ‘ხურგი შეგაქცია და მიგატოვა’ – წერს კელი. შფოთვისგან ადამიანები თავს განსხვავებულად იცავენ: ავიწროებენ ან აფართოვებენ საკუთარ კონსტრუქტებს. ერთ შემთხვევაში, კონსტრუქტს იყენებენ მოვლენათა ფართო სპექტრის მიმართ; ხოლო მეორე შემთხვევაში – ფოკუსირდებიან წერილმან დეტალებზე. მაგალითად, ადამიანი, რომელსაც პქონდა კონსტრუქტი “მზრუნველი ადამიანი – ეგოისტი ადამიანი” და თავი მზრუნველ ადამიანად მიაჩნდა, უეცრად აღმოაჩინეს, რომ ეგოისტურად იქცევა. როგორ უნდა მოახდინოს მან თავისი თავის და მოვლენების ინტერპრეტირება? მან შეიძლება გააფართოვოს კონსტრუქტი “მზრუნველი ადამიანი”, რათა ჩართოს მასში საკუთარი ეგოისტური ქცევა ან დააიწროვოს კონსტრუქტი “მზრუნველი ადამიანი” და ის მხოლოდ მისთვის მნიშვნელოვან ადამიანთა ვიწრო წრეზე, და არა საზოგადოდ ადამიანების მიმართ ზრუნეაზე დაიყვანოს.

**უიუი** ჩნდება, როდესაც შემოდის ახალი კონსტრუქტი, რომელიც კონსტრუქტთა უკვე არსებულ სისტემაში შეჭრას აპირებს. კიდევ უფრო სერიოზულია **საფრთხის** განცდა. საფრთხე არის კონსტრუქტთა ცენტრალურ სისტემაში გლობალურ ცვლილებათა გარდუვალობის გაცნობიერება. საფრთხის გამოვლინებათა სპექტრი განსაკუთრებით ფართოა. ყოველთვის, როცა ადამიანი ახალ საქმეს პქილებს ხელს, იგი თავს საფრთხეში იგდებს და შინაგან დაბნეულობას ვერ გაექცევა. ადამიანი განიცდის საფრთხეს, როდესაც ფიქრობს, რომ აი ახლა გაირკვევა რაღაც, რაც ძირაბდე შეარყევს კონსტრუქტთა მის სისტემას. “ეს საფრთხის მომენტია. სწორედ ამ დროს მძაფრად

განვიცდით ცდუნებას უკან გავებრუნდეთ". საფრთხეზე რეაქცია შეიძლება იყოს "ავანტიურაზე" ხელის აღება, პანიკის ასაცილებლად ისევ ძველ კონსტრუქტებთან მიბრუნება. საფრთხე გვემუქრება ყოველთვის, როდესაც ვბედავთ ახლებურად შევხედოთ ადამიანს, საკუთარ თავს ან როდესაც მნიშვნელოვანი შინაგანი გარდაქმნების ზღურბლზე ვდგავართ.

შფოთვის, შიშის და საფრთხის ცნებებში აისახება დაპირისპირება ადამიანის ორ სურვილს შორის: გაიფართოვოს კონსტრუქტთა სისტემა და, ამასთანავე, სისტემის რღვევის საფრთხე აიცილოს. ანუ ადამიანს სურს დახვეწოს მოკლენათა პროგნოზირების საკუთარი სისტემა, მაგრამ ამასთანავე ყავლგასულ კონსტრუქტებს ებღაუჭება, რათა კონსტრუქტთა საკუთარი სისტემის გაფართოების რისკი არ გასწიოს.

მკვლევარ-მეცნიერისგან განსხვავებით, ადამიანებს გვაფორიაქებს გაურკვევლობა და ვეძებთ აბსოლუტურ ჭეშმარიტებებს, დოგმებს, ხოლო მეცნიერის მსგავსად, შეგვიძლია კარი გავუღოთ სიახლეებს, რათა კონსტრუქტთა ჩვენი მოძველებული სისტემა გადახალისდეს.

## ზრდა და მანვიითარება

ზრდისა და განვითარების შესახებ კელის კომენტარები შემოიფარგლება მოსაზრებებით ადრეულ ბავშვობაში წინარეკერბალურ კონსტრუქტთა განვითარების შესახებ და კულტურის, როგორც მთლოდინთა სისტემის ინტერპრეტაციით. ადამიანები მიეკუთვნებიან ერთსა და იმავე კულტურულ წრეს, რამდენადაც მოვლენათა ინტერპრეტირების გარკვეულ წესებს იზიარებენ და ქცევის მიმართ აქვთ ერთნაირი მოლოდინები.

ჩატარებულ კვლევებში ხაზი ესმება ცვლილებათა ორ ტიპს: კონსტრუქტთა სისტემის გართულებას ბავშვის ზრდას-

თან ერთად და უკვე ჩამოყალიბებულ კონსტრუქტებში ცვლილებებს. საგულისხმოა, რომ: 1. ბავშვის განვითარების კვალდაკვალ იზრდება მისთვის ხელმისაწვდომ კონსტრუქტთა რიცხვი და მათი იერარქიზირებულობის ხარისხი; 2. კონსტრუქტთა კოგნიტური სირთულის დონეზე გაკლენას ახდენს ბავშვობაში განცდილ კულტურულ გავლენათა მრავალფეროვნება – განსხვავებულ მოვლენებზე დაკვირვება რთული სტრუქტურის განვითარებას უწყობს ხელს.

პრინციპული მნიშვნელობისაა საკითხი თუ რა ფაქტორები განსაზღვრავს კონსტრუქტების შინაარსს და მათი სისტემის სირთულეს. განსაკუთრებული როლი ენიჭება განათლებას, რომელიც პასუხისმგებელია კონსტრუქტთა რთული, მოქნილი და ადაპტური სისტემის ჩამოყალიბებაზე.

### ფსიქოპათოლოგია

ფსიქოპათოლოგია შფოთვაზე საპასუხო მოუწესრიგებელი რეაქციაა. უფრო ზუსტად კი **კონსტრუქტთა სისბავის** მოუწესრიგებელი ფუნქციონირებაა. პათოლოგიური ქცევა ნიშნავს, რომ ადგილი აქვს კონსტრუქტთა სისტემის შინაარსისა და სტრუქტურის შენარჩუნების ძლიერ სურვილს, მიუხედავად იმისა, რომ მის საფუძველზე გაკეთებული პროგნოზი მცდარი და არასანდოა. კონსტრუქტთა სისტემისადმი ამგვარ ხისტ “ერთგულებას” საფუძველად უდევს შფოთვა, შიში და საფრთხე. კელი აცხადებდა, რომ ადამიანის მთელი ქცევა სხვა არაფერია, თუ არა შფოთვისგან თავის დაღწევა. ფსიქოლოგიურ აშლილობებში წამყვანია შფოთვა და ადამიანის უშედეგო მცდელობა დაიბრუნოს განცდა, რომ მას მოვლენათა პროგნოზირება შეუძლია.

## კონსტრუქტოა სისტემაში არსებული პრობლემები

რა პათოლოგიურ ხერხებს მიმართავს ადამიანი, რომ სიძნელეთა წინაშე მდგომმა კონსტრუქტოა საკუთარი სისტემა უცვლელად შეინარჩუნოს? ამ წარუმატებელ ხერხებს აჩენს სამი სახის სიძნელე, როდესაც ადამიანი ცდილობს: 1. კონსტრუქტები ახალ მოვლენებს მიუყენოს; 2. გამოიყენოს კონსტრუქტები პროგნოზისთვის და 3. კონსტრუქტები ერთ მთლიან სისტემად შეკრას.

ახალ მოვლენათა მიმართ კონსტრუქტების გამოყენების მაგალითია ძალზე **შაღწავადი** ან ძალზე **შეუღწავადი** კონსტრუქტების ფორმირება. ძალზე შეღწევადი კონსტრუქტი თავის საზღვრებში უშვებს ისეთ მოვლენებს, რომელიც ჯერ არ ახსნილა მის საზღვრებში ანუ “ისრუტავს” ყოველ ახალ შინაარსს. შეუღწევადი კონსტრუქტი ნებისმიერ ახალ შინაარსს “განდევნის”, იგი ახალი გამოცდილებისადმი შეუკალია. კონსტრუქტის ზედმეტ შეღწევადობას შეიძლება მოჰყვეს ის, რომ ინდივიდმა გამოიყენოს სულ რამდენიმე ძალზე ფართო კონსტრუქტი და ძნელად მოახერხოს მოვლენათა და ადამიანთა შორის მნიშვნელოვან სხვაობათა ამოცნობა. ასეთ დროს ბევრი რამ ერთ გროვად შეიყრება, როგორც ეს სოციალური სტერეოტიპის შემთხვევაში ხდება. უკიდურესი შეუღწევადობა კი პირიქით, გამოიწვევს ყოველი ახალი გამოცდილების “ცალკე უჯრებში” მოთავსებას – თითქოსდა ამ მოვლენებს საერთო არაფერი აქვთ და იმ მოვლენათა განდევნას, რომლებსაც უჯრა არ მოექცენა. რეაგირების ეს მოდუსი აღენიშნება ადამიანებს, ვისთვისაც აკვიატებული (კომპულსიური) ქცევაა დამახასიათებელი.

პროგნოზირებისთვის კონსტრუქტოა პათოლოგიური გამოყენების ნიმუშია კონსტრუქტოა ზედმეტი **ფიქსირებაულობა**. **სიშაბრა**, ანდა მათი **უჩიფრანი** **აღასტიპარობა**. **თავისუფლება**. **მყარი**

კონსტრუქტის მქონე ადამიანს გამზადებული აქვს სრულიად განსხვავებულ ვითარებათა მიმართ მუდმივად ერთი და იგივე პროგნოზი, ხოლო თავისუფალი კონსტრუქტის საშუალებით ერთი და იგივე ვითარების მიმართ სრულიად განსხვავებულ შემთხვევით და ქაოტურ პროგნოზებს აკეთებს. ორივე ვითარებაში პროგნოზი ვერ იქნება ზუსტი, რადგან მხედველობაში არ იქნა მიღებული ვითარებები, რომლებიც კონსტრუქტთა სისტემაში ცვლილებებს ითხოვს. ფიქსირებულობა აღენიშნებათ აკვიატებული ქცევის ადამიანებს, ვისთვისაც დამახასიათებელია ხისტი მოლოდინები, რომ რაც არ უნდა მოხდეს, ცხოვრებაში არაფერი შეიცვლება. უკიდურესად თავისუფალი კონსტრუქტები დამახასიათებელია ფსიქოზით დაავადებულთათვის – კონსტრუქტთა მათი სისტემა იმდენად ქაოტურია, რომ სხვა ადამიანებთან საურთიერთოდ სრულიად გამოუსადეგარია.

კონსტრუქტთა სისტემის მთლიანობის შენარჩუნების სტრატეგიაა შავი ან ზარიანი. შეკუმშვა, კონსტრუქტთა სისტემის დავიწროებაა, რათა შემცირდეს კონსტრუქტთა შეუთავსებლობა. ამით კონსტრუქტთა სისტემის გამოყენების ზონა და ფოკუსი უკიდურესად ვიწროვდება. შეკუმშვას ადგილი აქვს დეპრესიის დროს და ადამიანებთან, ვინც თავისი ინტერესები მინიმუმამდე დაიყვანა. გაწევის შემთხვევაში ადამიანი ცდილობს იმგვარად გააფართოვოს კონსტრუქტთა სისტემის ნარჩობები, რომ სისტემა თითქმის ყოვლისმომცველი გახადოს. კონსტრუქტთა უკიდურესი გაწევა შეინიშნება მანიაკალურ მდგომარეობაში მყოფ ადამიანებთან, რომლებიც თქმიდან თემაზე ხტიან და უსაფუძვლოდ ფართო განზოგადებებს მიმართავენ.

საგულისხმოა, რომ ყველა ეს პრობლემა კონსტრუქტთა სისტემის სტრუქტურას და არა მათ შინაარსს ეხება. თუკცა კელი რეალობის კონსტრუირების ალტერნატიული ხერხების თანასწორუფლებიანობას აღიარებდა, გამოკვლევებით გამოყ-

ლინდა ფსიქოლოგიური სიძნელეები, რომელთა მიზეზები კონსტრუქტთა შინაარსთან არის დაკავშირებული. მაგალითად, აბსტრაქტულ კონსტრუქტთა სიმცირემ შეიძლება ხელი შეუშალოს ინდივიდს დაინახოს მოვლენათა შორის კავშირები. ხოლო ადამიანებთან და ემოციებთან დაკავშირებულ კონსტრუქტთა ნაკლებობამ გააძნელოს პიროვნებათა შორის ურთიერთობებში წარმოქმნილ ემოციურ განცდათა ნიუანსების გარჩევა.

ამრიგად, ფსიქოპათოლოგიას ჯორჯ კელი განიხილავს როგორც ინდივიდის წარუმატებელ მცდელობას გაექცეს შფოთვას (ანუ განცდას, რომ კონსტრუქტთა მისეული სისტემა მოკლებს ადარ ესადაგება) და მისწრაფებას გაექცეს საფრთხეს (ანუ კონსტრუქტთა საკუთარ სისტემაში მოსალოდნელ ყოველისმომკველ ცვლილებებს). ამ მცდელობებმა შეიძლება იმდენად რადიკალური სახე მიიღოს, რომ საზოგადოდ ადამიანისა, და კერძოდ საკუთარი თავისადმი მტრობის უკიდურესი ფორმა – თვითმკვლელობაც კი გამოიწვიოს.

ფსიქოანალიზის მიხედვით ყოველი თვითმკვლელობა – სხვა ადამიანის პოტენციური მკვლელობაა. შფოთვისა და ბრალეულობის გრძნობის გამო სხვა ადამიანისადმი უკიდურესად მტრული დამოკიდებულება ანუ აგრესია საკუთარი თავისკენ შემობრუნდება. კელის თეორიის თანახმად კი თვითმკვლელობა არის 1. კონსტრუქტთა ძირეული სისტემის განადგურების ალტერნატივა ანდა 2. "სცენიდან წასვლა". პირველ შემთხვევაში თვითმკვლელობის აქტით ადამიანი საკუთარი განვლილი ცხოვრების აზრიანობას იცავს და ამტკიცებს, რომ კონსტრუქტთა მისი სისტემა იმდენად მართებული, სწორი და გამართულია, რომ შეუძლებელია მას უღალატოს. "სცენიდან წასვლის" დროს კი თვითმკვლელობას საფუძვლად უდევს ფატალიზმი ან ტოტალური შფოთვა: მოვლენათა მსგელოება იმდენად გარკვეულია, რომ აზრი არა აქვს დაელოდო შედეგს ანუ სრული ფა-



ტალიზმია; ან იმდენად გა'ერკვევილი, რომ ერთადერთი საქციელი, რაც დანამდვილებით შეგიძლია ჩაიღირო – სცენიდან წასვლაა.

კელი აგრესიასაც მეტად თავისებურად განსაზღვრავს. **აგრესია** ეს არის კონსტრუქტთა საკუთარი სისტემის ექსპანსია, მისი გავრცელება და სხვებისთვის თავსმოხვევა. განსხვავებით ფსიქოანალიტიკოსებისგან, კელისთან აგრესია მოკლებულია ისეთ თანმხლებ მნიშვნელობებს, როგორცაა დესტრუქციულობა, მტრობა ან სიკვდილისადმი ღტობა.

ადამიანთა მიმართ **მტრობის** შემთხვევაში პიროვნება ცდილობს აიძულოს სხვა ადამიანი მისი მოლოდინების შესაბამისად იქცეოდეს და ამგვარი იძულებით კონსტრუქტთა საკუთარი სისტემა დაიცვას. სწორედ ამით განსხვავდება მტრობა აგრესიისგან. მტრობის საპირისპიროა არა კეთილგანწყობა, არამედ ცნობისმოყვარეობა და სხვა ადამიანის თავისუფლების აღიარება და პატივისცემა.

ისევ ადამიანი-მეცნიერის ანალიზიას მიკუბრუნდეთ: მეცნიერი მოვლენათა პროგნოზირებას თეორიული ცოდნის მეშვეობით ცდილობს. კარგი თეორია ვერ შეიქმნება თუ მეცნიერი არ გასწევს რისკს და შეუსწავლელ სფეროში არ შეიჭრება; თუ ის ფრთხილობს ან არ ამოწმებს საკუთარ ჰიპოთეზებს, რათა თეორიის გადასინჯვა არ დასჭირდეს; როდესაც ის ფაქტებს ეწინააღმდეგება და საკუთარ თეორიას ებლაუტება; თუ მეცნიერს მხოლოდ იმის ახსნა შეუძლია, რაც ისედაც ცნობილია და აცხადებს პრეტენზიას იმგვარ მოვლენათა ახსნაზე, რასაც მისი თეორია ვერ სწვდება – ასეთ მეცნიერს ცუდ მეცნიერს ვუწოდებთ. მაგრამ როდესაც ჩვეულებრივი ადამიანი გარემომცველ სამყაროზე თავის შეხედულებებს ამგვარადვე ალაგებს – მოვლენებს ძალიან ფართო ან ძალიან ვიწრო და ხისტ ინტერპრეტაციას აძლევს – შეგვიძლია იგი დაავადებუ-

ლად მივიჩნით. ადამიანის დაავადებულად ცნობა დამოკიდებულია მის კონსტრუქტებზე და აგრეთვე იმაზე, თუ რა ინტერპრეტაციას აძლევენ მის კონსტრუქტებს სხვები – ადამიანები და საზოგადოება.

### ქაქვიის ცვლილება

პოზიტიურ ცვლილებათა პროცესი კონსტრუქტთა სისტემის განვითარება და დახვეწაა. რაკი დაავადება არაქმედითუნარიანი კონსტრუქტების დაუინებული გამოყენებაა, ფსიქოთერაპია პროცესია, რომლის დროსაც კლიენტს ეხმარებიან მოკლენათა პროგნოზირების უნარი გაიუმჯობესოს. ფსიქოთერაპია კონსტრუქტთა სისტემის ახლებურად გადაწყობის ანუ გარდაქმნის პროცესია. ეს ნიშნავს, რომ ზოგი კონსტრუქტი მოსაცილებელია, ზოგი მისამატებელი ან კიდევ, შესავიწროებელი ან გასაფართოებელია. როგორც უნდა იყოს ამ პროცესის თავისებურებები, ფსიქოთერაპია *ცხოვრების ფსიქოლოგიური გარდაქმნაა.*

### ცვლილების ხელშემწყობი პირობები

ახალი კონსტრუქტების ფორმირებას ხელს უწყობს სამი პირობა: პირველი და მთავარი პირობაა – *ფსიქოთერაპიის პროცესში ექსპერიმენტირების, სიახლეთა გამოცდის, შესაძლებლობებისა და პიპოთეზების წამოყენებისა და მათზე მსჯელობის ატმოსფეროს შექმნა.* თერაპეტი ქმნის ამგვარ თავისუფალ ატმოსფეროს და ეხმარება კლიენტს განიკითაროს კვლევის უნარი. მეორე პირობა – კლიენტისთვის *ახალი ელემენტების მიწოდებაა.* რეალობის შესახებ ის ელემენტებია ახალი, რომლებიც ნაკლებად არის დაკავშირებული ძველ კონსტრუქტებთან. თერაპიის სივრცე *“უსაფრთხო გარემოა”* და ახალ ელემენტებთან პი-

რისპირ შეხვედრა კლიენტს ნაკლებად უნდა აშინებდეს. თვითონ თერაპევტიც მისთვის "ახალი ელემენტია", ვის მიმართაც კლიენტს შეუძლია ახალი კონსტრუქტები ჩამოიყალიბოს: მოახდინოს თერაპევტის ფიგურის კონსტრუირება მიმტვევებელი მშობლის, პრესტიჟული ფიგურის, პარტნიორის სახით. ამით თერაპიულ გარემოში იჭრება ახალი ელემენტები, რაც სტიმულს აძლევს წარმოსახვას და ექსპერიმენტირების სურვილს ააქტიურებს. ცვლილების მესამე პირობაა – კონსტრუქტთა შემოწმების შესაძლებლობა და ამისთვის თერაპევტის მიერ კლიენტისთვის სათანადო ინფორმაციის და უკუკავშირის მიწოდება.

### *ფიქსირებულ როლთა თერაპია*

ცვლილების ხელშემწყობ პირობათა ძიების პროცესში ჯეიკობ მორენოს გავლენით კელიმ **ფიქსირებული როლთა თერაპია** შეიმუშავა.

ფიქსირებული როლების თერაპია ამოღის იქიდან, რომ ფსიქოლოგიურად ადამიანი არის ის, რადაც წარმოდგენია თავი და, აგრეთვე, ის, რასაც იგი აკეთებს. ფიქსირებული როლების თერაპია უბიძგებს კლიენტს *ხელმოკრედ მოახდინოს საკუთარი თავის ინტერპრეტირება, მოიქცეს ახლებურად და, ამდენად, სხვა ადამიანად იქცეს*. მოელი ამ პროცედურის მიზანია – გაადვილოს კვლევის სულისკვეთება, ცხოვრების კონსტრუირება შემოქმედებით პროცესად აქციოს. კელის არ ხიბლავდა მოწოდება – "იყავი ის, რაც ხარ!", როგორადაც მას კარლ როჯერსი იყენებდა, რადგან ენევენებოდა, რომ ეს არც თუ დიდად საინტერესოა დარჩე იმად, რაც ისედაც ხარ. პირიქით, ადამიანს უნდა შეეძლოს სხვად ყოფნის წარმოსახვა, განსხვავებული როლების შესრულება და, შესაბამისად, განვითარება!

ფიქსირებული როლების თერაპია კლიენტს სთავაზობს განასახიეროს ახალი პიროვნება ანუ გარკვეული დროის განმავლობაში რეალურ ცხოვრებაში მასავით მოიქცეს. ესკიზში მოცემული ადამიანის ბევრი თვისება კლიენტის თვისებებისა და ქცევისგან მკვეთრად განსხვავდება. კელი ფიქრობდა, რომ ადამიანისთვის გაცილებით უფრო ადვილია გაითამაშოს ისეთი ქცევა, რომელიც სრულიად არ ჰგავს მისას, ვიდრე ეცადოს საკუთარი თავი უბრალოდ ოდნავ შეცვალოს. ესკიზი შედგენილია ისეთნაირად, რომ აღძრავს პროცესებს, რომლებიც გაფლენას იქონიებს კონსტრუქტთა მთელ სისტემაზე. ფიქსირებული როლების თერაპიის მიზანი სისტემის ცალკეული კომპონენტის ნაწილობრივი გარდაქმნა არ არის. პირიქით, იგი მთლიანი პიროვნების შეცვლაზეა მიმართული. კლიენტს სთავაზობენ ახალ როლს, ახალ პიროვნებას, ვის მიმართაც შესაძლებელი იქნება ახალი ჰიპოთეზების შემოწმება; აძლევენ საშუალებას მოვლენათა ინტერპრეტირების ახლებური ხერხები გამოსცადოს და, წარმოსახულ როლს ამოფარებულმა, ეს ყველაფერი თამამად აკეთოს. რეისორის მსგავსად, თერაპევტი კლიენტს ახალი “მხატვრული სახის შექმნაში” ეხმარება.

როლის ცნებას ადამიანის კონსტრუქტთა შორის ცენტრალური ადგილი ენიჭება, რადგან მასზეა დამოკიდებული გარემომყოფებთან ურთიერთობის აგება.

## პირად კონსტრუქტთა თეორიის შეფასება

პირად კონსტრუქტთა თეორიამ მნიშვნელოვანი წვლილი შეიტანა პიროვნების კვლევაში იმით, რომ პიროვნების როგორც ზოგადი, ისე უნიკალური თვისებები გამოსაყენებლად შეიჩუშავა საინტერესო და თეორიულად დასაბუთებული სადიაგნოსტიკო მეთოდი – რეპ-ტესტი.

ძირითადად კელის უწუნებდნენ ადამიანის რაობაზე მის თეორიაში გატარებულ შეხედულებას, იმას, რომ ის სათანადოდ არ ჩაუღრმავდა პიროვნების ფსიქოლოგიის ფუნდამენტურ საკითხებს და ყურადღების მიღმა დატოვა ემოციები. თქალსაჩინო მეცნიერი-კოგნიტივისტი ჯერომ ბრუნერი კელის თეორიის კომენტირებისას დიდ ეჭვს გამოთქვამს, რომ ადამიანი თავისი არსით მკვლევარ-მეცნიერია: “მაინც მგონია, რომ როდესაც ადამიანი ბრახობს, შეეყვარებულია ან შთაგონებას განიცდის – ყველაზე ნაკლებად მას საკუთარი კოგნიტური სისტემების მთლიანობის შენარჩუნება აწუხებს”. . . “იქმნება შთაბეჭდილება, რომ ირაციონალიზმის თაობასთან ბრძოლაში ამ თეორიის ავტორი მეორე უკიდურესობაში გადაკარდა”. ეს კრიტიკა სხვებმაც გაიზიარეს.

## ძირითადი ცნებები

კონსტრუქტი – კელის თეორიაში, მოვლენათა აღქმის, კონსტრუირების და ინტერპრეტირების ხერხი.

კონსტრუქტიული ალტერნატივიზმი – პოზიცია, რომლის თანახმად არ არსებობს არც ობიექტური რეალობა და არც აბსოლუტური ჭეშმარიტება, არსებობს მხოლოდ მოვლენათა კონსტრუირების ალტერნატიული ხერხები.

შფოთვა – მოახლოებული საფრთხის განცდა. კელის თეორიის თანახმად, ადამიანი განიცდის შფოთვას, როდესაც ხედავს, რომ კონსტრუქტა მისი სისტემა მოვლენათა აღსაქმელად აღარ გამოდგება.

შიში – ემოცია, რასაც აჩენს ადამიანის კონსტრუქტთა სისტემაში ახალი კონსტრუქტის შემოჭრა.

საფრთხე – განცდა, რომელიც ჩნდება, როდესაც ადამიანი აცნობიერებს, რომ კონსტრუქტთა საკუთარ სისტემაში

აუცილებლად დასჭირდება ფართომასშტაბიან კვლილებათა შეტანა.

როლურ კონსტრუქტთა რეპერტუარული ტესტი – კელის მიერ აგებული ტესტი, რითაც დგინდება ადამიანის მიერ გამოყენებული კონსტრუქტები, კონსტრუქტთა შორის კავშირები და ის, თუ როგორ იყენებს კონსტრუქტს ადამიანი კონკრეტული მეორე ადამიანის შესაფასებლად.

ფიქსირებული როლების თერაპია – კელის მიერ შემუშავებული ტექნიკა. ადამიანს სთავაზობენ გაითამაშოს გარკვეული სცენარები ან როლები, რაც უბიძგებს მას მოიქცეს ახლებურად და საკუთარი თავი სხვაგვარად დაინახოს.

### ძირითადი დაბულებები

1. კელის მიერ დამუშავებულ პირად კონსტრუქტთა თეორიაში ხაზგასმულია ხერხი, რითაც ადამიანი მოვლენათა კონსტრუირებას და ინტერპრეტირებას ახდენს.
2. კელი მიიჩნევს, რომ ადამიანი იგივე მკვლევარია – მოვლენათა დამკვირვებელი, რომელიც მოვლენათა მოსაწესრიგებლად აყალიბებს ცნებებს ანუ კონსტრუქტებს და მათ მომავლის პროგნოზირებისთვის იყენებს.
3. კელი საყოველთაო ჭეშმარიტების არსებობას არ ცნობს. ადამიანი აკეთებს არსევანს ალტერნატიული ინტერპრეტაციებიდან და ყოველთვის შეუძლია მოვლენათა ხელახალი და ახლებური ინტერპრეტირება.
4. კელი ადამიანის მიერ ჩამოყალიბებულ კონსტრუქტთა ტიპებს და მათ ორგანიზაციას აღწერს. კონსტრუქტი მოვლენათა შორის არსებული მსგავსების საფუძველზე ყალიბდუ-

- ბა. კონსტრუქტების სისტემა ცენტრალური და პერიფერიული კონსტრუქტებისგან შედგება.
5. ადამიანი მისივე პიროვნული კონსტრუქტების თვალსაზრისით უნდა განვიხილოთ.
  6. პიროვნების თავისუფლება იმაშია, რომ ყველა ადამიანს შეუძლია შეცვალოს მოვლენათა და საკუთარი პიროვნების კონსტრუქტები.
  7. ადამიანის ქცევის თავისუფლების ხარისხი საკუთარ კონსტრუქტთა მოქნილობაზეა დამოკიდებული.
  8. კელის ეკუთვნის როლური კონსტრუქტების რეპერტუარული ტესტი, რაც მან ადამიანის კონსტრუქტთა სისტემის, შინაარსისა და სტრუქტურის სადიაგნოსტიკოდ შეიმუშავა. რეპ-ტესტით შეგვიძლია დავინახოთ რაოდენ დიფერენცირებულად და უნიკალურად აღიქვამს ადამიანი გარესამყაროს.
  9. კელის თეორიაში მოტივის აღვილი არ რჩება. მისი ვარაუდით, ადამიანი აქტიურია თავისი ბუნებით და საკუთარი მომავლის განჭვრეტა შეუძლია. ცვლილებები კონსტრუქტთა სისტემაში მოვლენათა უკეთ პროგნოზირების სურვილით არის ნაკარნახევი.
  10. ადამიანი შფოთვას განიცდის, როდესაც აცნობიერებს, რომ მოვლენები საკუთარ კონსტრუქტთა სისტემას ვეღარ ეთაყსება და მის გარეთ რჩება; განიცდის შიშს, როდესაც ჰორიზონტზე ახალი კონსტრუქტი ჩნდება და განიცდის საფრთხეს, როდესაც კონსტრუქტთა სისტემაში გლობალურ ცვლილებათა აუცილებლობა დგება.
  11. კელისთვის ფსიქოპათოლოგია შფოთვაზე მოუწესრიგებელი რეაქცია, რაც კონსტრუქტთა სისტემაში ჩაყარდნებს იწვევს.

12. კელის თანახმად, თვითმკვლელობა და ადამიანების მიმართ მტრული დამოკიდებულება საკუთარ კონსტრუქტთა დაცვის უკიდურესი მცდელობაა. სუიციდის შემთხვევაში ადამიანი ან სრულ განსახლებულობას (ყატალიზმს) ან სრულ განუსაზღვრელობას გაურბის; ხოლო ადამიანთა მიმართ მტრული დამოკიდებულების დროს იგი მუდმივად ცდილობს აიძულოს სხვები მისი მოლოდინების შესაბამისად იქცეოდნენ.
13. ფსიქოთერაპია კონსტრუქტთა სისტემის ახლებურად გადაწყობის როცესია.
14. ფიქსირებული როლების თერაპიის დროს კლიენტს უბიძგებენ ახლებურად შეხედოს თავის თავს, ახლებურად მოიქცეს და საკუთარი თავის ახლებური ინტერპრეტირება მოახდინოს.
15. პირად კონსტრუქტთა თეორია, ძირითადად, რეპ-ტესტის გამოყენებით ჩატარებულ კვლევას ეყრდნობა.
16. პიროვნების კონსტრუქტთა თეორიის ნაკლად მიჩნეულია ის, რომ მასში პიროვნების ფსიქოლოგიის და ფსიქოთერაპიის ფუნდამენტურ საკითხებს სათანადო ყურადღება არ დაეთმო.



## თავი IX

### სოციალურ-კოგნიტური თეორია

სოციალურ-კოგნიტური თეორია ტრადიციული ბიჰევიორისტული თეორიიდან ამოიზარდა და მას “სოციალური დასწავლის თეორია” დაერქვა. თეორიის განვითარების კვალდაკვალ ადამიანის ფუნქციონირებაში კოგნიტურ პროცესთა მნიშვნელობა გამოიკვეთა, რამაც მისი დღევანდელი სახელწოდება განსაზღვრა.

სოციალურ-კოგნიტური თეორიის თანახმად, ქცევა სიტუაციაზე დამოკიდებული, ანუ ადამიანი სხვადასხვა სიტუაციაში ქცევის განსხვავებული პატერნებით მოქმედებს. სიტუაციურ-სპეციფიკური ეს ქცევითი პატერნები უფრო მეტს გვეუბნება პიროვნებაზე, ვიდრე კროს-სიტუაციური ანუ სხვადასხვა სიტუაციაში გამოვლენილი განსხვავებები, რაც პრიორიტეტულია ნიშნის თეორიისთვის. მაგალითად, სოციალურ-კოგნიტური თეორიის ავტორები მიიჩნევენ, რომ გაცილებით უფრო მნიშვნელოვანია ვიცოდეთ რა სიტუაციაში იქცევა ადამიანი როგორც ექსტრავერტი და რა სიტუაციაში – როგორც ინტროვერტი, ვიდრე ვარკვიოთ როგორია ექსტრავერსია-ინტროვერსიის მისი საშუალო დონე სხვა ადამიანებთან შედარებით.

პიროვნების სოციალურ-კოგნიტური თეორია ამჟამად მეტად პოპულარულია. ყველაზე თვალსაჩინოდ იგი მოცემულია ალბერტ ბანდურას და უოლტერ მიშელის შრომებში.

## ადამიანის როლბა

სოციალურ-კოგნიტურ თეორიაში ადამიანი აქტიური არსებაა, რომელიც კოგნიტური პროცესების გამოყენებით იქმნის წარმოდგენას მოვლენებზე, განჭვრეტს საკუთარ მომავალს, ირჩევს ქცევის მიმართულებას და სხვა ადამიანებთან ურთიერთქმედებს. ალტერნატიული თეორიებისადმი ადამიანზე, როგორც წარსულიდან მომდინარე თავისსავე არაცნობიერ იმპულსთა მსხვერპლზე – იმთავითვე უარყოფილია. უარყოფილია ასევე თეორიები, სადაც პრიორიტეტი მხოლოდ გარეგან ფაქტორებს ენიჭება. სოციალურ-კოგნიტური თეორია მიიჩნევს, რომ ქცევის ასახსნელად ადამიანსა და გარემომცველ სინამდვილეს შორის ურთიერთქმედებაა გასათვალისწინებელი. ურთიერთქმედების ამ პროცესს ბანდურამ *რეციპროკული ანუ ორმხრივი დეტერმინიზმი* უწოდა. ადამიანი გარესინამდვილის ზემოქმედებას განიცდის, მაგრამ ამასთანავე, ქცევის ხერხებს თვითონ ირჩევს; ერთდროულად რეაგირებს კიდევ სიტუაციაზე და თვითონვე ქმნის ამ სიტუაციას; ირჩევს სიტუაციებს და ასევე მათი გავლენით ყალიბდება; გავლენას ახდენს სხვათა ქცევაზე და ამ სხვა ადამიანთა ქცევის გავლენით თვითონაც იცვლება.

## სტრუქტურა

სოციალურ-კოგნიტური თეორიის სტრუქტურული ელემენტებია: მოლოდინი-რწმენები, კომპეტენციები – უნარ-ჩვევები და მიზნები.

### *მოლოდინი-რწმენები*

თეორიაში მოლოდინების და რწმენების (მტკიცე შეხედულებების) როლია საგანგებოდ არის ხაზგასმული: მოლოდინები და რწმენები მოვლენებსა და საკუთარ თავს ეხება; მაგალი-

თად, არსებობს მოლოდინები თუ როგორ იქცევიან ადამიანები, რა ჯილდო და ჯარიმა მოჰყვება გარკვეული ტიპის მათ საკუთარ ქცევას. ადამიანს აქვს აგრეთვე რწმენები საკუთარ უნარებზე თავი გაართვას სიტუაციის მოთხოვნებს და დასახულ მიზნებს მიაღწიოს. ორივე შემთხვევაში ჩაურთვის კოგნიტური პროცესები, როგორცაა სიტუაციათა კატეგორიზება (მაგ., შრომითი სიტუაციები, პირადი ცხოვრების სიტუაციები), მომავლის განჭვრეტა და საკუთარი თავის ასახვა. ამის გამო ადამიანი სხვადასხვა სიტუაციაში განსხვავებულად იქცევა.

**სოციალური განსხვავებულება და პიროვნების შინაგანი შთანხვეპულობა.** სოციალურ-კოგნიტური თეორიის თანახმად, ადამიანები ერთმანეთისგან განსხვავდებიან იმით, თუ ქცევის რა პატერნებს იყენებენ. ყოველი ინდივიდი იყალიბებს მოლოდინებს “თუ . . . მაშინ”. “თუ ამ ტიპის სიტუაციაში აღმოვჩნდები, მაშინ, ჩემი მოლოდინის შესაბამისად მოხდება ესა და ეს”. შედეგად ადამიანს სიტუაცია-ქცევის მყარი პატერნები უყალიბდება.

რა ფაქტები მოგვეპოვება, რომ სიტუაციები მართლაც ასე გვაქვს კატეგორიებად დახარისხებული და რამდენად შესაძლებელია ადამიანის აღწერა სიტუაცია-ქცევის ამ კავშირთა მყარი პროფილებით? პასუხს ამ კითხვაზე დიდხანს ეძებდა პიროვნების კოგნიტურ-აფექტური სისტემის თეორიის ავტორი უოლტერ მიშელი.

თვითდაკვირვების თანახმად, ადამიანი თავს განსხვავებულად გრძნობს და განსხვავებულად იქცევა სხვადასხვა ტიპის სიტუაციაში. მაგალითად, ცდისპირი გვამცნობს, რომ თანატოლებთან თავს ლაღად გრძნობს და იქცევა როგორც ექსტრავერტი; მაგრამ სახლში დაძაბულია და მისი ქცევა ინტროვერტის ქცევაა. მეორე ცდისპირი კი ამბობს, რომ სამსახურში ის მბრძანებლობს, ხოლო ოჯახში თბილი და მზრუნველია. ადამიანები შეიძლება განსხვავებულად აჯგუფებდნენ საკუთარ

ცხოვრებისეულ სიტუაციებს და ამ სიტუაციებთან დაკავშირებულ გრძნობებს და მოქმედებებს. მთავარი კი ის არის, რომ ყველა აღიარებს: სხვადასხვაგვარ სიტუაციაში მათი გრძნობები და ქცევა განსხვავებულია. რამდენად დაადასტურებს თვითდაკვირვების ამ მონაცემებს ქცევის ობიექტური მახვენებლები?

ამ კითხვაზე პასუხს გეთავაზობს მიშელის ხელმძღვანელობით ჩატარებული გამოკვლევა – ექვსკვირიანი დაკვირვება გოგონებისა და ვაჟების ქცევაზე საზაფხულო ბანაკის სხვადასხვა სიტუაციაში. ეს სიტუაციები იყო: სადურგლო სახელოსნო, შეხვედრები მათ საცხოვრებელ კოტეჯებში, სასადილოში, სხვადასხვა სახის აქტივობა საკლასო ოთახში და სათამაშო მოედანზე, სატელევიზიო გადაცემების ყურება. აღირიცხებოდა რა სიხშირით ვლინდებოდა ამ სიტუაციებში შემდეგი ხუთი ტიპის ქცევა: ვერბალური აგრესია (ჩაცევა, გამოწვევა, მუქარა); ფიზიკური აგრესია (დარტყმა, ხელის კერა, ფიზიკური დაზიანება); ტირილი ან წუწუნი; მორჩილება და დათმობა; მეგობრული საუბარი. საშუალოდ, თითოეულ ბავშვზე დაკვირვება 167 საათს აღწევდა. საბოლოო ჯამში, ყოველი კონკრეტული ბავშვის შესახებ მოპოვებულ იქნა მონაცემთა აურაცხელი რაოდენობა თუ როგორ იქცეოდა ის სხვადასხვა სიტუაციაში მთელი ამ პერიოდის მანძილზე.

რა შედეგები იქნა მიღებული? ცხადია, ბავშვების ქცევა სიტუაციების მიხედვით მეტნაკლებად იცვლებოდა. მთლიანობაში, ქცევა სათამაშო მოედანზე განსხვავდებოდა ქცევისგან საკლასო ოთახში, ხოლო ქცევა კოტეჯში მიმდინარე შეხვედრებზე – ქცევისგან სადურგლო სახელოსნოში. ქცევის ხუთივე სახეობის გამოვლინებაშიც ინდივიდუალური სხვაობები დადასტურდა (რაც ნიშნის თეორიის ძირითად დებულებას შეესაბამება). მაგრამ სოციალურ-კოგნიტური თეორიისთვის გაცილებით უფრო მნიშვნელოვანია საკითხი: შეიძლება თუ არა ინდი-

260

კიდი აღიწეროს მისთვის დამახასიათებელი სიტუაცია-ქცევის კაეშირების ანუ ერთეულების პატერნებით? შეიძლება თუ არა, რომ ორი ინდივიდი აგრესიული ქცევის ერთსა და იმავე დონეს ავლენდეს (აგრესიულობის პიროვნული ნიშნით იდენტიური იყოს). მაგრამ განსხვავება მათ შორის ის იყოს, რომ ამ აგრესიულობას სხვადასხვა სიტუაციაში ავლენდნენ? პასუხი დადებითია - ინდივიდებისთვის დამახასიათებელია სიტუაციითა კონკრეტული ჯგუფის მიმართ გარკვეულ ქცევითა გამოვლინების განსხვავებული, და, ამასთანავე, მყარი პროყილები. სიტუაცია-ქცევის კაეშირების ინდივიდისთვის დამახასიათებელ და სხვებისგან განმასხვავებელ პროყილებს **თანითი ავტორაზია** ეწოდა. ქცევის პატერნებსა და ორგანიზებაში გამოვლენილ შიდაინდივიდუალური სტაბილურობის სწორედ ეს ტიპია განსაკუთრებით მნიშვნელოვანი პიროვნების ფსიქოლოგიისთვის, რომლის მიზანია ინდივიდუალური ქცევის უნიკალურობის გაგება და წყდომა.

**მე და საკუთარი ეუთავრობის რწწწწწწწ.** საკუთარი "მე"-ს ცნება სოციალურ-კოგნიტურ თეორიაში ადამიანის ფსიქოლოგიური ფუნქციონირების *პროცესებს* განეკუთნება. არსებითად, ადამიანს არ გააჩნია სტრუქტურა, რომელიც "მე-ს", "თვითობას", " მეობას" ეუწოდებთ. უფრო სწორია ლაპარაკი *მე-პროცესებზე*. გარდა ამისა, სოციალურ-კოგნიტური თეორია "მე"-ს ცნებას მეტისმეტ გლობალურობას საყვედურობს და მიიჩნევს, რომ ადამიანს აქვს არა ერთიანი მე-კონცეფცია, არამედ მე-კონცეფციები და თვითკონტროლის პროცესები, რომლებიც შეიძლება დროში და სიტუაციიდან სიტუაციაში იცვლებოდეს.

"მე"-ს ერთ-ერთი ასპექტია **თვითთავაუთავრობა** ანუ ადამიანის ვარაუდი კონკრეტულ სიტუაციებში წარმატებით მოქმედების, მის წინაშე მდგარი ამოცანის გადაჭრის საკუთარი უნარის შესახებ. შეხედულებები თვითეფექტურობის შესახებ განსაზღე-

რავს იმას, თუ რა სირთულის მოქმედებებს მოეკიდებთ ხელს, რა სიდიდის ძალისხმევას წარემართავთ კონკრეტული სიტუაციის მიმართ, რამდენად შეუპოვრად ვეცდებით ამოცანის გადაჭრას და აგრეთვე იმას, რა ემოციები გვექნება ამ სიტუაციაში. ცხადია, რომ სიტუაციებში, როდესაც საკუთარ უნარებში დარწმუნებულები ვართ და სიტუაციებში, როდესაც დარწმუნებულები არ ვართ და საკუთარ არაკომპეტენტურობას ვხვდებით, განსხვავებულად მოვიქცევით. ერთი სიტყვით, საკუთარი ეფექტურობის თაობაზე ჩვენივე წარმოდგენები გავლენას ახდენს აზროვნებზე, მოტივაციაზე, წარმატებაზე და ემოციურ აგზნებაზე.

თვითეფექტურობას ბანდურა შემდეგნაირად ზომავს: იგი უპირატესობას ანიჭებს ე.წ. **მიკრონალიტიკური კალაის** სტრატეგიას, როდესაც გაზომვა ხდება უშუალოდ კონკრეტული მოქმედების განხორციელების წინ. მაგალითად, ცდისპირს თხოვენ, კონკრეტულ სიტუაციაში განსაზღვროს ამოცანები, რომელთა შესრულებასაც შეძლებს და დარწმუნებულობის ხარისხი, რომ ნამდვილად შეძლებს მათ წარმატებით გადაჭრას. მიკრონალიტიკურ სტრატეგიაში აისახება ავტორის ძირითადი იდეა, რომ თვითეფექტურობის შეფასება დამოკიდებულია სიტუაციის სპეციფიკაზე და ის არ არის ერთი გლობალური დისპოზიცია, რომ მისი გაზომვა ყოველისმომცველი პიროვნული კითხვარით შეიძლებოდა.

### *მიზნები*

მიზნის ცნება უკავშირდება ადამიანის ორ უნარს: წარმოსახვის მომავალი და საკუთარი თავის მოტივირება მოახდინოს. სწორედ მიზნები გვეხმარება დავადგინოთ პრიორიტეტები და შევარჩიოთ სიტუაციები, არ ვექლდეთ მომენტის კარნახს

და საკუთარი ქვევა დროის დიდ მონაკვეთში დავეგებოთ. ადამიანის მიზნები სისტემად არის დალაგებული, ისე, რომ ზოგი მიზანი უფრო მნიშვნელოვანია, ვიდრე დანარჩენი. თუმცა, როგორც წესი, მიზანთა ეს სისტემა ხისტია არ არის და ადამიანს შეუძლია დაისახოს მიზანი იმის მიხედვით, რა შესაძლებლობებს სთავაზობს გარემო და როგორია ამ მიზნის მიღწევის მხრივ საკუთარი ეფექტურობის წინასწარი შეფასება.

### *კომპეტენციები – უნარ-ჩვევები*

სოციალურ-კოგნიტური თეორია ყურადღებას ამახვილებს კომპეტენციებზე ან უნარებზე, რასაც ფლობს ინდივიდი. განსაკუთრებულ ინტერესს იწვევს კოგნიტური კომპეტენციები და უნარ-ჩვევები ანუ ადამიანის უნარი გადაჭრას ამოცანები და ცხოვრებისეულ პრობლემებს გაართვას თავი. ამ კომპეტენციებში შედის როგორც ლოგიკური აზროვნების ხერხები, ისე ყოველდღიურ პრობლემათა პრაქტიკული გადაჭრის უნარ-ჩვევები. კომპეტენციები ხშირად კონკრეტულ კონტექსტზეა “მიბმული” ანუ ერთ კონტექსტში კომპეტენტური ადამიანი შეიძლება სრულიადაც არ იყოს კომპეტენტური სხვა კონტექსტში. მაგალითად, აკადემიურ საქმიანობაში კომპეტენტური ადამიანი შეიძლება არაკომპეტენტური იყოს საზოგადოებრივ საქმიანობაში ან ბიზნესში. ამრიგად, სოციალურ-კოგნიტურ თეორიაში აშკარად კეთდება აქცენტი კონკრეტულ სიტუაციათა კონტექსტში ადამიანის ფუნქციონირებაზე.

### **პროსესი**

სოციალურ-კოგნიტური თეორიის თანახმად, ქცევა **მოლო-დინებას** ანუ პროგნოზირებულ და არა უშუალო შედეგებს ეყრდნობა. კოგნიტური პროცესის წყალობით, რაც სხვადასხვაგვარი

ქცევის შედეგების მიმართ მოლოდინებს აყალიბებს, ადამიანს შეუძლია წინასწარ გაიაზროს ქცევის შედეგები. მას მომავალი ჯილდოსა და სასჯელის პროგნოზირება შეუძლია.

### *მიზნები, სტანდარტები, თვითრეგულაცია*

მოტივაციის პროცესებიდან საგულისხმოა ორი ცნება: 1. ადამიანის **შინაგანი სტანდარტები** საკუთარი და სხვისი ქცევის შესაფასებლად. სტანდარტები აყალიბებს მიზნებს, რომელთა მიღწევასაც ვცდილობთ და სხვადასხვა სახის განმტკიცებას, რასაც საკუთარი თავისა და სხვისგან ვეღობთ; 2. **თვითგანმტკიცების** პროცესი. იგი განსაკუთრებით მნიშვნელოვანია ქცევის შესანარჩუნებლად ხანგრძლივი დროის განმავლობაში გარეგანი განმტკიცების არარსებობის პირობებში. სწორედ შინაგან თვითშეფასების რეაქციათა მეშვეობით, როგორცაა ქება ან ძაგება, შეგვიძლია წავახალისოთ ან დავესაჯოთ საკუთარი თავი, როდესაც ამ სტანდარტებს მივსდევთ ან ვღალატობთ.

მიზნებთან მიმართებით სოციალურ-კოგნიტიური თეორია ყურადღებას ამახვილებს ადამიანისთვის დამახასიათებელ უნარზე წარმოსახოს მომავალი და შესაბამისი გეგმები დააგოს. ადამიანები განსხვავდებიან იმ სტანდარტებითაც, რასაც საკუთარ თავს უყენებენ. ერთნი ყოველთვის რთულ მიზნებს ისახავენ, სხვები მარტივს; ზოგის მიზნები ძალზე კონკრეტულია, სხვათა მიზნები ბუნდოვანი, გაურკვეველია. ზოგიერთი ადამიანი უპირატესობას უახლოვს, ხანმოკლე მიზნებს ანიჭებს, ზოგიც ხანგრძლივ, შორეულ მიზნებს. მაგრამ, ნებისმიერ შემთხვევაში, ჩვენ ძალისხმევას წარმატებით განცდილი კმაყოფილების ან წარუმატებლობით გამოწვეული უკმაყოფილების მოლოდინები განსაზღვრავს.



ამ ანალიზში საყურადღებოა ორი მომენტი: 1. ადამიანი განიხილება როგორც პროაქტიული და არა რეაქტიული არსება: იგი გარემოს მოთხოვნებს უშუალოდ კი არ პასუხობს, არამედ თვითონვე იქმნის საკუთარ სტანდარტებს, ისახავს მიზნებს; და მეორე, საკუთარი სტანდარტების დაწესებისა და თვითგანმტკიცების უნარის წყალობით ადამიანს შეუძლია ქცევის **თვითრეგულირება**. ამრიგად, ისეთი კოგნიტური მექანიზმები, როგორიცაა მოლოდინები, სტანდარტები და თვითგანმტკიცება საშუალებას გვაძლევს დავისახოთ სამომავლო მიზნები და საკუთარ სეე-ბედზე გავლენა მოვიპოვოთ.

### *თვითეფექტურობა და ქცევის წარმატებულობა*

თვითეფექტურობის რწმენა ქცევის კოგნიტური შუამავალია. ქცევის დაგეგმვისა და შესრულების მსვლელობაში ადამიანი განსჯის რამდენად შესწევს უნარი შეასრულოს ის მოთხოვნები, რასაც მას ამოცანა უყენებს. **თვითაზიზაროვის შესახებ ვაჟასაითი ასალოვაი** გავლენას ახდენს აზროვნებაზე (“ეს არის ის, რისი გაკეთებაც მჭირდება და რის გაკეთებასაც შევძლებ!” ან “ამის გაკეთებას ვერასოდეს მოვახერხებ! რას იფიქრებს ჩემზე ხალხი?!”), ემოციებზე (აგზნება, სიხარული ან შფოთვა, დეპრესია) და ქცევაზე (საქმის ბოლომდე მიყვანა ან შეწყვეტა, „ხელების ჩამოყრა“). ადამიანი ადგენს სტანდარტებს და ისახავს მიზნებს, აფასებს საკუთარ უნარს შეასრულოს მიზნის მისაღწევად აუცილებელი პროცედურები.

რაც უფრო დიდია შესრულების სტანდარტებსა და ქცევის წარმატებას შორის სხვაობა, მით მეტადაა ინდივიდი თავისი ქცევით უკმაყოფილო და უკეთესი შედეგის მისაღწევად მერძალებს იკრებს. მაგრამ, ამგვარი ძალისხმევის გადამწვევით ყაქტორია საკუთარი ეფექტურობის შესახებ წარმოდგენა-რწმე-

ნები. სწორედ ისინი აშუალებს მიზნების გაკლენას მათ მისაღწევად დახარჯულ ძალისხმევაზე. ექსპერიმენტებით დადასტურდა, რომ მიზანი ქცევაზე მამოტივირებელ გაკლენას თვითშეფასებისა და საკუთარი ეფექტურობის რწმენათა მეშვეობით ახდენს.

თვითეფექტურობა განსაკუთრებით მნიშვნელოვანია ქცევისადმი *თავისთავადი ანუ შინაგანი ინტერესის* გასაღვივებლად. მაგალითად, ფსიქოლოგებმა შესძლეს გაეზარდათ სწავლისადმი ინტერესი და სწავლაში წარმატებულობა იმით, რომ ა) დაეხმარნენ მოსწავლეებს დავალებების ქვემიზნებად დაყოფასა და წარმატებისადმი თვალის მიდევნებაში და ბ) მიაწოდეს მოსწავლეებს იმგვარი უკუკავშირი, რომელიც თვითეფექტურობის განცდას აძლიერებდა. დადგინდა, რომ სასწავლო საგნისადმი ან სასწავლო პროცესისადმი უშუალო, თავისთავადი ანუ *ინტრინსიკული* ინტერესი ვითარდება მაშინ, როდესაც მოსწავლე ისახავს მაღალ სტანდარტებს, რომლებიც წარმატების შემთხვევაში დადებით თვითშეფასებას უზრუნველყოფს და ამასთანავე მას აქვს თვითეფექტურობის განცდა, რომ ამ სტანდარტების დაკმაყოფილებას შესძლებს. სწორედ ამგვარი შინაგანი ინტერესია ის, რის გამოც ადამიანი ხანგრძლივად მიმართავს ძალისხმევას მაშინაც, როცა გარეგან ჯილდოს არ ელოდება. და პირიქით, საკუთარი არაეფექტურობის განცდამ შეიძლება პოტენციური მოტივაცია, ძალზე სასურველი მიზნის შემთხვევაშიც კი, ნულზე დაიყვანოს. მაგალითად, შოუმენობა ბეკრისთვის საკმაოდ მიმზიდველი მიზანია, მაგრამ ამ მიზნის მიღწევის მოტივაცია ახალგაზრდას ვერ ექნება, თუ საკუთარ თავში შესაბამის უნარებს ვერ გრძნობს და ეს სურვილი მხოლოდ ოცნებად და ფანტაზიად დარჩება. იგი ვერ იქცევა რეალურ მიზნად, რომელიც სამოქმედოოდ აღძრავს ადამიანს.

თვითუფექტურობის რწმენას შეუძლია იმდენად ძლიერი გავლენა იქონიოს ძალისხმევის მოტივაციაზე და, შესაბამისად, წარმატებაზე, რომ “ნიჭიერ” და “უნიჭო” ადამიანთა შორის განსხვავებაც კი დაჩრდილოს – ნიჭიერმა, მაგრამ თვითუფექტურობის რწმენას მოკლებულმა ადამიანმა ვერ მიაღწიოს დასახულ მიზანს, ხოლო ნაკლებად ნიჭიერმა, მაგრამ საკუთარ ეფექტურობაში დარწმუნებულმა ადამიანმა იმავე მიზანს მიაღწიოს.

საკუთარ ეფექტურობაში დარწმუნებულობა მოქმედებს იმაზეც, როგორ დაძლევის ადამიანი გულგატეხილობასა და სტრესებს. მოკლებულებზე საკუთარი კონტროლის განცდა გვეხმარება ადაპტაციაში, ხოლო თვითუფექტურობის რწმენა ამგვარი კონტროლის შემადგენელი ნაწილია.

თვითუფექტურობის რწმენა მრავალმხრივ გავლენას ახდენს მოტივაციაზე – კონკრეტულად იმაზე თუ: ა) როგორ მიზნებს დაისახავს ადამიანი; მაგალითად, საკუთარ ეფექტურობაში დარწმუნებული ადამიანი ისახავს უფრო რთულ, რისკიან ამოცანებს, ვიდრე საკუთარ ეფექტურობაში დაურწმუნებელი ადამიანი; ბ) რამდენად მონდომებული, დაუინებელი და ეფექტური იქნება ადამიანი დასახულ ამოცანათა განხორციელებაში; გ) როგორია ამოცანისადმი ემოციური დამოკიდებულება – საკუთარ ეფექტურობაში დარწმუნებული ადამიანი ნაკლებად ღელავს და უფრო თამამად უღვება ამოცანებს, ვიდრე საკუთარ ეფექტურობაში დაურწმუნებელი; დ) საკუთარ ეფექტურობაში დარწმუნებული ადამიანი, დაურწმუნებელთან შედარებით, სტრესსა და იმედგაცრუებას უკეთ ართმევს თავს.

ამრიგად, სოციალურ-კოგნიტური თეორიის პოზიციიდან დანახული მოტივაცია ასე შეჯამდება: ადამიანი უწესებს თავის თავს სტანდარტებს და ისახავს მიზნებს, განიხილავს ქცევის ალტერნატიულ გზებს და იღებს გადაწყვეტილებებს. ამისთვის

იგი ითვალისწინებს მოსალოდნელ შედეგებს (გარეგან და შინაგან ჯილდოებსა და ჯარიმებს) და საჭირო მოქმედებების შესრულების მხრივ საკუთარი ეფექტურობის წარმოდგენებს ეყრდნობა. მოქმედების შედეგი გარედან მიღებული ჯილდოს და, აგრეთვე, საკუთარი თვითშეფასების მიხედვით განისაზღვრება. წარმატებულმა მოქმედებამ შეიძლება გააძლიეროს თვითეფექტურობის განცდა და ამით შეასუსტოს ძალისხმევა ან გაზარდოს სტანდარტები, რომელთა მისაღწევად მცტი ძალისხმევა დასჭირდება. წარუმატებლობამ ან მარცხმა შეიძლება გამოიწვიოს მიზანზე უარის თქმა ან მიზნისადმი სწრაფვა უცვლელი დატოვოს – ეს დამოკიდებული იქნება იმაზე, რამდენად ფასეულია ადამიანისთვის ქცევის შედეგი და შემდგომი ძალისხმევის კუთხით როგორია საკუთარი ეფექტურობის განცდა.

სასწავლო სფეროში განხილული მაგალითებით თუ ვიმსჯელებთ, ეს ნიშნავს, რომ სწავლის მოტივაციის შენარჩუნება შესაძლებელია, თუ მოსწავლეს აქვს მაღალი სტანდარტები, დადებითი შედეგები, ამ სტანდარტების დაკმაყოფილებისას სიამაყის განცდა და მოლოდინი, რომ მას ამ სტანდარტების მიღწევა შეუძლია. საპირისპირო სურათია, თუ მოსწავლის სტანდარტები დაბალია, მიზნის მიღწევისგან ის რაიმე განსაკუთრებულ გარეგან ან შინაგან ჯილდოს არ ელის და ამასთანავე სასწავლო ამოცანების შესრულება მას შეუძლებელი ჰგონია. ასეთ დროს სასწავლო საგნისადმი ინტერესი და მოტივაცია ძალზე დაბალია.

## ზრდა და ბანკითარება

სოციალურ-კოგნიტური თეორია ყურადღებას ამახვილებს კოგნიტური კომპეტენციების, მოლოდინების, მიზან-სტანდარტების, თვითეფექტურობის რწმენების და, აგრეთვე, თვითრეგუ-

ლაციის ფუნქციათა განვითარებაზე – როგორც საკუთარი გამოცდილების საფუძველზე, ისე სხვა ადამიანთა ქცევაზე დაკვირვებით. დაკვირვების მეშვეობით სწავლა გულისხმობს ქცევის რთული ნიმუშების ათვისებას სხვა ადამიანებზე დაკვირვებით ანუ “სხვისგან გადმოღებით”.

### *დასწავლა დაკვირვების მეშვეობით*

სხვის ქცევაზე უშუალო დაკვირვებით სწავლის დროს ადამიანს, ვისაც აკვირდებიან, ეწოდება მოდელი. მოქმედების ათვისებას იმაზე დაკვირვებით, როგორ ასრულებს შესაბამის მოქმედებას მოდელი, ეწოდება *მოდელირება*. ასე ითვისებს ბავშვი ენას. ამგვარ ქცევას ხშირად *იმიტაციას* ან *იდენტიფიკაციას* უწოდებენ. იმიტაცია აღნიშნავს კონკრეტული რეაქციის გამოვლენას, ხოლო იდენტიფიკაცია – ქცევის უფრო დიდი პატერნების გადმოღებას. მოდელირება უფრო ფართო ცნებაა, ვიდრე მიბაძვა და ნაკლებად დიფუზური, ვიდრე იდენტიფიკაცია.

**ჰსაჲის დაუფლება და ჰსაჲის შესრულება.** სოციალურ-კოგნიტიური თეორია მკაფიოდ განასხეავებს ქცევის **დაუფლებას** და **შესრულებას**. ქცევის ახალი რთული პატერნის დაუფლება შესაძლებელია გარეგანი განმტკიცების გარეშეც, მაგრამ მოხდება თუ არა ამ ქცევის *განხორციელება* – ეს ჯილდოზე და სასჯელზეა დამოკიდებული. ამას ადასტურებს ბანდურას და მისი კოლეგების კლასიკური გამოკვლევა. ამ ექსპერიმენტში ბავშვებს წარუდგინეს მოდელი, ადამიანი, ვინც მათ თვალწინ აგრესიულად ექცეოდა თოჯინას (პლასტიკური მასალიდან დამზადებულ გასაბერ კლოუნს, რომელიც დარტემისას ხტოდა). მოდელის ქცევა აგრესიის ახალ ფორმებს შეიცავდა, როგორიცაა ხის ჩაქრით თოჯინის ცემა, რაც ბავშვებს ადრე არ ენახათ. მოდელის მიერ თოჯინის ცემის შემდეგ ოთახში ექსპერიმენტატორი შემოიღო და და თოჯინის ცემისთვის მოდელს აქებდა ან აძაგებდა. ამის შემდეგ ბავშვები თოჯინასთან თამაშს უბრუნდებოდნენ. ბავშ-

ეებმა, ვის თვალწინაც მოდელი შეაქეს, უფრო მეტად მოახდინეს მოდელის ქცევის იმიტირება. ანუ მეტი აგრესიული მიბაძვითი მოქმედებები გამოავლინეს, ვიდრე ბავშვებმა, რომლებმაც მოისმინეს როგორ გაიკიცხა მოდელი აგრესიისთვის. მოდელის ძაგებამ აგრესიული ქცევის გამოვლინება აშკარად დათრგუნა. მოგვიანებით, როდესაც ბავშვებს შესთავაზეს ჯილდო ჩვენებისთვის როგორ მოექცა მოდელი სათამაშოს, ბავშვების ორივე ჯგუფმა კარგად შესძლო მოდელის ქცევის იმიტირება. გამოდის, რომ ბავშვებს ათვისებული ჰქონდათ აგრესიული ქცევა, მაგრამ რაკი ნახეს, რომ ამისთვის მოდელი გაიკიცხა ანუ დაისაჯა, არ ასრულებდნენ აგრესიულ ქცევას, ვიდრე მათ ამის გაკეთება საგანგებოდ არ სთხოვეს.

**არაპირდაპირი განაირობება.** დაკვირვების მეშვეობით შესაძლებელია არა მხოლოდ ქცევის, არამედ პირობითი ემოციური რეაქციების ათვისებაც, ისეთების, როგორიცაა შიში და სიხარული. ეს პროცესი, რასაც **არაპირდაპირი განაირობება** ეწოდება, თავს იწინს ადამიანებთან და ცხოველებთან – ადამიანებს, რომლებიც ხედავდნენ როგორ ავლენს მოდელი შიშის პირობით რეაქციას. არაპირდაპირ უყალიბდებათ ემოციური რეაქცია მანამდე ნეიტრალურ სტიმულზე. მსგავსი რამ დადასტურდა მცირეწლოვან მაიმუნებთან: მშობელთა შიშის რეაქციაზე დაკვირვებით მათაც ანალოგიური რეაქცია ჩამოუყალიბდა.

დაკვირვების გზით დასწავლა ავტომატურად არ ხდება და ადამიანი წამხედურობისთვის არ არის განწირული. ცხოვრების მანძილზე ჩვენ გარშემო უამრავ მისაბამ ნიმუშს ვხედავთ და არჩევანის გაკეთება შეგვიძლია.

### *დაკმაყოფილების გადავადების ჩვევათა დაუფლება*

მომავალზე ორიენტირებული ქცევის ერთ-ერთი პირობაა **დაკმაყოფილების გადავადების უნარი.**

ბავშვებს უშუშავდება მოთხოვნების დაკმაყოფილების გადავადების უნარი, თუკი მოდელები დაკმაყოფილების გადავადების ამგვარ ქცევას გამოავლენენ. ბანდურას და მიშელის გამოკვლევაში ბავშვებს, რომლებმაც მანამდე დაკმაყოფილების გადავადების მაღალი ან დაბალი დონე გამოავლენეს, წარუდგინეს მოდელი, ვინც საპირისპირო ტიპის ქცევის დემონსტრირებას ახდენდა: თითოეული ბავშვი, ცალცალკე, თვალს ადევნებდა ტესტირების სიტუაციას, როდესაც ზრდასრულ ადამიანს (მოდელს) თხოვდნენ გაეკეთებინა არჩევანი – დაუყონებლივ მიეღო შედარებით მცირე ჯილდო ან უფრო დიდებულ ჯილდოს დალოდებოდა. აღმოჩნდა, რომ გადავადების მაღალი უნარის მქონე ბავშვებმა შეიცვალეს ქცევა მყისიერი დაკმაყოფილების მიმართულებით და პირუკუ – ბავშვებმა, რომლებსაც დაკმაყოფილების გადავადების დაბალი უნარი მქონდათ, მოდელის გავლენით ასევე მნიშვნელოვნად შეიცვალეს ქცევა. რამდენიმე კვირის შემდეგ ჩატარებულმა ტესტირებამ აჩვენა, რომ მიღებული ეფექტები ორივე ჯგუფში სტაბილურია.

დაკმაყოფილების გადავადების უნარი **კოგნიტური და ძვანითი კომპონენტების** განვითარებას გულისხმობს. მიშელმა ასევე იკვლია კოგნიტური და ქცევითი სტრატეგიები, რასაც იყენებენ ბავშვები, რათა დაძლიონ მომენტალური ცდუნება და შეძლონ დაკმაყოფილების გადავადება. ეს კომპეტენციები უშუალო გამოცდილებით და სხვათა ქცევაზე დაკვირვებით შეიძინება.

ამრიგად, სოციალურ-კოგნიტური თეორია პასუხს სცემს კითხვებს თუ როგორ იძენს ინდივიდი პიროვნების ისეთ სტრუქტურულ ელემენტებს, როგორიცაა კომპეტენციები, მოლოდინები, მიზან-სტანდარტები და თვითეფექტურობის რწმენები, რასაც ეყრნობა თვითრეგულირების უნარი.

საბოლოოდ, კოგნიტური კომპეტენციების წამოყალიბებით და სტანდარტთა შემუშავებით ინდივიდს უვითარდება მომავ-

ლის განჭვრეტის და მიზანთა მიღწევა-მიუღწევლობისთვის საკუთარი თავის დაჯილდოება-დასჯის უნარი. ამგვარი თვითქმინადი შედეგები განსაკუთრებით მნიშვნელოვანია ხანგრძლივი დროის მანძილზე ქცევის შესანარჩუნებლად გარეგანი ჯილდოს არარსებობის პირობებში.

## უსიქოპათოლოგია

სოციალურ-კოგნიტიური თეორიის თანახმად, არაადაპტური ქცევა – ღისფუნქციური დასწავლის შედეგია. სხვა რეაქციათა მსგავსად, არაადაპტური რეაქციები პირადი გამოცდილების საფუძველზე ან არაადეკვატურ, "აეადმყოფ" მოდელებზე დაკვირვებით დაისწავლება. ხშირად, თვითონ მშობლები არიან შვილებისთვის მახინჯი ქცევის მოდელები. არავითარი საჭიროება არ არსებობს ექიით ფარული კონფლიქტები და ადრეული ბავშვობის ტრაგიები, ან კიდევ, შევისწავლოთ მიღებულ განმტკიცებათა ისტორია იმისთვის, რომ ავხსნათ როგორ ჩამოყალიბდა ქცევის პათოლოგიური ფორმები. სინამდვილე ასეთია: ქცევის ეს ფორმები თავიდან დაკვირვების გზით შეიძინება, შემდეგ პირდაპირი და არაპირდაპირი განპირობების მეშვეობით ნარჩუნდება და მტკიცდება. ფობიები და შიშები დაკვირვების მეშვეობით ანდა არაპირდაპირი განპირობებით დაისწავლება.

### *ღისფუნქციური მოლოდინები და ღისფუნქციური მე-კონცეფციები*

უსიქოპათოლოგიას ადაპტაციის პროცესის ხელშემშლელი ანუ **ღისფუნქციური მოლოდინები და ღისფუნქციური მე-კონცეფციები** აგვიხსნის. ადამიანი შეიძლება მცდარად მოელოდეს ტკივილს გარკვეული მოვლენის შემდეგ ანდა ტკივილი ზოგიერთ სიტუაციას ასოციაციით დაუკავშიროს. ამ მოლოდინების გამო



ის ეცდება გაექცეს ამგვარ სიტუაციებს, სინამდვილეში კი თვითონვე შექმნას ის სიტუაცია, რასაც გაუბრუნდა. ავიღოთ, მაგალითად, ადამიანი, ვისაც ეშინია, რომ ადამიანებთან სიახლოვე მას ტკივილს მიაყენებს და ამიტომ თავიდანვე მტრულად ექცევა თავის პარტნიორებს. ბუნებრივია, რომ ადამიანები მას ზურგს შეაქცევენ და მისი თავდაპირველი მოლოდინი – "სიახლოვეს იმედგაცრუება და ტკივილი მოჰყვება" – გამართლდება.

კოგნიტურ პროცესებს ფსიქოპათოლოგიაში თავისი წვლილი დისფუნქციურ თვითშეფასებათა სახითაც შეაქვს. განსაკუთრებით ეს ეხება *საკუთარი არაეფექტურობის ცნობიერ წარმოდგენებს* – რომ არ შეგწევს უნარი მოახერხო ამოცანის გადაჭრა და სიტუაციის მოთხოვნებს თავი გაართვა. საკუთარი უნიათობის განცდა წამყვანია შფოთვისა და დეპრესიაში.

**თვითთავაჩაჯარობა და შფოთვა.** თუ ადამიანი ფიქრობს, რომ პოტენციურ საფრთხეთა მიმართ მისი ეფექტურობა დაბალია, მას შფოთვა ეუფლება. მაგრამ არა თავისთავად საფრთხის შემცველი მოვლენა, არამედ წარმოდგენა, საკუთარი არაეფექტურობის და ამ მოვლენასთან გამკლავების უუნარობის შესახებ აზრი ედება საფუძვლად შფოთვას. მაღალი *შფოთვის* მქონე ადამიანი ფოკუსირდება მოსალოდნელ უბედურებაზე, უუნარობაზე გაუმკლავდეს მას, ნაცვლად იმისა, რომ დაფიქრდეს თუ რისი გაკეთებაა საჭირო და შესაძლებელი, რომ არ მოხდეს ის, რისიც ეშინია. პრობლემის მოგვარების უუნარობაში დარწმუნებულობა შეიძლება გაუმძაფროს განცდამ, რომ ვერ უმკლავდება საკუთრივ შფოთვას ანუ ადამიანს "შიშის შიში" და პანიკის შეტევები განუვითარდეს.

**თვითთავაჩაჯარობა და ლეაკანია.** დეპრესია პასუხია განცდაზე, რომ არ შეგწევს უნარი საწადელს მიადწიო. ამასთანავე, დეპრესიისადმი მიდრეკილ ადამიანთა პრობლემები მათ ძალზე

მაღალ სტანდარტებშია საძიებელი. ანუ დეპრესიულ ადამიანს რთული მიზნები და მაღალ სტანდარტები იზიდავს, ხოლო თუ ამ სტანდარტებს ვერ შესწვდა, ამას საკუთარ თავს, უნიჭობას და არაკომპეტენტურობას აბრალებს. დეპრესიის მთავარი ნიშანი ზედმეტი თვითკრიტიკულობაა. ერთი სიტყვით, თუმცა მიზნების მიღწევის საკუთარ უუნარობაში დარწმუნებულობა დეპრესიის არსებითი თავისებურებაა, ხშირად პრობლემა თვით ამ აღმატებულ მიზნებშია. გარდა ამისა, დაბალი თვითფექტურობის რწმენას შეუძლია კიდევ უფრო მეტად დააქვეითოს ქცევის პროდუქტიულობა, სულ უფრო დააშოროს ადამიანი საკუთარ სტანდარტებს და თვითდადანაშაულება გამოიწვიოს.

ბანდურა ყურადღებას აქცევს ერთ საინტერესო მომენტს: სტანდარტებსა და ქცევას შორის აცდენას ანუ შეუსაბამობას შეუძლია: 1. გაზრდოს მცდელობა; 2. გამოიწვიოს აპათია ან 3. დეპრესია. რაზეა დამოკიდებული კონკრეტულად როგორი იქნება ეფექტი? წარმატებასა და სტანდარტს შორის აცდენა იწვევს მოტივაციის ზრდას თუკი ადამიანს სჯერა, რომ იგი მიზნის ანუ სტანდარტის მისაღწევად ეფექტურობის საჭირო დონეს ფლობს. თუ ადამიანი ფიქრობს, რომ სტანდარტი მის შესაძლებლობებს აღემატება ანუ არარეალისტურია — ეს გამოიწვევს მიზანზე უარის თქმას ანდა აპათიას, მაგრამ არა დეპრესიას. მაგალითად, ადამიანმა შეიძლება უთხრას თავის თავს: "ეს მიზანი ძალიან რთულია!" და დანებდეს, შემდეგ გაბრაზდეს და განიცადოს ფრუსტრაცია, მაგრამ არა დეპრესია. ხოლო დეპრესიის წრეში ადამიანი ექცევა, როდესაც ადამიანი გრძნობს თავის არაეფექტურობას მიზანთან მიმართებაში, მაგრამ დარწმუნებულია, რომ მიზნის მიღწევა, პრინციპში, შესაძლებელია და ამიტომ უნდა გააგრძელოს ბრძოლა, რათა თავის "ნასათუთებ" სტანდარტს არ უღალატოს.

ამრიგად, რა გაელენას იქონიებს სტანდარტებსა და პროდუქტიულობას შორის შეუსაბამობა ადამიანის მცდელობებზე და გუნება-განწყობილებაზე დამოკიდებულია იმაზე, თუ როგორია სტანდარტი სუბიექტის თვალში – დასაბუთებულია, მნიშვნელოვანია და შესაძლებელია თუ არა, სა'ხოგადოდ, მისი მიღწევა.

**თვითთავაჯარობა და ჯანმრთელობა.** სოციალურ-კოგნიტური თეორია აქტიურად იკვლევს თვითეფექტურობასა და ჯანმრთელობას შორის კავშირს. კვლევის შედეგები იოლად დაიყვანება დებულებაზე: „თვითეფექტურობის ძლიერი, პოზიტიური რწმენა სასარგებლოა თქვენი ჯანმრთელობისთვის“ და პირ'ეკუ – „თვითეფექტურობის სუსტი და ნეგატიური რწმენა თქვენი ჯანმრთელობისთვის სა'ხიანოა“.

თვითეფექტურობის რწმენა გაელენას ახდენს ჯანმრთელობასთან დაკავშირებულ ქცევაზე, როგორიცაა ჯანმრთელი ცხოვრების წესის დაცვა, დროული მკურნალობა, წონის კონტროლი, ფიზიკური ვარჯიში და სხვ. გარდა ამისა, ის უშუალოდ ზემოქმედებს ფიზიოლოგიურ პროცესებზე – ამცირებს დაავადებათა აღმოცენების რისკს და ხელს უწყობს გამოჯანმრთელების პროცესს.

## ქსენის სვლილება

### *მოდელირება და წარმართული მონაწილეობა*

ცვლილების პროცესი არა მხოლოდ აზროვნების ახალ პატერნების შექენას, არამედ მათ გენერალიზაციას, შენარჩუნება-შენახვას და საკუთარი ეფექტურობის განცდის შეცვლას გულისხმობს. მკურნალობა გამოიხატება კოგნიტური და ქცევითი კომპეტენტურობის გამომუშავებაში, რისთვისაც მოდელირება

**აის და წარმართული მონაწილეობის** მექანიზმები გამოიყენება. პირველ შემთხვევაში სასურველ მოქმედებათა დემონსტრირებას სხვადასხვა მოდელი ახდენს, ვინც ამ მოქმედებებით დადებით განმტკიცებას იღებს (ან თუნდაც არ იღებს უარყოფითს); როგორც წესი, ქცევის დიდ და რთულ პატერნებს მცირე უნარჩვევებად და მზარდი სირთულის ქვეამოცანებად ანაწევრებენ, რათა ოპტიმალური წინსვლა უზრუნველყონ. წარმართული მონაწილეობის შემთხვევაში კი ინდივიდს მოდელირებული ქცევის შესრულებაში ეხმარებიან.

ღისფუნქციური მოლოდინები და საკუთარი არაეფექტურობის განცდა ფსიქოპათოლოგიის შემადგენელი ნაწილია. ამიტომაც აქვს აზრი ეფექტური თერაპიული პროცედურების გამოყენებით მსგავსი ძირგამომთხრელი მოლოდინების და საკუთარი თავის შესახებ წარმოდგენების შეცვლას და, უბრალოდ რომ ეთქვას, საკუთარი ძალების რწმენის განმტკიცებას. ფსიქოლოგიური ცვლილების საფუძველია *საკუთარი ეფექტურობის* მოლოდინების შეცვლა.

### სოციალურ-კოგნიტური თეორიის შეფასება

სოციალურ-კოგნიტური თეორია აკადემიურ ფსიქოლოგიაში და კლინიკაში მომუშავე ფსიქოლოგთა შორისაც ამჟამად ძალზე პოპულარული და გავლენიანია. ძირითადად ეს აიხსნება იმიტომ, რომ მასში შერწყმულია ექსპერიმენტული კვლევა და ინტერესი საზოგადოებრივად მნიშვნელოვანი პრობლემების მიმართ, როგორიცაა აგრესია, ბავშვის აღზრდაზე მშობლებისა და მასობრივი კომუნიკაციის საშუალებების გავლენა, არაადეკვატური ქცევის შეცვლა, თვითრეგულირების უნართა განვითარება და საკუთარი ცხოვრების მართვა. ამასთან, პირადი ქმედითუნარიანობის ანუ თვითეფექტურობის რწმენა ე.წ. პო.პფსიქო-

ლოგიამ აიტაცა როგორც “პოზიტიური აზროვნების ძალის” არსებობის ერთ-ერთი მეცნიერული არგუმენტი, რაც, ცხადია, სინამდვილს არ შეესაბამება. თვითეფექტურობის რწმენა სასწაულს ეერ მოახდენს, რადგანაც, სამწუხაროდ, არსებობს მიუღწეველი, არარეალისტური მიზნები. მაგრამ როდესაც მიზანი არც იოლის და არც შეუძლებლის კატეგორიას არ განეკუთვნება ანუ შეიცავს გარკვეულ გამოწვევას – თვითეფექტურობის რწმენებს გადამწყვეტი როლის შესრულება შეუძლია.

თეორიის ნაკლვანებებიდან აღნიშნავენ, რომ სოციალურ-კოგნიტიური თეორია არ წარმოადგენს სისტემატიზებულ თეორიას, ურთიერთთან დაკავშირებულ პიპოთეზათა ქსელს, რის საფუძველზეც კონკრეტულ პროგნოზების გაკეთება შესაძლებელი; თვითეფექტურობის რწმენა მიჩნეულ იქნა ზედმეტ ცნებად, რადგან მოტივაციის თეორიაში უკვე არსებობს ისეთი კარგად დამუშავებული და ოპერაციონალიზებული ცნება, როორიცაა შედეგის მოლოდინი; გარდა ამისა, ბანდურას მიკროანალიტიკური სტრატეგია მოითხოვს, რომ თვითეფექტურობა გაიზომოს კონკრეტულ მომენტში კონკრეტული ამოცანის მიმართ, რაც პროგნოზირების მის დიაპაზონს იმთავითვე ზღუდავს.

## ძირითადი ცნებები

რეციპროკული დეტერმინიზმი – ცვლადთა ურთიერთგავლენა: პიროვნული და გარემოს ფაქტორები გადახლართულია ერთმანეთში და ორმხრივ ზემოქმედებას ახდენს ერთმანეთზე.

ქცევითი ავტორგრაფები – “სიტუაცია-ქცევის” კავშირთა განსხვავებული ინდივიდუალური პროფილები.

თვითფექტურობა – კონკრეტულ სიტუაციაში წარმატებით მოქმედების საკუთარი უნარის შესახებ ინდივიდის ცნობიერი წარმოდგენა.

მიკროანალიტიკური კვლევა – თვითფექტურობის კვლევის ბანდურას მიერ მოწოდებული სტრატეგია, რომლის დროსაც ღვინდება ადამიანის მიერ საკუთარი ეფექტურობის არა მთლიანი, გლობალური, არამედ კონკრეტულ-სიტუაციური შეფასებები.

კავშირი “სიტუაცია - ქცევა” – კონკრეტული სიტუაციის შესატყვისი ქცევის მყარი პატერნი.

მიზნები – სამომავლო სასურველი მოვლენები, რომლებიც ინდივიდის ხანგრძლივ მოტივირებას ახდენს და წუთიერ ხელისშემშლელ გაკლენათა გადალახვაში ეხმარება.

კომპეტენციები – ადამიანის მიერ პრობლემათა გადაწყვეტის და მიზნისკენ მიმავალ ამოცანათა შესრულების უნარები.

მოლოდინები – განჭკერება რა მოხდება კონკრეტული მოქმედებების შედეგად კონკრეტულ სიტუაციებში (შედეგთა პროგნოზირება).

შინაგანი სტანდარტები – სხვისი და საკუთარი ქცევის შესაფასებლად შემუშავებული კრიტერიუმები, რომლებიც პიროვნების განუყოფელ ნაწილად იქცა. შინაგან სტანდარტებში შედის პიროვნების მიერ დასახული მიზნების და მიზნით მიღწეულ ჯილდოთა რაგვარობა. ამ სტანდარტებს ეფუძნება სიამაყისა ანდა სირცხვილის გრძნობები.

თვითგანმტკიცება – საკუთარი თავის დაჯილდოვების პროცესი. შეიცავს თვითშეფასების რეაქციებს, როგორცაა ქება ან დადანიშნულება. თვითგანმტკიცება დროში გაშლილი ქცევის თვითრეგულირებას ემსახურება.

სწავლა დაკვირვების მეშვეობით – პროცესი, რითაც ადამიანი უბრალო დაკვირვებით სხვა ადამიანის (მოღელის) ქცევის ფორმებს ეუფლება.

თვითეფექტურობის შეფასებები – ადამიანის მოლოდინები თავისი უნარის შესახებ განახორციელოს კონკრეტული მოქმედებები მოცემულ ვითარებაში.

მოღელირება – სხვა ადამიანებზე დაკვირვებით ათვისებულ მოქმედებათა რეპროდუცირების პროცესი.

დაკმაყოფილების გადავადება – სიამოვნების მიღების გადადება ოპტიმალური ანუ სათანადო მომენტის დადგომამდე, თვითრეგულაციის ერთ-ერთი მნიშვნელოვანი კომპონენტი.

დისფუნქციური მოლოდინები – კონკრეტულ მოქმედებათა შედეგების არაადეკვატური (უსაფუძვლო) მოლოდინები.

დისფუნქციური თვითშეფასებები – არაადეკვატური თვითშეფასებები, რომლებიც აუცილებელ წინაპირობად აყენებენ ძალზე მაღალი სტანდარტების მიღწევას, რათა ინდივიდმა სცნოს, რომ თვითდაჯილდოება დაიმსახურა; დისფუნქციური თვითშეფასებები ფსიქოპათოლოგიის სერიოზული მანიშნებლებია.

## ძირითადი დებულებები

1. სოციალურ-კოგნიტური თეორიის საგანია დასწავლა, რომელიც მხოლოდ განმტკიცებაზე არ არის დამოკიდებული. თეორიაში მახვილი კეთდება კოგნიტურ პროცესებზე და გარემოსთან ადამიანის ურთიერთქმედებაზე, რაც რეციპროკული (ორმხრივი) დეტერმინიზმის ცნებით გამოიხატება.
2. პიროვნების სტრუქტურას განეკუთვნება კომპეტენციები-ჩვევები, მიზნები და “მე”. სოციალური კომპეტენციების მეშვეობით ადამიანი ყოველდღიურ საქმეებს აგვა-

რებს. მიზნები ადამიანს სამომავლო რეზულტატზე წარმართავს. "მე"-ს ცნებაში მნიშვნელოვანია საკუთარი თავის აღქმის ისეთი ასპექტი, როგორცაა თვითფექტურობა.

3. სოციალურ-კოგნიტური თეორიის მიერ მოწოდებული ცნებებით ყურადღება მახვილდება ადამიანის ფუნქციონირებაზე კონკრეტულ სიტუაციებში და არა მის გლობალურ, კონტექსტიდან დამოუკიდებელ პიროვნულ ნიშნებზე.
4. სოციალურ-კოგნიტური თეორია ხაზს უსვამს მოტივაციაში *სტანდარტი-მიზნების* მნიშვნელობას. მიზნისკენ სწრაფვის ხანგრძლივი დროით შენარჩუნება უფრო ხანმოკლე მიზნების დასახვის და თვითგანმტკიცების (მაგ., საკუთარი თავით კმაყოფილების) მეშვეობით ხდება. ადამიანს თავის სეუბელზე პასუხისმგებლობის აღება თვითრეგულაციის პროცესების წყალობით შეუძლია.
5. თვითფექტურობის შეფასებები ანუ ადამიანის წარმოდგენა მოცემულ სიტუაციაში ამა თუ იმ ამოცანის შესრულების საკუთარი უნარიანობის შესახებ – გადამწყვეტ როლს ასრულებს მოტივაციაში. თვითფექტურობის შეფასებები გაელენას ახდენს მიზნის არჩევაზე, მის მისაღწევად გაწეულ ძალისხმევაზე, დაუინებულობაზე, ემოციებზე (მაგალითად, დაბალი თვითფექტურობა იწვევს შფოთვის და დეპრესიას, ხოლო მაღალი თვითფექტურობა ეხმარება პიროვნებას თავი გაართვას სტრესს).
6. სოციალურ-კოგნიტური თეორიის მტკიცებით, რთული უნარ-ჩვევების შექმნა შესაძლებელია სხვა ადამიანებზე (მოდელზე) დაკვირვებით და არა მხოლოდ უშუალო გამოცდილების საფუძველზე.
7. დაკმაყოფილების გადავადების უნარი განვითარებულ კოგნიტურ და ქცევით კომპეტენციებს საჭიროებს.



8. დაკმაყოფილების გადავადების უნარი პიროვნული ზრდისა და განვითარების საფუძველია.
9. სოციალურ-კოგნიტური თეორია ფსიქოპათოლოგიის, როგორც სიმპტომთა ნაკრების, სამედიცინო მოდელს არ ცნობს.
10. სოციალურ-კოგნიტური თეორია მიიჩნევს, რომ ფსიქოპათოლოგიას განაპირობებს არაადეკვატური ანუ დისფუნქციური მოქმედებების, მოლოდინების, თვითწახალისების სტანდარტების ათვისების პროცესები და, რაც მთავარია, თვითეფექტურობის (მისი ნაკლებობის) შესახებ დისფუნქციური რწმენები.
11. ადამიანი, ვისაც ნაკლებად სჯერა საკუთარი უნარის თავი გაართვას შესაძლებელ მუქარებს, განიცდის ძლიერ შფოთვას.
12. ძირეულ მიზანთა მიღწევის კუთხით საკუთარი არაეფექტურობის რწმენა იწვევს დეპრესიას. დეპრესიისთვის ნიშნეულია ასევე ზედმეტად მაღალი სტანდარტები, რის გამოც ადამიანი კრიტიკული ხდება საკუთარი თავის მიმართ, რადგანაც, ხშირ შემთხვევაში, ამ აღმატებულ სტანდარტებს ვერ აკმაყოფილებს.
13. თვითეფექტურობის განცდა ჯანმრთელობას უწყობს ხელს, რადგანაც ზრდის ჯანმრთელი ცხოვრების წესის აღბათობას და აძლიერებს იმუნურ სისტემას.
14. სოციალურ-კოგნიტური თერაპიის მიზანია განუმტკიცოს ადამიანს საკუთარი ეფექტურობის რწმენა, რაც დაეხმარება მას პირისპირ შეხედვს სიტუაციებს, რომელთა წინაშე ის ადრე უკან იხევდა და შეიქმნას ახალი მოლოდინები.
15. ყოველგვარი თერაპიული ცვლილება, სოციალურ-კოგნიტური თეორიის თანახმად, საკუთარი ეფექტურობის რწმენის გაძლიერების შედეგია.

16. მოდელირება და წარმართული მონაწილეობა ის პროცედურებია, რითაც შეიძინება კოგნიტური და ქცევითი კომპეტენციები; მოდელირების დროს მოდელები ახდენენ გარკვეული სიტუაციებისთვის აუცილებელ ჩვევათა დემონსტრირებას; წარმართული მონაწილეობის დროს ინდივიდს ამ მოდელირებელი მოქმედების შესრულებაში ეხმარებიან.
17. სოციალურ-კოგნიტური თეორიის მთავარ ღირსებად მიჩნეულია ფსიქოლოგიის მნიშვნელოვანი თეორიული პრობლემებისადმი ინტერესი და მათი ემპირიული კვლევა.

## თავი X

### პიროვნებისადმი საინფორმაციო-საპროცესო მიღგომეზი

პიროვნების თეორია ადამიანის რაობის შესახებ ამა თუ იმ მოდელს უკავშირდება: ფსიქონალიზი ადამიანს პიდრავლი-კურ სისტემად განიხილავდა, ხოლო პირად კონსტრუქტთა თეორია ადამიანს მკვლევარ-მეცნიერთან აიგივებდა. მას მერე, რაც გასული საუკუნის 60-იანი წლებიდან ტექნოლოგიური რევოლუციის წამყვან ძალად იქცა კომპიუტერი, ფსიქოლოგიაშიც გამოინდა “კომპიუტერული მეტაფორა”, რომლის თანახმად ორგანიზმი ბიოლოგიური რობოტია და მისი ფუნქციებია ინფორმაციის მიღება, გადამუშავება, გადაწყვეტილების მიღება და ქცევაში მისი გამოყენება, ხოლო ადამიანი რთული, გაწაფული, თუმცა არაშეუცდლომელი პროცესორია. ფსიქოლოგია შეუდგა ფუნქციონირების იმ ხერხების კვლევას, რაც საერთოა ადამიანისა და კომპიუტერისთვის.

### პოვნითური სტრუქტურები

რომელია კომპიუტერული მოდელის თანახმად პიროვნების არსებითი სტრუქტურული ერთეულები? გარემოს გასააზრებლად როგორ ვახდენთ ინფორმაციის მოწესრიგებას და გამოყენებას? რა კრიტერიუმებს ვიყალიბებთ ადამიანთა და საგანთა კლასიფიცირებისთვის?

## კატეგორიები

ყოველდღიური ცხოვრების საინფორმაციო ზეგავსა რომ არ მოგვიყოლოს ინფორმაციის გამარტივების ხერხები უნდა გამოვინახოთ. ასეთი ხერხი ორია: პირველი, სელექცია უნდა მოვახდინოთ იმისა, თუ რა იმსახურებს ჩვენ ყურადღებას, მასზე მოვახდინოთ კონცენტრირება და უყურადღებოდ დაეტოვოთ ის, რაც მოცემულ მომენტში არ გვჭირდება. გამარტივების მეორე ხერხია – კატეგორიების შექმნა, რათა შევძლოთ ინფორმაციის იდენტურ და ერთგვაროვან ულუფებად განხილვა. ამის მერე ყოველ მოვლენას ცალცალკე აღარ განვიხილავთ – ნაცვლად ამისა “ვათავსებთ” მას უკვე არსებულ შესაბამის კატეგორიაში და ჩვეული წესით ვრეაგირებთ. კარგია ეს თუ ცუდი, ანალოგიურად ვექცევით ადამიანს – გაცნობისთანავე მას ადამიანთა გარკვეულ კატეგორიას ვაკუთნებთ და ვუდგებით როგორც ამ კატეგორიის “ეგზემპლარს” და არა როგორც უნიკალურ ადამიანს. ამისთვის ვსარგებლობთ ისეთი ზოგადი კატეგორიებით, როგორიცაა სქესი, ასაკი, რელიგია, რასა, ეროვნება ან კიდევ, ჩვენ მიერ ჩვენივე მიზნებისთვის შექმნილ კატეგორიებს ვიყენებთ.

ამგვარ კატეგორიებს სქემებს უწოდებენ. სქემა – კონკრეტური სტრუქტურაა, რომელიც აწესრიგებს ინფორმაციას და, ამდენად, გავლენას ახდენს იმაზე თუ როგორ აღვიქვამთ საგნებს, ადამიანებს, მოვლენებს და როგორ ვრეაგირებთ მათზე.

### “მე“-ს სქემა

საზოგადოდ, პიროვნების ფსიქოლოგიისთვის მეტად მნიშვნელოვანია “საკუთარი მე“-ს ცნება. კონკრეტური რეგოლაციის დასაწყისში ამ ცნებას არ ეთმობოდა სათანადო ყურადღება, რადგანაც ის კომპიუტერულ მოდელში “არ ჯდება”. კვლევას ამ

მიმართულებით პაიზელ მარკუსმა უბიძგა. იგი ფიქრობდა, რომ “მე” არის ცნება ან კატეგორია, რომელსაც ადამიანი იქმნის ზუსტად ისევე, როგორც სხვა მოელენათა კატეგორიებს. ამგვარ კოგნიტურ სტრუქტურებს ეწოდა **ჰ-სჰჰჰჰჰი**. მე-სქემა გავლენას ახდენს ჩვენ მიერ საკუთარი თავის და სხვა ადამიანების აღქმაზე, დამახსოვრებაზე და გამოტანილ დასკვნებზე.

“მე“-სქემები საკუთარი თავის შესახებ კოგნიტური განზოგადებებია. წარსული გამოცდილების საფუძველზე ჩამოყალიბებული “მე“-სქემები აწესრიგებს და წარმართავს მე-სთან დაკავშირებული ინფორმაციის გადამუშავების პროცესს. ცნებები და პარამეტრები, რასაც ვიყენებთ საკუთარი თავის განსაზღვრებისთვის (მაგ., ჭკვიანი-სულელი, გულღია-გულჩათხრობილი, მიზანდასახული-თავმიშვებული, მამაცი-მხდალი) – “მე“-სქემებია. ადამიანი არაერთი “მე“-სქემისგან არის “აკინძული” და ეს ნიშნავს, რომ ყველა ჩვენგანი საკუთარ თავს სხვადასხვა კონტექსტში მეტნაკლებად განსხვავებულად ავლენს.

“მე“-სქემა სხვა დანარჩენ სქემათა შორის ურთულესია. ამის ერთ-ერთ მიზეზი არის ის, რომ საკუთარი თავის შესახებ გაცილებით მეტი ინფორმაცია მოგვეპოვება. ეს ინფორმაცია ნარატიული, თხრობითი ხასიათისაა. ადამიანი ცდილობს საზრისი მიანიჭოს საკუთარ ისტორიას, ამიტომ ის დროდადრო საკუთარი თავის შესახებ შეხედულებების გადასინჯვას მიმართავს. ამას ემატება ისიც, რომ ადამიანებს არა მხოლოდ წარსული და აწმყო “მე”, არამედ მომავალი, წარმოსახული “მე“-ც გაგვანჩია. ამდენად, “მე“-სქემა ფაქტების, ინტერპრეტაციების, ფანტაზიების და მისწრაფებების რთული ნაზავია.

სხვა სქემებთან შედარებით მე-სქემა გაცილებით უფრო ძნელად ემორჩილება ცვლილებებს. ნაწილობრივ ეს გამოწვეულია მისი კოგნიტური სირთულით, მაგრამ მთავარი ის არის,

რომ ადამიანი “მე”-ს ინტეგრირებულობას აქტიური მცდელობებით და დაცვის მექანიზმებით ინარჩუნებს. გრინეოლდი “მე”-ს აღარებს ტოტალიტარულ დიქტატორს, რომელსაც მუდმივად სჭირდება ინფორმაციაზე კონტროლის დაწესება და საკუთარი მიზნებისთვის ისტორიის ფალსიფიცირება.

### *ვერიფიკაცია და განდიდება*

კოგნიტური მიმართულების ფსიქოლოგებმა გამოიკვეეს “მე”-სთან დაკავშირებული ორი მოტივი – “მე”-ს ვერიფიკაციის ანუ დადასტურების და “მე”-ს განდიდების მოტივები.

ადამიანი სასოებით მოელის სხვებისგან რომ ისინი “მე”-ს ქემებს დაუმოწმებენ. საკარაულოდ, ეს მას სჭირდება მოვლენათა პროგნოზირებისა და მართვისთვის, რაც შეუძლებელი იქნებოდა, თუკი ადამიანებისგან მიღებული უეუკავშირი “მე”-ს ქემას საყრდენს გამოაცლიდა. ამიტომაც ადამიანი თვითონვე “პოულობს” ისეთ ხალხს, ვინც მას ისეთად ხედავს, როგორც თვითონ ხედავს საკუთარ თავს. პარადოქსულია, მაგრამ ხშირად ნეგატიური “მე”-ს ქემის მქონე ადამიანსაც კი სურს სხვებმა მას ეს ნეგატიური “მე”-ს ქემა დაუდასტურონ.

ამასთანავე, ადამიანი მიდრეკილია საკუთარი თავი ნათელ ფერებში დაინახოს ანუ მას თვითგანდიდების ანუ მაღალი თვითშეფასების მოტივი ამოძრავებს. ამ მოტივის გამო ცდილობთ შევიქმნათ და შევინარჩუნოთ პოზიტიური “მე”-ს ქემა, ვაზვიადებთ საკუთარ დადებით თვისებებს და უარყოფითი თვისებებს „არ ვიმჩნევთ“, რაც ნარცისიზმს სულაც არ გულისხმობს; საკუთარი თავი დადებითად რომ შევაფასოთ, შესაძარებლად ვირჩევთ ადამიანებს, ვისთანაც შედარება ჩვენთვის ხელსაყრელია და თავს სასურველ ადამიანებთან ვაიგივებთ; ეს “საკუთარი მე-ს მომსახურე ტენდენციურობა” კვლევების სპე-

ციალურ თემად გამოიყო – იგი ვლინდება ისეთ ფართო სპექტრში, როგორცაა წარუმატებლობის სხვაზე ამ გარევეთარებებზე გადაბრალება, ხოლო წარმატების მთლიანად საკუთარი თავისადმი მიწერა; საკუთარ შესაძლებლობებში ზედმეტი დაჯერებულობა და მომავლის მიმართ უსაფუძვლო ოპტიმიზმი; მიუღწეველი მიზნების გაუფასურება: დარწმუნებულობა, რომ ნაკლოვანებები, რომლებიც გვახასიათებს, საკმაოდ გავრცელებულია (ე.წ. მცდარი კონსენსუსი), ხოლო ღირსებები დიდი იშვიათობაა (მცდარი უნიკალურობა) და სხვ.

რა მოხდება, თუ მეს-ვერიფიკაციის და მე-ს განდიდების ეს ორი მოტივი დაუპირისპირდა ერთმანეთს? რომელი ტენდენცია გაიმარჯვებს – “მკაცრი სიმართლე” თუ “წარმატა ცი ოცნება?” ფაქტები მოწმობს, რომ ადამიანს სწავლია საკუთარი თავის შესახებ პოზიტიური ინფორმაციის მიღება. მაგრამ თუ საკუთარ თავზე ადამიანის წარმოდგენა ნეგატიურია, მაშინ ის უპირატესობას ნეგატიური ინფორმაციის მიღებას მიანიჭებს. ამავე რიგის ფაქტებს განეკუთვნება მონაცემები, რომ ცხოვრებისეულმა მოვლენებმა (თუნდაც პოზიტიურმა) თუ ისინი ეწინააღმდეგება მე-კონცეფციას და არყვეს ნეგატიურ პიროვნულ იდენტობას, შეიძლება მაინც ზეგავლენა იქონიოს ადამიანის ჯანმრთელობაზე.

### *შესაძლებელი სხვადასხვაგვარი „მე“ და თვითრეგულაცია*

ზოგიერთი “მე“-სქემა მოტივაციური თვისებებით ხასიათდება. ასეთია “**უასაქაველ მე-თა**” სქემა. შესაძლებელი “მე“-ები ადამიანის წარმოდგენებია როგორი შეუძლია იყოს, როგორი სურს რომ იყოს და როგორი არავეთარ შემთხვევაში არ უნდა რომ გახდეს. ამ აზრით, შესაძლებელი “მე” არა მხოლოდ ინფორმაციის მოწესრიგებას ემსახურება, არამედ ძლიერი მოტივა-

ციური ვექტორია. შესაძლებელი “მე”-ები ანუ ჩვენივე მიზნების თვალნათლივ ხელვა – მათ მიღწევაში გვეხმარება.

**თვითრეაქციონარი** ის სტანდარტებია, რასაც ინდივიდი თვლის რომ უნდა შეესაბამებოდეს. ეს სტანდარტები ადრეულ ბავშვობაში ყალიბდება და შემდგომში აქტიურად მონაწილეობს ქცევის თვითრეგულაციაში. ამ მხრივ მნიშვნელოვანია იდეალური “მე”-ს და “იმპერატიული-მე”-ს კატეგორიები. *იდეალურ “მე”-ში* წარმოდგენილია სასურველი ნიშან-თვისებები, ხოლო *“იმპერატიულ მე”-ში* აუცილებელი თვისებები, რომლებიც, ინდივიდის აზრით, საზოგადოებისგან მოეთხოვება რომ იქონიოს. შეუსაბამებლობა იმას შორის, როგორც ვართ, როგორც გვინდა რომ ვიყოთ და როგორი “უნდა” ვიყოთ – შემაწუხებელია და მის შემცირებას ვცდილობთ, მაგრამ ეს ყოველთვის არ გამოგვდის. რეალურ და იდეალურ “მე”-ს შორის შეუსაბამებლობის შემცირების შეუძლებლობას თან სდევს სევდა და იმედგაცრუება, ხოლო რეალურ “მე”-სა და “იმპერატიულ მე”-ს შორის შეუსაბამებლობა დანაშაულის გრძობას და შფოთვას აღძრავს. თავის მხრივ ეს რტკიენული განცდები დაავადებებთან ბრძოლაში იმუნური სისტემის ეფექტიანობას აქვეითებს.

ავტორთა ერთი ჯგუფის ვარაუდით ქცევაში “მე-სქემა” უკუკავშირის ფუნქციას ასრულებს ანუ პიროვნების ქცევას მარეგულირებელია. “მე”-ს ცნობიერების თეორიის თანახმად მე-ს შინაარსი (“მე”-სქემაში შემავალი კოგნიციები და სტანდარტები) გაქვნიან ახლენს ჩვენ ქცევაზე, განსაკუთრებით როდესაც ყურადღებას საკუთარ მე-ზე ვამახვილებთ. “მე”-ს მიმართ ყურადღების პროვოცირებას იწვევს საკუთარი გამოსახულების სარკეში ან ფოტოზე ხილვა, ხმის ჩანაწერის მოსმენა, მიკროფონის ან ვიდეოკამერის წინაშე დოგმა, სხვა ადამიანთა გამომცდელი მზერა, ავტობიოგრაფიის დაწერა, ანკეტის შევსება და სხვ. ეს ყოველივე ხელს უწყობს ჩვენ “მე”-სა და ჩვენივე ქცევას შორის კავშირის გაცნობიერებას, და უკვე ამის შემდეგ



საკუთარი ქცევის შედარებას ჩვენსავე შინაგან სტანდარტებთან (იქნება ეს მორალური სტანდარტები თუ პირადი წარმატების სტანდარტები). თუ ეს შედარება გამოაფლენს ქცევისა და სტანდარტებს შორის მნიშვნელოვან სხვაობას, აცდენას – წარმოიქმნება დისკომფორტი, რომლის შემსუბუქების ერთ-ერთი გზაა შეიცვალოს ქცევა ისე, რომ ის შინაგან სტანდარტს დაუახლოვდეს. თუმცა დასტურდება “მე“-ს ცნობიერების არაერთი კეთილისმყოფელი გავლენა ადამიანის ქცევის სხვადასხვა სფეროში, ეს არ ნიშნავს, რომ ეს ადაპტური მექანიზმი ყოველთვის ადეკვატურად გამოიყენება. მისი შეუსაბამო გამოყენების შედეგი, “მე“-ზე ქრონიკულად მაღალი ფოკუსირება, ადამიანს ფსიქიკური დისფუნქციის ჩამოყალიბებისა და შენარჩუნების საფრთხის წინაშე აყენებს. განსაკუთრებით ეს ეხება დეპრესიას, რომელიც “მე“-ს დაავადებად არის მიჩნეული, რადგანაც მისთვის დამახასიათებელია უკიდურესად ნეგატიური “მე“-სქემები, მოუცილებელი ფიქრი საკუთარ ბედზე, ყველაფრის თავისი თავისადმი დაბრალება, საკუთარ შესაძლებლობებში რადიკალური დაეჭვება. ამგვარი ფიქრები და განცდები, რაც წამყვანია დეპრესიის სიმპტომატიკაში, უდავოდ, “მე“-ზე მაღალ ფოკუსირებაზე მიგვანიშნებს.

საინფორმაციო-საპროცესო მოდელის პრაქტიკული პოტენციალი თვალნათლივ გამოვლინდა ჯანმრთელობის საკითხებთან მიმართებაში, ხოლო სტრესთან და დეპრესიასთან დაკავშირებული პათოლოგიის მეურნელობაში გაბატონებული ადგილი დაიკავა.

## სტრესი და მისი ღაძღვა

რჩინარდ ლაზარუსი, რომლის შრომები სტრესის დაძლევის სფეროში ძალზე შთამბეჭდავია, მიიჩნევს, რომ ფსიქოლოგიური სტრესი, ძირითადად, კოგნიციებზეა დამოკიდებული.

## სტრესი

სტრესი წარმოიქმნება იმ შემთხვევაში, როდესაც ადამიანი მიიჩნევს, რომ გარემოებები უყენებენ მას ქაღზე მაღალ მოთხოვნებს, რისი რესურსებიც მას არ გააჩნია და ამით საფრთხეში დგება მისი კეთილდღეობა. სიტუაციის *პირველად შეფასებას* მოყვება საფრთხის განცდა, ხოლო სტრესთან გამკლავების შესაძლებლობის უკვე *ხელმეორე შეფასების* შემდეგ ვითარდება სტრესი. სიტუაციისადმი თავის გასართმევად ადამიანს შეუძლია გამოიყენოს პრობლემაზე ან ემოციებზე ორიენტირებული ხერხები: სცადოს შეცვალოს თვითონ სიტუაცია ან მიმართოს ემოციურ დისტანცირებას, ეძიოს ადამიანთა მხარდაჭერა და სხვ.

### *სტრესის საწინააღმდეგო ვაქცინაცია*

დონალდ მაიკინზაუმის მიერ შემუშავებული “სტრესის საწინააღმდეგო ვაქცინაციის” მეთოდი ემყარება თვალსაზრისს, რომ სტრესი კოგნიტური შეფასებებისგან შედგება და სტრესის მდგომარეობაში მყოფ ინდივიდს ხშირად *თვითაღმარგველი* და *ხელის შემშლელი აზრები* უჩნდება.

ვაქცინაციის ტრენინგი იწყება იმით, რომ კლიენტს სტრესის კოგნიტურ ბუნებას აცნობენ. ამას მოსდევს სტრესის დაძლევის პროცედურები და მცდარი კოგნიციების შეცვლა-კორექცია. ბოლოს კლიენტს ამ პროცედურების რეალურ პირობებში გამოყენებას ასწავლიან.

სტრესის კოგნიტური ბუნების განმარტების ეტაპზე ამოცანა ის არის, რომ ადამიანმა გაიცნობიეროს ისეთი ნეგატიური, სტრესოგენული და ავტომატურად წამოჭრილი აბეზარი აზრები, როგორცაა: “აქ ვერაფერს გახდები!”, “მე ვერც საკუთარ თავს და ვერც სიტუაციას მოვუხერხებ რამეს!” მაგრამ

მთავარი აქ ის არის, რომ ადამიანი შეიძლება ვერ აცნობიერებდეს ამგვარ აზრთა ავტომატურობას, ამიტომ სრულიად აუცილებელია მან ამ აზრების და მათგან მომდინარე უარყოფითი შედეგების გაცნობიერება ისწავლოს.

სტრესთან გამკლავების პროცედურების დაუფლებისა და მცდარი შეხედულებების კორექტირების ეტაპზე ადამიანი პარალელურად ეუფლება რელაქსაციის ტექნიკას, რაც სტრესთან ბრძოლის ეფექტური ხერხია. იგი ასევე ითვისებს კოგნიტიურ სტრატეგიებს, როგორცაა, მაგალითად, პრობლემის იმგვარი რესტრუქტურირება, რომ იგი სამართავად შედარებით იოლი გამოჩნდეს.

ამას გარდა, ადამიანს ასწავლიან პრობლემის გადაჭრის სტრატეგიებს, მაგალითად, როგორ მოხდეს პრობლემის გამოფლენა და განსაზღვრა, შემუშავდეს მოქმედების ალტერნატიული ხერხები, შეფასდეს პრობლემის საგარაუდო გადაწყვეტის ყველა ვარიანტის ძლიერი და სუსტი მხარე და მიღებულ იქნას ყველაზე პრაქტიკული და სასარგებლო გადაწყვეტილება. სიტუაციის დასაუფლებლად ასწავლიან ასევე თვითდარწმუნების ფორმულებს: “მე ამის გაკეთება შემიძლია!” “თანდათანობით, ნაბიჯ-ნაბიჯ!” “იფიქრე, რისი გაკეთებაა საჭირო სწორედ ახლა!” “მიყევი საქმეს!” “დაწინარდი, ისეთი არაფერი ხდება!” “ნელა, ღრმად ისუნთქე!” “ნუ ეცდები მოლიანად გააქრო შიში, დატოვე ასატან დონეზე!” “უკვე რაღაცის გაკეთება მოვახერხე!” “არც ისეთი საშინელება ყოფილა, როგორსაც ველოდი!” “გამომივიდა, ამის გაკეთება შეეძელი!”

ბოლოს, წარმოსახვაში და რეალურ ცხოვრებაში პრაქტიკული ვარჯიშით და მოდელირებით ადამიანი “გაითამაშებს” სხვადასხვა სტრესულ სიტუაციას და მისი მოგვარების ქცევით სტრატეგიებს.

სტრესის საწინააღმდეგო ვაქცინაციის პროცედურა არის მკაფიოდ სტრუქტურირებული და ამოცანაზე ფოკუსირებული. იგი დიდ დროს არ იკავებს და წარმატებით გამოიყენება ისეთ სტრესულ სიტუაციათა მიმართ, როგორცაა ქირურგიული ოპერაცია, სპორტული ასპარეზობა, კონფლიქტები სამსახურში და სხვა.

## პათოლოგია და ცვლილება

საინფორმაციო-საპროცესო მიდგომაში პაციენტის პრობლემებისადმი ლოგიკური, ინტელექტუალური მიდგომაა გატარებული. ყურადღება გამახვილებულია იმაზე, რომ ფსიქოპათოლოგიას წარმოქმნის არარეალისტური, უმართებულო, არაკეთილგონიერი, არაადაპტური კოგნიციები. სწორედ ამიტომ, თერაპია, ფაქტობრივად, მცდელობაა შეამციროს ამგვარი კოგნიტური დამახინჯებები, ისინი უფრო რეალისტური, ადაპტაციის ხელშემწყობი კოგნიციებით ჩაანაცვლოს და ამით პიროვნების ცვლილება გამოიწვიოს.

რაციონალურ-ემოციური თერაპიის ავტორი ალბერტ ელისი, არჩევს რაციონალურ რწმენებს (რ.რ.) და ირაციონალურ რწმენებს (ი.რ.). ორივე რეალობის შეფასებაა და არა მისი აღწერა ან განჭვრეტაა. განსხვავება კი იმაშია, რომ რაციონალობა არის არასასურველი რეალობის მიღება ძლიერი ემოციის გარეშე, უნარი ასეთი რეალობის არსებობა აღიარო; ხოლო ირაციონალობა პირველ ყოვლისა, სინამდვილის მიმართ ზედმეტი პრეტენზიულობაა. ხშირად ადამიანი რაციონალურ და ირაციონალურ რწმენებს ერთმანეთისგან ვერ ანსხვავებს. რაციონალურ რწმენას შეესატყვისება შემდეგი კრიტერიუმები:

- 1) რ.რ. – სიმართლეა, ის შეესაბამება რეალობას რაოდენობრივად და ხარისხობრივად. მისი გამყარება შესაძლებელია

მრავალი მტკიცებულების მოყვანით, მისი შემოწმება შეიძლება პრაქტიკულად. ის ლოგიკურია და თანამიმდევრული.

- 2) რ.რ. არ არის კატეგორიული, იგი პირობითია; გამოიხატება სურვილში, სწრაფვაში, იმედში და ის არ არის მოთხოვნა.
- 3) რ.რ.-ს იწვევს ზომიერ ემოციებს. თუმცა მას მძაფრი ემოციების გამოწვევაც შეუძლია, შედეგი ადამიანისთვის შემაწუხებელი არ იქნება. უემოციო მდგომარეობა მანება და არარაციონალური. ზომიერი ემოცია პრობლემის გადაჭრის მოტივაციას ქმნის, ხოლო მისი ნაკლებობა ან სიჭარბე პრობლემის გადაჭრას უშლის ხელს.
- 4) რ.რ. ეხმარება ადამიანს მიზნების მიღწევაში. ის ამცირებს შიდაფსიქიკური კონფლიქტის წამოჭრის ალბათობას, ისევე როგორც გარემოსთან კონფლიქტებს; ხელს უწყობს თვითრეალიზაციას, ახლობლური კავშირების დამყარებას, აძლიერებს კმაყოფილების გრძნობას.

ირაციონალურ რწმენას კი ახასიათებს შემდეგი:

- 1) ი.რ. არასწორია, რეალობიდან არ გამომდინარეობს და მას მცდარი დასკვნები მოსდევს. ირაციონალურ რწმენას ვერ დაამტკიცებ. ხშირად იგი უკიდურესი გაზვიადებაა და, ამდენად, მწვავე შეფასებაა.
- 2) ი.რ. წარმოადგენს ბრძანებას. გამოიხატება კატეგორიული, უპირობო, დოგმატური მოთხოვნით. ირაციონალური რწმენა ყალიბდება ბავშვობაში და იგი სხვების და საკუთარი თავის მიმართ არაადეკვატურ მოთხოვნებში ელინდება. ხშირად მას საფუძვლად უდევს ნარცისიზმი. ელისი ამგვარ მოთხოვნებს გამოხატავს სამი “უნდა“-თი: მე უნდა (ვიყო წარმატებული, სხვებისგან აღიარებული); შენ უნდა (კარგად მექცეოდე, გიყვარდე); სამყარომ უნდა (სწრაფად და იოლად მომანიჭოს ის, რაც მინდა; ჩემდამი იყოს სამართლიანი).

3) ი.რ.-ს ადამიანი ემოციურ დარღვევებამდე მიჰყავს. აპათია და შუოთვა აქვეითებს პროდუქტიულობას, ფიტავს ორგანიზმს.

4) ი.რ. არ ეხმარება ადამიანს მიზნების მიღწევაში. მეტიც, ხელს უშლის მას ამაში.

ელისი მიიჩნევს, რომ ფსიქიკურ აშლილობებს განაპირობებს ირაციონალური, არაკეთილგონიერი, ხისტი შეხედულებები, რწმენები და, განსაკუთრებით, საკუთარი თავისადმი მიმართული დაუსაბუთებელი მოთხოვნები, როგორცაა, მაგალითად: “მე შეცდომა არ უნდა დაეუშუა!”, “იძულებული ვარ ამას განვიცდიდე!”, “მევალება სწორედ ასეთი ადამიანი ვიყო!” “ყველას უნდა მოეწონდე!” “არ შემწევს უნარი ჩემ ცხოვრებაში წამოჭრილ გრძნობებს და ვითარებებს რაიმე მოეუხერხოს!” “საკუთარ სისუსტეს არ უნდა ვამჟღავნებდე!” და სხვ. ყველა ამ რწმენისთვის დამახასიათებელია საკუთარი თავის, ადამიანებისა და მოვლენების მიმართ უკომპრომისო მოთხოვნები – “უნდა”, “აუცილებელად”, “ყოველ მიზეზს გარეშე”. არაადეკვატური ეს მოთხოვნები მართავს ადამიანის ქცევას და არ აძლევს მას საშუალებას თავისი ცხოვრებით იცხოვროს.

ამგვარ არაადეკვატურ და დრამატიზებულ კოგნიციათა მაგალითებია: ირაციონალური რწმენა – “თუ რაღაც კარგი მოხდა, იქვე ცუდს უნდა ელოდე!” მცდარი მსჯელობა – “შემეშალა, თურმე რა უნიჭო ადამიანი ვყოფილვარ!”, არასწორი მოგონება – “ჩემი ცხოვრება საშინელებაა და ასე იყო ყოველთვის!” საკუთარი თავის შესახებ ნეგატიური შეხედულება – “ვგძნობ, რომ სხვები ყველაფერში მჯობნიან!” და სხვ.

ლოგიკის, არგუმენტაციის, დარწმუნების, დაეჭვების, ცხარე კამათის, ირონიის, იუმორის მეშვეობით თერაპეტი ამ არარაციონალურ, ხისტ შეხედულებათა შეცვლას ცდილობს.

ამგვარ დოგმატურ შეხედულებათა მოცილება ან თუნდაც შერბილება ფსიქიკური ჯანმრთელობის საწინდარია.

## შსიპიპურ ღარღვევათა კონსიტიური მოღელები (პარონ ბეკი)

### დეპრესია

პარონ ბეკის თანახმად, ფსიქოლოგიურ პრობლემებს, საზოგადოდ, იწვევს აზრები, რომლებსაც ავტომატურად წამოჭრის დისფუნქციური დაშვებები და საკუთარი თავის ნეგატიური შეფასებები. თუ პიროვნება საკუთარ თავს და გარესინამდვილეს აღიქვამს დეფორმირებულად, არაადეკვატურად ახდენს მის ინტერპრეტაციას და მოვლენათა ახსნის და გადაწყვეტის ალტერნატიულ ვარიანტებს ვერ ხედავს – ეს უკვე ფსიქოპათოლოგია. თერაპევტის მიზანია დაეხმაროს ადამიანს გაანალიზოს არგუმენტაციის საკუთარი სქემები და ხერხები, დაინახოს, რომ ეს სქემები ერთადერთი და საუკეთესოთა შორის საუკეთესო კი არ არის, არამედ უამრავ შესაძლებელ ხერხთა შორის მხოლოდ ერთ-ერთია.

**ღეარესიის კონსიტიური ბრიაღა.** ბეკის მიერ შემუშავებულ დეპრესიის კონსიტიურ მოღელში ხაზგასმულია, რომ დეპრესიისადმი მიდრეკილი ადამიანი მუღმივად მცღარად აფასებს საკუთარ აწმყოს და წარსულს. ამის გემო, თანღათანობით მას უყალიბდება წარმოღვენა, რომ ხელმოცარული ადამიანია, გარესამყარო უწყვეტ ფრუსტრაციათა წყაროა, ხოლო მომავალი უღმიღამო და მძიმე. ეს სამი ძირეული წარმოღვენა ცნობიღია როგორც *ნეგატიური ტრიაღა* და შეიცავს ნეგატიურ წარმოღვენებს საკუთარი თავის შესახებ (“მე არაფრად ვვარგივარ”); უარყოფით წარმოღვენას სინამღვიღის შესახებ (“ცხოვერება მუღმივი ბრძოღა და დამარცხებაა!”) და მომავლის შესახებ ნე-

გატიურ მოლოდინებს (“ცხოვრებაში ტანჯვა და იმედგაცრუება არ ილევა!”). გარდა ამისა, ადამიანი, რომელსაც დეპრესია სტანჯავს, ყოველდღიურ ყოფით სიძნელეებს უბედურებად აქცევს, ერთ კონკრეტულ ფაქტს ზედმეტად ანზოგადებს და ყველაფერს თავის თავს აბრალებს. სწორედ პრობლემური აზრები, ნეგატიური სქემები და შეხედულებები იწვევს დეპრესიის მოტივაციურ, ქცევით და ფიზიკურ სიმპტომებს. მოტივაციური სიმპტომია სურვილთა დადამბლაება, ხოლო ინერტულობა და დაღლილობა – ქცევითი და ფიზიკური სიმპტომებია.

სწორედ პრობლემური აზრები, ნეგატიური სქემები და შეხედულებებია, ბეკის თანახმად, დეპრესიის მიზეზი. მაგრამ კვლევამ ვერ დაადგინა ამგვარი კოგნიციები დეპრესიის მიზეზები თუ, უბრალოდ, დეპრესიის სიმპტომებია.

### *პიროვნული დარღვევები*

ბეკი, ცხადია, არ უარყოფს, რომ, საზოგადოდ, ყოველგვარ პიროვნულ დარღვევას გენეტიკური ფაქტორები და არასწორი აღზრდა განაპირობებს. ამასთანავე, პიროვნული დარღვევა სპეციფიკური ძირეული, ღრმად მდებარე, საყრდენი რწმენებით და შესატყვისი ქცევითი სტრატეგიით ხასიათდება. სხვაზე დამოკიდებულების, როგორც წამყვანი პროვნული ნიშნის საფუძველია რწმენა – “მე უსუსური ვარ!”, ხოლო ქცევის სტრატეგიაა მიჯაჭულობა. პიროვნული კარნაკეტილობის საფუძველია რწმენა: “შეიძლება ვინმემ ტკივილი მომაყენოს!” და ქცევის სტრატეგიაა ურთიერთობებისადმი თავის არიდება. პასიურ-აგრესიულობას კვებავეს რწმენა: “ყველას ჩემი დაჩაგვრა უნდა!” და ქცევის სტრატეგიაა – ნეგატივიზმი ანუ ჯიუტობა და ჯიბრიანობა; პარანოიაში წამყვანი თემაა: “ყველა ადამიანი ჩემი პოტენციური მოწინააღმდეგეა!” და ქცევის სტრატეგიაა



სიყრთხილე და უნდობლობა; ნარცისიზმია – “მე სრულიად განსაკუთრებული ვარ!” და ქცევის სტრატეგიაა – თვითგანდიდება; ისტერიული პიროვნული დარღვევის დროს წამყვანი თემაა – “შთაბეჭდილება უნდა მოვახდინო სხვებზე!” და ქცევის სტრატეგიაა დრამატიზება; ობსესიურ-კომპულსიურ დარღვევას ახასიათებს რწმენა: “შეცდომის დაშვება არავითარ შემთხვევაში არ შეიძლება!” და ქცევის სტრატეგიაა – პერფექციონიზმი; ანტისოციალური დარღვევა ემყარება რწმენას “აღამიანები არასდროს უნდა დაინდო!”, ხოლო ქცევის სტრატეგიაა – თავდასხმა; შიზოიდური პიროვნული აშლილობა ემყარება რწმენას “მე დიდი სიერცე მჭირდება!” და აქ ქცევის სტრატეგია – ყველასგან განკერძოება და გაუცხოებაა.

ამ დარღვევების დროს ადაპტური სქემები “არ მუშაობს”, შეკავებული ან მწყობრიდან არის გამოსული.

## საინფორმაციო-საპროცესო თაორიის ბოლოდროინდელი მონაცემები

კომპიუტერის მოდელზე დაყრდნობით პიროვნების გასაანალიზებლად დაწყებული მუშაობა თანდათანობით ამ მოდელის გამოყენების ვიწრო ჩარჩოს გასცდა და სხვადასხვა მიმართულებით წარიმართა. ნაწილობრივ ამის მიზეზი იყო კრიტიკა, რომ საინფორმაციო-საპროცესო მიდგომაში სათანადო ყურადღება არ ეთმობოდა აფექტურ სფეროს და მოტივაციას. დაეუშვათ, რომ ადამიანი აზროვნებს კომპიუტერივით, მაგრამ ამასთანავე, და განსხვავებით კომპიუტერისგან, იგი განიცდის და რაღაცისკენ ისწრაფვის. გრძნობები და მოტივები გავლენას ახდენს ჩვენ აზრებზე, ხოლო აზრები – იმაზე, რასაც ვგრძნობთ და ვაკეთებთ. სწორედ ამიტომ ბოლო დროის კვლევა სწორედ კოგნიტურ და აფექტურ სფეროთა შორის მიმართე-

ბათა კვლევებზე წარიმართა. პარალელურად გაჩნდა ინტერესი ინფორმაციის გადამუშავების კულტურათაშორისო სხვაობების მიმართ, რასაც დასავლური კულტურის ინდივიდუალისტურ, და სხვა კულტურების კოლექტივისტურ მე-კონცეფციათა გამოკვლევა და შესწავლა მოყვა.

## მე-ს კროსკულტურული კვლევა

ფსიქოლოგია როგორც მეცნიერება, არსებითად, დასავლური ფსიქოლოგიაა. მისი შემადგენელი ნაწილი – პიროვნების ფსიქოლოგია – დასავლური კულტურის ადამიანს იკვლევს ისე, რომ სათანადოდ ვერ აცნობიერებს იმ როლს, რასაც პიროვნების ფორმირებაში კულტურა ანუ ადამიანთა მიერ შექმნილი გარემო ასრულებს. მეტიც, დასავლური კულტურის მატარებელ ადამიანს იგი, ფაქტობრივად, უნივერსალურ ადამიანად მოიაზრებს. გამონაკლისია ბოლო ხანს მოწოდებული პიროვნების დასავლური და არადასავლური მოდელები.

**კულტურული პიროვნების** ცნობილი მკვლევარები ამერიკელი პაზელ მარკუსი და იაკონელი შინობე კიტაიამა, თვალნათლივ, ემპირიული კვლევის მასალებით, აჩვენებენ ინდივიდის ფორმირებაში კულტურული ფონის ანუ **კონტექსტის** უსარმაზარ როლს. მათი აზრით, *ინდივიდუალიზმის ფილოსოფიაზე* დაყუქმებული დასავლური ფსიქოლოგია, რა დეფინიციასაც უნდა აძლევდეს პიროვნებას, შეიძლება გადმოიცეს შემდეგი იდეების სახით:

- ადამიანი ავტონომიური არსება და გარკვეული შინაგანი თვისებების, პროცესების ერთიანობაა;

- მთავარი, რითაც გამოირჩევა ერთი ადამიანი მეორისგან – მისი უნარების უნიკალურობაა;

• ქცევას განაპირობებს შინაგანი თვისებებისა და პროცესების კონფიგურაცია. ეს ნიშნავს, რომ ქცევის სათავე თვით ინდივიდშია, ამიტომ ინდივიდის გაგება ქცევაზე დაკვირვებით შეიძლება;

• ადამიანებს ერთმანეთისგან განასხვავებს შინაგან თვისებათა კონფიგურაცია, შესაბამისად, განსხვავებულია ინდივიდუალური ქცევაც. ეს განსხვავება მისასაღმებელია.

• ადამიანის ქცევა პრინციპულად უცვლელია სხვადასხვა სიტუაციაში და სტაბილურია დროში. ეს უცვლელობა და სტაბილურობა ასევე მისასაღმებელია;

• პიროვნების შესწავლა მნიშვნელოვანია, რადგან მისი წყალობით შესაძლებელი გახდება ქცევის პროგნოზირება და კონტროლი.

ინდივიდუალიზმის მსოფლხედვის თანახმად, ინდივიდი პირველადი ფაქტია, სასოგადოება და, შესაბამისად, ინდივიდის მიმართება ჯგუფთან – მეორადი. დასაყლური გაგებით, სრულ, გამართულ პიროვნებაში მისი ატრიბუტები მეტნაკლებად ინტეგრირებული მთელის სახით, ერთ დახშულ სისტემად წარმოგვიდგება. პიროვნება მკაფიო საზღვრებშია მოქცეული, სტაბილურია დროსა და სხვადასხვა განსხვავებულ სიტუაციაში. ის სხვა ადამიანთა ზეგავლენას ნაკლებად ემორჩილება და, უპირველეს ყოვლისა, თავად არის პასუხისმგებელი საკუთარი ცხოვრების, ქმედებების, ბედნიერებისა თუ უბედურებისთვის. ადამიანის სიტუაციურად ცვალებადი ქცევა პათოლოგიურადაც კი მიიჩნევა და არავითარ შემთხვევაში – მოქნილად. ასეთია დასაყლური, ე.წ. *დამოუკიდებელი "მე"*.

დასაყლურისგან რადიკალურად განსხვავდება *ურთიერთ-დამოკიდებული "მე"*. არადასაყლურ კულტურებში ურთიერთობა "მე"-სა და "სხვებს" შორის ძალზე მჭიდროა. სოციალური თავისი წევრებისგან ერთმანეთისთვის ანგარიშის გაწევას, მო-

ითხოვს. ეს ნიშნავს, რომ ინდივიდი, რომელიც იმთავითვე სოციალური ერთობის ნაწილია, აღიარებს და იღებს იმ ფაქტს, რომ მის ქცევაზე განსაკუთრებულ გავლენას ახდენენ სხვები და მათთან შეთანაწყობის უნარი მოეთხოვება. პერსონა, ამ გზებით არის ცვალებადი, მოქნილი, სხვებთან გადაჯაჭვული არსება; იგი არ არის, და ვერც იქნება დამოუკიდებელი და ავტონომიური, რადგან ადამიანები ერთმანეთზე ფუნდამენტურად არიან დამოკიდებულნი. კონკრეტულად ეს გამოიხატება იმაში, რომ პიროვნება თავის ქცევაში არა მხოლოდ საკუთარი, პირადი ინტერესებით ხელმძღვანელობს, არამედ სხვა ადამიანთა – ოჯახის წევრების, ახლობლების, მეგობრების, თანამომხმეების ინტერესებსაც ითვალისწინებს. პიროვნულ მნიშვნელოვნებას და დასრულებულობას ის იძენს სოციალურ ურთიერთობათა კონტექსტში. სწორედ ამიტომ პიროვნების კულტივაცია სოციალურ ადამიანად ძირითად მიზნად არის დასახული არადასავლურ ეთიკურ მოძღვრებებში. ადამიანმა ჯგუფის – ერთობის შიგნით უნდა დაიმკვიდროს თავი. პიროვნებას არ გააჩნია თვითკმარი ღირებულება – იგი მოვალეობათა და პასუხისმგებლობათა “ნასკეია”. ჯგუფთან კავშირი და მისგან მიღებული გავლენა დადებითი მოვლენაა და პიროვნულობის კრახად არ განიცდება, პირიქით – თვითკონტროლის, მოქნილობის, პიროვნული სიღრმის და სიმწიფის ნიშანია.

პიროვნების არადასავლური მოდელი მოკლედ ასე გადმოვიცემა:

- ადამიანები ურთიერთზე დამოკიდებული არსებებია;
- ქცევა პიროვნების პასუხია მასთან ურთიერთობაში მყოფი სხვების მიმართ;
- ქცევის სათავე ურთიერთობებშია და ამიტომ ქცევის გაგება მხოლოდ სოციალური ურთიერთობებით შეიძლება;
- სოციალური კონტექსტი ცვალებადია. ინდივიდუალური ქცევაც სიტუაციების შესაბამისად იცვლება. სოციალური კონ-

ტექსტისადმი ინდივიდის ასეთი მგრძობელობა და, შესაბამისად, ცვალებადობაც მისასაღებელია – იგი ადაპტირებულობის ანუ მოქნილობის მანიფესტაცია.

• მე არ არის დახშული, მთლიანი – იგი თავის სტრუქტურას სოციალური კონტექსტის შესაბამისად იცვლის;

პიროვნების დასავლური და არადასავლური მოდელები რეალურ გავლენას ახდენს იმაზე, თუ როგორ აღიქვამს და აუვასებს ადამიანი თავის პიროვნულ თვისებებს, როგორ ამყარებს ურთიერთობას სხვებთან, რა ტიპის ემოციებს განიცდის განსხვავებულ სიტუაციებში და იმას, თუ რა მოტივები განსაზღვრავს პიროვნების ქცევას ამა თუ იმ სიტუაციაში. მე-ს კულტურული სქემა შესაბამის კულტურაში გამეყვებულ იზოგადი იდეებით, შეფასებებით და სოციალური სცენარებით არის ნასაზრდოები.

ხომ არ ეწინააღმდეგება ეს ყოველივე **საერთო-ადამიანური პუნების** იდეას? რამდენად საყოველთაოა ფსიქოლოგიის კანონები? პიროვნებისადმი საინფორმაციო-საპროცესო მიდგომა მიიზნევს, რომ არა თუ ეწინააღმდეგება, არამედ სავსებით ესადაგება კომპიუტერულ მეტაფორას. როგორც ცნობილია, კომპიუტერი ორი ნაწილისგან შედგება. ეს არის: ტექნიკური საშუალება (“რკინა”) და პროგრამული უზრუნველყოფა (“შიგთავსი”). მყარი ნაწილის ანუ თვითონ მანქანის სტანდარტიზება და დაფიქსირება საკმაოდ იოლია, ხოლო “რბილი” ნაწილის (“პროგრამის”, “შიგთავსის) თითქმის უსაზღვრო ვარირება და, აგრეთვე, სწრაფი შეცვლაა შესაძლებელი. იბადება კითხვა: რა ზომით ჰგავს ადამიანის პიროვნება კომპიუტერის “მანქანას” და რა ზომით – მის “შიგთავსს”? არსებობს კი ყველა ადამიანისთვის უნივერსალური სტრუქტურა და პროცესები? ან პროცესები, რომელიც კომპიუტერული პროგრამების მსგავსად, უნიკალურად თავისებურია ცალკეულ კულტურებსა და ინდივიდებთან?

ყველა ეს საკითხი პიროვნებისადმი საინფორმაციო-საპროცესო მიდგომით შეისწავლება.

## პიროვნებისადმი საინფორმაციო-საპროცესო მიდგომის შეფასება

პიროვნებისადმი კოგნიტიურმა საინფორმაციო-საპროცესო მიდგომამ, რომელიც პიროვნების სხვა მოდულებთან შედარებით გაცილებით ახალია, უყურადღებოდ არ დატოვა ფსიქოლოგიის “მარადიული” თემები – ცნობიერება და “მე”. ლაბორატორიული კვლევისადმი ერთგულების პარალელურად, მან ხელი მოკიდა რეალურ ცხოვრებისეულ პრობლემათა მოგვარებას და პიროვნების ფსიქოლოგიაში თავისი წვლილის შეტანა, ძირითადად, კლინიკური აპლიკაციებით მოახერხა. ამ მიმართულებით თეორიის განვითარების შესახებ ოპტიმისტური პროგნოზი კეთდება.

### ძირითადი ცნებები

სქემა – კოგნიტური სტრუქტურა, რომელიც აწესრიგებს ინფორმაციას და ამით გავლენას ახდენს იმაზე, როგორ აღვიქვამთ მომდევნო ინფორმაციას და როგორ ვრეაგირებთ მასზე.

მე-სქემა – საკუთარი თავის შესახებ წარსული გამოცდილების საფუძველზე შემუშავებული კოგნიტური განზოგადება; აწესრიგებს და წარმართავს “მე“-სთან დაკავშირებული ინფორმაციის გადამუშავების პროცესს.

შესაძლებელი “მე“-ები – ინდივიდის აზრები იმის შესახებ, თუ როგორი შეუძლია იყოს, უნდა ანდა გადაჭრით არ უნდა რომ გახდეს.

სტრესი – ლაზარუსის მიხედვით – ადამიანის დარწმუნებულობა, რომ შექმნილი გარემოებები აღემატება მის რესურსებს და საფრთხეში აგდებს მის კეთილდღეობას.

კოგნიტიური თერაპია – მიდგომა, რომლის თანახმად, თერაპიული ეფექტის მისაღებად აუცილებელია არარეალისტური და არაადაპტური აზრების გამოვლენა, მოცილება ანდა შეცვლა.

რაციონალურ-ემოციური თერაპია – მიდგომა, რომლის თანახმად თერაპიული ეფექტის მისაღებად საჭიროა შეიცვალოს დესტრუქციული ემოციური და ქცევითი შედეგების გამომწვევი არარაციონალური, არაკეთილგონიერი რწმენები.

კულტურა – გარემოს ის ნაწილი, რომელიც ადამიანთა მიერ არის შექმნილი; მოიცავს მატერიალურ ობიექტებს და, აგრეთვე, ადამიანური მოღვაწეობის სულიერ პროდუქტებს, მათ შორის კონკრეტული საზოგადოებისთვის დამახასიათებელ ღირებულებებს და ნორმებს.

ინდივიდუალისმი-კოლექტივისმი – კულტურათა საკვლევად ამჟამად ყველაზე უფრო გავრცელებული განზომილება: ინდივიდუალისტურს განეკუთვნება საზოგადოებები, რომლებშიც პრიორიტეტი ენიჭება პირად მიზნებს ჯგუფურთან შედარებით, ხოლო კოლექტივისტურში პირადთან შედარებით პრიორიტეტი ჯგუფის მიზნებს ენიჭება.

დამოუკიდებელი “მე” – ინდივიდუალისტური კულტურებისთვის დამახასიათებელი პიროვნების მოდელი; პიროვნება არის მყარი, მწყობრი, თვითკმარი და სოციალური კონტექსტიდან გამოყოფილი ავტონომიური არსება.

ურთიერთდამოკიდებული “მე” – კოლექტივისტური კულტურებისთვის დამახასიათებელი პიროვნების მოდელი; პიროვნება არის ადამიანებთან ძირეულად დაკავშირებული, მოქნილი, ცვალებადი და სოციალურ კონტექსტში “ჩაწნული” არსება.

## ძირითადი დებულებები

1. პიროვნების შესწავლისადმი კოგნიტური საინფორმაციო-საპროცესო მიდგომის მიმდევრები პიროვნების მოღელად იღებენ კომპიუტერს და იკვლევენ როგორ ახდენს ადამიანი ინფორმაციის გადამუშავებას (კოდირებას, შენახვას, მეხსიერებიდან ამოზიდვას).
2. საინფორმაციო-საპროცესო მიდგომის თანახმად ადამიანი რთული, გაწაფული, თუმცა არაშეუცდომელი პროცესორია.
3. საინფორმაციო-საპროცესო თეორიის ინტერესი ადამიანის მიერვე შექმნილ კატეგორიებზე და ამ კატეგორიათა იერარქიულ აგებულებაზე ფოკუსირდება.
4. ადამიანი “მე“-სქემებს ანუ საკუთარი თავის შესახებ კოგნიტურ განზოგადებებს იქმნის. ეს სქემები მე-სთან დაკავშირებულ ინფორმაციას აწესრიგებს. ჩამოყალიბებული “მე“-სქემა ძნელად იცვლება. ამის მიზეზია კოგნიტური მიკერძოებულობა, მიმართული იქეთკენ, რომ “მე“-ს შესახებ მონაცემები შინაგანად შეთანხმებული რჩებოდეს.
5. ადამიანს არა ერთადერთი “მე”, არამედ „მე“-თა მთელი ერთობლიობა გააჩნია; ეს იმიტომ, რომ ადამიანი ცხოვრებაში სხვადასხვაგვარ ვითარებებში ხვდება და, შესაბამისად, საკუთარ “მე“-ს განსხვავებულად ავლენს. შესაძლებელი „მე“-ები შეიცავენ აზრებს თუ როგორი შემიძლია ვიყო, როგორი მინდა რომ ვიყო და როგორი მეშინია არ გავხდე.
6. ლაზარუსის თანახმად, სტრესი წარმოიქმნება, როდესაც ადამიანს ჰგონია, რომ სიტუაციის მოთხოვნები მის ხელთ არსებულ რესურსებს აღემატება. სტრესისადმი თავის გართმევა შეიძლება ორი გზით – თვითონ პრობლემაზე ან მის თანმხლებ ემოციებზე ფოკუსირებით.



7. “სტრესის საწინააღმდეგო ვაქცინაციის” ანუ მისი დაძლევის სატრენინგო სისტემა ეკუთვნის დონალდ მაიკენბაუმს;
8. ფსიქოპათოლოგიისადმი და პიროვნების ცვლილებისადმი კოგნიტური მიდგომის თანახმად, გრძობებს და მოქმედებებს კოგნიციები განსაზღვრავს: არაადაპტური კოგნიციები ქმნის ემოციურ და ქცევით პრობლემებს, ხოლო თერაპია პრობლემურ კოგნიციათა უფრო რეალისტური, ადაპტური კოგნიციებით ჩანაცვლებას გულისხმობს.
9. ფსიქოლოგიურ პრობლემათა მიზეზები ადამიანის არაკეთილგონიერულ ანუ ირაციონალურ, ხისტ შეხედულებებშია საძიებელი. რაციონალურ-ემოციური თერაპია (რეთ-ი) ამ დრმად ჩანერგილ შეხედულებათა აღმოფხვრის და შეცვლის არაერთ სტრატეგიას გეთავაზობს.
10. დეპრესიის კოგნიტური მოდელის თანახმად, რომლის ავტორია ბეკი, დეპრესიისთვის დამახასიათებელია არაადაპტური კოგნიტური ტრიადა: საკუთარი თავის, ცხოვრების და მომავლის შესახებ ნეგატიური წარმოდგენები. კვლევით მართლაც დასტურდება დეპრესიის დროს ცნობიერებაში ამგვარ კოგნიციათა გაბატონება, მაგრამ განაპირობებენ ისინი თუ უბრალოდ თან სდევს დეპრესიას, ცხადი არ არის.
11. კოგნიტური საინფორმაციო-საპროცესო მიდგომის ყურადღების ველში მოექცა “მე”-ს შესახებ ინფორმაციის გადამუშავების კულტურული სხვაობები – შეისწავლება დასავლური, ინდივიდუალისტური “მე”-სა და არადასავლური კულტურის, კოლექტივისტური “მე”-ს სპეციფიკა.
12. პიროვნებისადმი საინფორმაციო-პროცესუალურ მიდგომას საგულისხმო წვლილი შეაქვს პიროვნების მნიშვნელოვან ასპექტთა კვლევაში, ჯანმრთელობის პრობლემების მოგვარებასა და ფსიქოლოგიურ სიმწელებათა კორექციაში.

13. რამდენად პროდუქტიულია პიროვნების საკვლეველად “კომპიუტერული მეტაფორა”, ამას მომავალი გვინგვებს.

### პიროვნების ავლენის სამოგავლო ხერხეჭიბვა

თუმცა დასრულდა ათასწლეული და დაიწყო ახალი, პიროვნების ფსიქოლოგიის განვითარებაში რაიმე ეპოქალური ცვლილებები ჯერ-ჯერობით მოსალოდნელი არ არის. პროგრესს, სავარაუდოდ, კვლევის მეთოდოლოგიის თვისობრივი გაუმჯობესება მოიტანს. ფსიქოლოგიის ამ დარგის სერიოზულ რესურსს პიროვნების თეორიების თანამედროვე მიმომხილველები და რეცენზენტები ხედავენ შემდეგ გარემოებებში: პიროვნების სფეროსადმი ინტერესი ძალიან დიდია, რასაც კვლევათა სიმრავლე და კვლევის შედეგების სახელმძღვანელოებში შეტანა მოწმობს; პრაქტიკულად ყველა ავტორი პიროვნების საკუთარ განსაზღვრებას გეთაყვა ანუ პიროვნების, როგორც ქცევის მარეგულირებელი ცენტრის იდეა საფუძვლიანად მუშავდება; პიროვნების საკვლეველად ისეთი “არაბუნებრივი” მეთოდები, როგორცაა წერითი ანგარიშები და ლაბორატორიული ექსპერიმენტები ბევრ მკვლევარს აშკარად აღარ აკმაყოფილებს; შეინიშნება ერთი კონკრეტულ-უნიკალური პიროვნების კომპონენტებს შორის კავშირების დადგენისა ანუ პიროვნული მთლიანობის კვლევისკენ შემობრუნება. საბოლოოდ კეთდება დასკვნა, რომ თუმცა გამოკვლევებით მიღებულ მონაცემთა თეორიული გააზრება და მათ საფუძველზე ახალი იდეების გენერირება გვიანდება, გამოკვლევათა სიმრავლე პიროვნების მეცნიერული ფსიქოლოგიის განვითარების ოპტიმისტურ პერსპექტივას სახავს.

## ლიტერატურა:

### თავი I პიროვნების ფსიქოლოგიის ძირითადი პრობლემები

1. Первин, Л., Джон, О. Психология личности, теория и исследования , М., 2000.
2. Мадди, С. Теории личности. Сравнительный анализ, СПб., 2002.
3. Холл, К.С., Линдсей, Г. Теории личности, СПб, 1997.
4. Хьелл, Л., Зиглер, Д. Теории личности, СПб, 1997.
5. Джемс, В. Психология, СПб, 1911.
6. Pervin, L. (1999). The Science of Personality. New York: Willey.
7. Schultz, D. (1993). Theories of Personality. Monterey, CA: Brooks /Cole.
8. Caprara, G.V. and Van Heck, G. (1992). Modern Personality Psychology. London :Wheatsheaf.
9. Feist J. and Feist G. (1998). Theories of Personality, McGraw Hill.
10. Hampson, S. (1988). The Construction of Personality. London: Routledge.
11. Carver, C. and Scheier, M. (1992). Perspectives on Personality. Boston, MA: Allyn & Bacon.
12. Valentine, E. (1992). Conceptual Issues in Psychology. London: Routledge.
13. Фрейджер Р. и Дж .Фейдимен, Личность: теории, эксперименты, упражнения, Спб, М., 2001.
14. ჩაგანავა გ. აპროპრიაციის ფსიქოლოგიის ექსპერიმენტული საფუძვლები. ბათუმი, 2009.
15. Царев П.В., Краткий англо-русский философский словарь, М., 1969.
15. გურიგი რ. და ფ. ზიმბარდო, ფსიქოლოგია და ცხოვრება, თბილისი, 2009.
16. იმედაძე ი. XX საუკუნის ფსიქოლოგიის ძირითადი მიმდინარეობები, თბილისი, 2004..
17. Хекхаузен, Х., Мотивация и деятельность, М., 1986.

18. უზნაძე დ. ინდივიდუალობა და მისი გენეზისი, "ფილოსოფიური შრომები", თბილისი, 1984..
19. უზნაძე დ. ზოგადი ფსიქოლოგია, შრომები, ტ.3-4, თბილისი, 1967.
20. უზნაძე დ. ბავშვის ფსიქოლოგია, თბილისი, 2003..
21. ნადირაშვილი შ. პიროვნების ანტროპოული თეორია, თბილისი, 2004.

### თავი II პიროვნების მენტალური კვლევა

1. May, R. (1950). *The Meaning of Anxiety*, New York: Roland Press.
2. Grinker, R.R., & Spiegel, J.P. (1945). *Men under Stress*. Philadelphia: Blackiston.
3. Mey, R., (1969). *Meaning of Anxiety*. New York: Random House.
4. Seligman, M.E.P. (1975). *Helplessness*. San Francisco: Freeman.
5. Seligman, M.E.P. (1991). *Learned Optimism*. New York: Knopf.
6. Rotter, J.B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monographs*, 80.
7. Abramson, L.Y., Garber, J., & Seligman, M.E.P. (1980). Learned helplessness in humans: An attributional analysis. In: Gerber & M.E.P. Seligman (Eds.), *Human Helplessness*, New York: Academic Press.
8. Hiroto, D.S. (1974). Locus of control and learned helplessness, *Journal of Experimental Psychology*, 102, 187-193.
9. Peterson, C. (1995). The meaning and measurement of explanatory style. *Psychological Inquiry*, 2, 1-10.

### თავი III პიროვნების უსიქოლოგიაში თეორია. შრომის უსიქოანალიზი

1. ფროიდი, ფსიქოანალიზი, თბილისი, 2000..
2. Freud, S. (1935). Some character types met in psychoanalytic work. In S.Freud. *Collected Papers*. London.

3. Freud, S. (1949). Civilization and its Discontents. London: Hogart Press. (Original edition 1930).
4. Freud, S. (1933). New Introductory Lectures to Psychoanalysis, New York: Norton.
5. Freud, S. (1936). The Problem of Anxiety. New York: Norton.
6. Фрейд З. Психология бессознательного: Сборник произведений. М., 1990.
7. Фрейд А. Психология Я и защитные механизмы, М., 1993.
8. McGinnies, E., (1949). Emotionality and perceptual defence, Psychological Review, 56, 244-251.
9. Erdelyi, M. (1984). Psychoanalysis: Freud's Cognitive Psychology. New York: Norton.
10. Epstein, S. (1983). A research paradigm for the study of personality and emotions. In M.M. Page (Ed.), Personality: current theory and research. Lincoln: University of Nebraska Press.
11. Эриксон Э. Детство и общество. СПб, 1996.
12. Marcia, J. (1994). Ego identity and object relations . In J.M. Masling & R.F. Bornstein (Eds.), Empirical perspectives on Object relations theory, Washington, D.C.: American Psychological Association.
13. Murray, H.A., (1938). Explorations in Personality, New York: Oxford.

#### თავი IV უსიქლონებაშიკური მიღვრმის ნიღვში აღვრცენებულ სკრულები

1. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии. М., 1995.
2. Адлер А. О нервическом характере. СПб, 1997.
3. Bottom, Ph. (1957). Alfred Adler - A Portrait from Life, New York.
4. იუნგი კ.გ. ანალიზური ფსიქოლოგიის საფუძვლები, თბილისი, 1995.

5. Jung, C.G. (1939). *The Integration of the Personality*. New York: Farrary & Rinehart.
6. Jung, C.G. (1961). *Memories, Dreams, Reflections*. London: Fontana Press.
7. Юнг К.Г. Психологические типы, М., 1997.
8. Юнг.К.Г. Психология бессознательного, М., 1988.
10. Юнг К.Г. Проблемы души нашего времени., М., 1994.
11. Хорни К. Невроз и развитие личности. В кн.: *Собрание сочинений*, т. 3. М., 1997.
12. Horney, K. (1967). *Feminine Psychology*. New York: Norton.
13. Westcott, M. (1986). *The Feminist Legacy of Karen Horney*. New Haven, CT: Yale University Press.
14. Кохут Х. Восстановление самости. М., 2002.
15. Лапланш Ж., Ж.П. Понталис, *Словарь по психоанализу*, М., 1996.
16. Kohut, H. (1977). *The Analysis of the Self*. New York: International Universities Press.
17. Кернберг, О., *Агрессия при расстройствах личности и перверсиях*, М. 1999.
18. Kernberg, O. (1984). *Severe Personality Disorders: Psychotherapeutic Strategies*, New Haven, CT: Yale University Press.
19. Bowlby, J., (1980). *Attachment and Loss*, vol. 3. *Loss, Sadness and Depression*. New York, Basic Books.
20. Ainsworth M.D.S., & Bowlby, J. (1991). An ethological approach to personality development, *American Psychologist*, 46, 333-341.
21. Cantor, N. and Michel, W. (1979). Prototypes in Person Perception. In L. Berkovitz (Ed.) *Advances in Experimental Social Psychology*. vol. 12, San Diego, CA: Academic Press.

22. Westen, D. (1991). Social Cognitions and Object Relations, *Psychological Bulletin*, vol.109, 3, 429-456.
23. Pine, F. (1985). *Developmental Theory and Clinical Process*. New Haven, CT: Yale University Press.
24. Taylor, S.F. (1989) *Positive Self-illusions; Creative Self-deceptions and Healthy Mind*. New York, Basic Books, 1989.
25. Текхе В. Психика и ее лечение: психоаналитический подход, М, 2001.

თავი V უნივერსალური კვანისტური თეორია, რომლის ავტორია კარლ როჯერსი

1. Rogers, C.R. (1977). *On Personal Power: Inner Strenght and its Revolutionary Impact*. New York: Delacorte.
2. Rogers, C.R. (1964). *Toward a science of the person*. In: T.W.Warm (Ed.), *Behaviorism and Phenomenology*. Chicago: University of Chicago Press.
3. Rogers, C.R. & Skinner, B.F. (1956). Some issues concerning the control of human behavior: *A symposium*. *Science*, 124, 1057-66.
4. Rogers, C.R. & Stevens, B. (1967) *Person to Person: The Problem of Being Human*, London: Souvenir Press.
5. Роджерс К. Клиент-центрированная психотерапия. М., 1993
6. Evans, R.I. (1975). *Carl Rogers: the Man and his Ideas*. New York: Dutton.
7. Роджерс К. Взгляд на психотерапию: Становление человека. М., 1994.
8. Barnes, H. (1959). *Humanistic existentialism: Literature of Possibility*. Lincoln.
9. Бинсвангер Л. Феноменология и психопатология, ж. «Логос», №3, 125-135.
10. Бьюдженталь Дж. В поисках сущности бытия: Диалоги между терапевтом и пациентами в гуманистической психотерапии. М., 1999.
11. Мей Р. (ред.) *Экзистенциальная психология*. М., 2001.

12. Смит Н. Современные системы психологии. История, постулаты, практика. СПб., 2001.
13. Thorne, B. (1992). Carl Rogers. London: Sage.

თსპ VI მიღობა: პიროვნული ნიშნები

1. Allport, G.W. (1937). Personality: A psychological interpretation, New York: Holt, Rinehart & Winston.
2. Allport, G.W. & Odbert, H.S. (1936). Traitnames: A Psycho-lexical study. *Psychological Monographs*, 47.
3. Allport, G.W. (1961). Pattern and Growth in Personality. New York: Holt, Rinehart & Winston.
4. Eysenck, H.J. (1947). Dimensions of Personality. London: Routledge and Kegan Paul.
5. Eysenck, H.J. (1990). Personality Genetics and Behavior, New York: Praeger.
6. Cattell, R.B. (1959). Foundations of personality measurement theory in multivariate expressions. In B.M. Buss & I.A. Berg (Eds.), Objective Approaches to Personality Assessment. Princeton, N.J.: Van Nostrand.
7. Cattell, R.B. (1965). The Scientific Analysis of Personality. Baltimore: Penguin.
8. Goldberg, L.R. (1993). The structure of phenotypic personality traits. *American Psychologist*, 48, 26-34.
9. John, O.P., Angleitner, A. & Ostendorf, F. (1988). The lexical approach to personality: A historical review of trait taxonomic research. *European Journal of Personality*, 2, 171-203
10. McCrae, R.R., & Costa, P.T. (1992). An introduction to the five-factor model and its applications. *Journal of Personality*, 60, 175-215.
11. Фернхэм А. и Хейвэн П., Личность и социальное поведение, СПб, 2001.
12. ნორაკიძე ვ. ხასიათის კვლევის მეთოდები, თბილისი, 1975.
13. ბერულავა ბ. პიროვნების თვისებები და ენა. თბილისი, 1976.
14. Росс, Л. и Нисбетт, Р. Человек и ситуация. М., 1999.



15. Мейли, Р. Структура личности. В кн.: «Экспериментальная психология», т. V. М., 1975.
16. Epstein S., (1988). The stability of behavior, *American Psychologist*, 35, 27-36.

თავი VII პიროვნებისა და სწავლის თეორიის მიღობა

1. Watson, J.B. (1924). Behaviorism. New York: People's Institute Publishing.
2. Watson, J.B. & Rayner, R. (1920). Conditioned emotional reactions. *Journal of Experimental Psychology*, 3, 1-14.
3. Jones, M.C. (1924). A laboratory study of fear. A case of Peter. *Pedagogical Seminar*, 31, 308-315.
4. Wolpe, J. (1958). Psychotherapy by Reciprocal Inhibition, Stanford, CA: Stanford University Press.
5. Wolpe, J. (1965). The Practice of Behavioral Therapy. Oxford: Pergamon Press.
6. Skinner, B. F. (1953). Science and Human Behavior. New York: MacMillan.
7. Skinner, B.F. (1959). Cumulative Record. New York: Appleton-Century-Crofts.
8. Skinner, B.F. (1971). Beyond Freedom and Dignity. New York: Knopf
9. Krasner, L. (1971). The operant approach in behavior therapy. In A.E.Bergin & S.L.Garfield (Eds.), Handbook of Psychotherapy and Behavior Change. New York, Willey.
10. Watson, J.B. (1928). The Psychological Care of the Infant and Child, New York: W.W. Norton.
11. Wolpe, J. & Lazarus, A.A. (1966). Behavior Therapy Techniques, Oxford: Pergamon Press.
12. Kazdin, E.A. (1977). The Token Economy: A Review and Evaluation. New York: Plenum.
13. Hull, C.L. (1943). Principles of Behavior. New York: Appleton.
14. Dollard, J. & Miller, N. (1950). Personality and Psychotherapy. New York: McGraw Hill.

15. ფრანგიშვილი ა. სწავლის ფსიქოლოგიის საკითხები, თბილისი, 1969..
16. ჩხარტიშვილი შ. აღზრდის სოციალური ფსიქოლოგია, თბილისი, 1973.

**თავი VIII პიროვნების კონსტრუქციული თეორია: პირად კონსტრუქტთა თეორია, რომლის ავტორია ჯორჯ კელი**

1. Kelly, G.A. (1955). *The Psychology of Personal Constructs*. New York: Norton.
2. Kelley, G.A. (1958). Man's construction of his alternatives, in G. Linzey (Ed.). *Assessment of Human motives*. New York.
3. Kelly, G.A. (1961). Suicide: The personal construct point of view. In N.L. Faberow & E.S. Schneidman (Eds.), *The Cry for Help*. New York: McGraw-Hill.
4. Kelly, G.A. (1963). *A Theory of Personality*, New York: Norton.
5. Kelly, G.A. (1964). *Clinical Psychology of Personality: The Selected Papers of George Kelly*. New York: Wiley.
6. Bruner, J.S. (1956). You are your constructs. *Contemporary Psychology*, 1, 355-356.

**თავი IX სოციალურ-კონსტრუქციული თეორია**

1. Bandura, A. (1969). *Principles of Behavior Modification*. New York: Holt, Rinehart & Winston.
2. Bandura, A. (1986). *Social Foundations of Thought and Action: A Social-Cognitive Theory*. Englewood Cliffs, N.J.: Prentice Hall.
3. Bandura, A. (1992). Self-efficacy mechanism in psychobiologic functioning. In R.Schvarzer (Ed.), *The Self-efficacy: Thought Control and Action*. Washington, D.C.: Hemisphere.
4. Mischel, W. (1971). *Introduction in Personality*. New York: Holt, Rinehart & Winston.

5. Mischel, W. & Shoda, Y. (1995). A cognitive-affective system theory of personality: Reconceptualizing the invariances in personality and the role of situations. *Psychological Review*, 102, 246-286.
6. Mishel, H. & Mishel, W. (Eds.) (1973). Readings in Personality. New York: Holt, Rinechart and Winston.
7. Shoda, Y., Mischel, W. & Wright, J.C. (1994). Intra-individual stability in the organization and patterning of behavior: Incorporating psychological situations into the idiographic analysis of personality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 674-687.
8. Ford, M.E. (1992). Motivating Humans: Goals, Emotions and Personal Agency Beliefs. Sage Publication, London, New Dehli.

ՄԱՅՅՈՒ Մ ԻՆՏԵՆՍԻՎՆԵՐ ԵՄՈՑԻՍՏՐԱԿՏԻՎՆԵՐ ԵՄՈՑՈՒՄՆԵՐԻ ԹՈՒՆՔՆԵՐԸ

1. Marcus, H. (1977). Self-schemata and processing information about the Self. *Journal of Personality and Social Psychology*, 35, 63-78.
2. Cantor, N. & Kihlstrom, J.F. (1987). Personality and Social Intelligence, Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
3. Gergen, K.J. & Gergen, M.M. (1983). Narratives of the Self. In: T.R. Sabrin & K.E. Scheive (Eds.) Studies of Social Identity. New York: Praeger.
4. Duval, Sh. & Wicklund, R. (1972). A Theory of Objective Self-Awareness, New York and London: Academic Press.
5. Greenwald, A.G. (1980). The totalitarian Ego: Fabrication and revision of personal history. *American Psychologist*, 35, 602-618.
6. Banaji, M. & Prentice, D.A. (1994). The self in social contexts. *Annual Review of Psychology*, 45, 297-332.
7. Swann, W.B., JR. (1992). Seeking "truth", finding despair: Some unhappy consequences of a negative self-concept. *Current Directions in Psychological Science*, 1, 15-18.
8. Marcus, H. & Nurius, P. (1986). Possible selves. *American Psychologist*, 41, 954-969.
9. Higgins, E.T. (1987). Self-discrepancy: A theory relating self and affect. *Psychological Review*. 94, 319-340.
10. Lazarus, R.S. (1993). Theory-based stress measurement, *Psychological Inquiry*, 1, 3-13.

11. Meichenbaum, D.H. (1985). *Stress Inoculation Training*, New York: Pergamon.
12. Эллис А. Психотренинг по методу Альберта Эллиса, СПб., 1999.
13. Ellis, A. *Reason and Emotion in Psychotherapy*. Secaucus, NJ: Citadel. 1962.
14. Бек А. Когнитивная модель депрессии, СПб., 2003.
15. Бек А., Раш А., Шоу Б., Эмери Г. Когнитивная терапия депрессии, СПб., 2003.
16. Shweder, R.A. (1991). *Thinking through Cultures: Expeditions in Cultural Psychology*. Cambridge, Mass.: Harvard University Press.
17. Marcus, H. & Kitayama, S. (1991). Culture and the Self: Implications for cognition, emotion, and motivation, *Psychological Review*, 98, 224-253.
18. Triandis H. (1995). *Individualism – Collectivism*. New York, Boulder Co.
19. Мацумото Д., Человек, культура, психология. СПб, 2007.
20. სურმანიძე ლ. ინდივიდუალისტური და კოლექტივისტური საზოგადოებები, თბილისი, 2001..
21. სურმანიძე ლ. კულტურა მეთოდოლოგიურ პერსპექტივაში, თბილისი, 2010.
22. სტრესი და იძულებითი გადაადგილება: ფსიქოლოგიური პრობლემები და მათი გადაჭრის გზები (რედ. მ. გაბაშვილი), თბილისი, 2011.

# სარჩევი

## თავი I. ჰიროვნების ფსიქოლოგია: ძირითადი პრობლემები

შესავალი .....	3
ჰიროვნების განსაზღვრების ძიება .....	4
ჰიროვნების თეორია როგორც პასუხი პითხვაზე	
"რა", "როგორ" და "რატომ" .....	8
სტრუქტურა .....	10
პროსესი .....	11
გრეა და ბანეითარება.....	14
გენეტიკური ლეტერმინანტები .....	14
ვარემოს ლეტერმინანტები .....	16
გენეტიკურ და ვარემოს ლეტერმინანთა თანაფარდობა .....	18
ფსიქოპათოლოგია და ქაეის სელილება.....	20
ჰიროვნების თეორიის ძირითადი პრობლემები .....	20
ფსიქოლოგიური შეხედულება ადამიანის რაობაზე.....	20
ქაეის ბარბანი და შინაბანი ლებარმინანტები.....	21
:ქაეის შემანსმეგებულება ღროსა და სიტუაციები .....	22
:ქაეის მთლიანობა და "საკუთარი მუ-ს" სნება.....	23
სნოზიარების განსმეგებუელი მღვრმარეობები და	
არასნოზიარის სნება.....	25
აზრს, ბრჩნებას და ქსქვას შორის შიგარმება.....	25
ნარსულის, ანმყო და მორგაელის ბაელება ქსქვამზე.....	26
ძირითადი სნებაები .....	27
ძირითადი ღებაულებები .....	27

## თავი II. ჰიროვნების მეცნიერული ავლავა

შესავალი .....	29
მეცნიერული ავლავისადმი სანი ძირითადი მიღვრმა .....	32
სალკაული მემთსმევის მსნაეა და კლინიკური კვლევა.....	33
სტრესზე რეაქციები საბრძოლო მოქმედებების ღროს .....	34
ლაკორატორიული კვლევა და მქსაერიმანტი.....	35
დასწაელილი უმწეობა .....	36
აიროვნული კითხვარები და კორელაციური კვლევები.....	38
კონტროლის შინგვანი-ვარგვანი ლოკუსი	
(ინტერნალობა-ექსტერნალობა) .....	39
მიმეშიობრივი (კაუშალური) ატრიბუციები: ახსნის სტილი .....	40
ჰიროვნების ავლავისადმი ალბარნბიულ მიღვრმათა	
მელარბიტი ანაღი .....	45
სალკაულ მემთსმევისა მსნაეა და კლინიკური კვლევა:	
ღირსებები და ნაკლვანებები.....	45
სიტყვიერი ანგარიშების ვამოყენება .....	46

ლაბორატორიული, ექსპერიმენტული კვლევა:	
ლირსებაში და ნაპლომანებაში.....	47
კორელაციური კვლევები და კითხვარები:	
ლირსებები და ნაკლოვანებები .....	48
ჰიროვნების თეორია და ემპირიული აპლაცა .....	49
ძირითადი ცნებები .....	51
ძირითადი დაბუღებები .....	51

### თავი III. ფსიქოლინამიური თეორია: ფროიდის ფსიქონალტიზი

შესავალი .....	52
ფროიდის მხედულაბაში საზოგადოებასა და ადამიანზე .....	53
ფსიქონალტიზი: ჰიროვნების თეორია .....	56
სტრუქტურა .....	56
არაენობიერის ცნება .....	56
ენობიერების ღონეები .....	57
ილი, ეგო, სუპერეგო .....	64
პროსენი .....	69
სიკოცლის და სიკედლის ინსტიტუტები .....	69
ფუნქციონირების დინამიკა .....	70
შფოთვა და დაკვის მუქანიშმები .....	71
გრად და ბანითარება .....	75
აზროვნების პროცესების განვითარება .....	76
ღვოლეების განვითარება .....	78
განვითარების ფსიქოსოციალური სტადიები .....	81
ფროიდის ფსიქოლინამიური თეორია: პრაცხილა და გამოყანაბა .....	86
ფსიქოლინამოსტიკა: პროპატიული ბუსტაბი .....	87
მელნის ლაქების რორმაჩის ტესტი .....	88
თემატური აპერეკეფიის ტესტი .....	90
ფსიქოპათოლოგია .....	91
პიროვნების ტიპები .....	91
კონფლიქტი და დაკვა .....	97
ქაქეის სულიება .....	98
არაენობიერში მელწევა: თავისუფალი ასოციაციები	
და სიმშრების ინტერპრეტაცია .....	99
თერაპიული პროცესი: ვაღაგანა .....	101
პიროვნების ფსიქოანალიტიკური თეორიის მუჟასება .....	103
ძირითადი ცნებები .....	105
ძირითადი დაბუღებები .....	107

### თავი IV. ფსიქოლინამიური მიღგოგის ნიღბი აღმოცა- ნაბული სკოლაბი

შესავალი .....	111
ინდივიდუალური ფსიქოლოგია (აღფრად აღღარი) .....	112
ანალიტიკური ფსიქოლოგია (არღ მუსტაპ იანგი) .....	115

ჰუმანისტური ფსიქონალზი (პარან ჰორნი) .....	119
ახალი მიმართულება ბრლიდისილი ფსიქონალზის ჩარჯოში .....	122
ოზიპტი-პრთიერთოზის თაორია .....	123
ემოსიური მიჯაჭაულზის თაორია .....	128
ფსიქოლინამიური მიმართულების თაორიათა მუჯასაბა .....	131
ძირითადი ცნებები .....	131
ძირითადი ტაბულაბები .....	132

## თავი V. ფანოგანოლოგიური ჰუმანისტური თაორია, რომლის აბტორია ჯარლ როჯარსი

მასაალი .....	135
როჯარსის მახდალაბები ალაშიანის რაობაზე .....	136
არლ როჯარსის პიროვნების თაორია .....	138
სტუპირა .....	138
საკუთარი „მე“ (Self) .....	138
"მე"-კონცეფციის ვაბოშის მეთოდები .....	139
პროესნი .....	141
თეთაქკალიზაცია .....	141
მე-კონცეფციის შინაგანი მეთანსმებულობა და კონგრუენტობა .....	142
კონგრუენტულობის მდგომარეობა და დაყვის პროესები .....	144
პოზტიური მუფაქების მოთხოვნილება .....	145
ზრლა და ბანითარება .....	146
თეთაქკალიზაცია და ჯანსალი ფსიქიკური განვითარება .....	146
მშობელ-შვილის ურთიერთობები .....	147
ფსიქოანალიზი .....	150
სუვის ცვლილება .....	151
პარონების ცვლილებისთვის აუცილებელი	
ფსიქოთერაპიული პირობები .....	151
კლიენტზე ენტირებული თერაპიის მუდეები .....	153
არლ როჯარსის თაორიის მუჯასაბა .....	153
ძირითადი ცნებები .....	155
ძირითადი ტაბულაბები .....	157

## თავი VI. მიღგომა: პიროვნული ნიშნები

პიროვნული ნიშნის ცნება .....	159
პიროვნული ნიშნის თაორია, რომლის აბტორია	
გორდონ ოლაკობი .....	160
ნიშნები, მღგომარეობები და მოქმედაბები .....	160
ნიშნისა სახეები .....	161
შუნსიური აპონომია .....	162
ილიზარაფიული კვლევა .....	163
ჰანს აიზანის სამი ფაბტორის თაორია .....	164
ნიშნისა მღგომარეობა: შაბტორული ანალიზი .....	164
პიროვნების ძირითადი პარამებრები .....	166
ვაბომევა კითხვართა მუშეობით .....	167
ნიშნისა ბიოლოგიური საფუქელი .....	168
ფსიქოანალიზი და სუვის ცვლილება .....	169
რაიმონდ აბტლის ფაბტორულ-ანალიზური მიღგომა .....	170

ქაბულის მხუელუაზაპი მუინიარაზაპი .....	170
ქაბულის პირივნაპის თორია .....	173
ნიშნთა სახეები .....	173
მონაკემთა წყაროები: ცხოვრების დოკუმენტური ჩანაწერები; კითხვარებით მიღებული მონაკემები და თბიქტური ტესტებით მიღებული მონაკემები .....	174
ქუევის სტაბილურობა და ვარიაბელურობა .....	177
პირივნულ ნიშნთა პრთიანი მოღვლის მუაზაპის მუაზაპის ტანდენია:	
სუთუაპროიანი მოღვლი .....	179
პუნაპრიპ პნასა და კითხვარაპი ნიშნთა სახეაპის ანალიზი .....	180
ფუნდამენტური ლექსიკური კიპოთება .....	183
მრლა და პანვიტარაპა .....	184
ასაკობრივი ცვლილებები .....	184
ნიშნები, როვორუ მემკვიდრეობით მიღებული პიროვნული მახახიათებლები .....	185
სუთუაპროიანი მოღვლი ეპოლუიის თორიის თვალსაზრისით .....	187
სუთუაპროიანი მოღვლის გამუყენაპა .....	189
პონტროპერა პლაპიანი - სიტუაპია .....	190
ნიშნის თორიის მუაზაპა .....	193
პირითადი ცნაპები .....	194
პირითადი დაპალებები .....	196

## თაპი VII. პირივნაპისადმი სნავლის თორიის მიღვრობა

პირივნაპა და მუცნიარაპა სნავლის თორიის თვალსაზრისით .....	199
პოტსონის პიპაპირიპი .....	200
ქლასიკური პანვიტარაპის პრინციპები .....	201
ფსიქოპათოლოგია და ცვლილება .....	203
პირობითი ემოციური რეაქციები .....	203
პაჭვის მიმართ პირობითი მიშის მოხსნა .....	204
სისტემატური დესენსიტიზაპია .....	206
სნავლის თორიის მუაღვრომი პანვიტარაპა .....	207
პირივნაპის თორია, როვლის ავტორია პარაპ სპინარი .....	208
სტრუქტურა .....	208
პროცესი: თერანგული განპირობება .....	209
მრლა და ვანვითარება .....	212
ფსიქოპათოლოგია .....	213
ქუევითი დიაგნოსტირება .....	215
ქუევის ცვლილება .....	217
თორია "სტიპული-რეაპია": პალი, დოლარდი და ვილარი .....	218
სტრუქტურა .....	219
პროცესი .....	220
მრლა და ვანვითარება .....	221
ფსიქოპათოლოგია .....	222
სნავლის თორიები: მუაზაპა .....	224
პირითადი ცნაპები .....	225
პირითადი დაპალებები .....	226



## თავი VIII. ჰიროვნების ჯოგნიბური თაორია: ჰირად ჯონ-სტრუქტთა თაორია, რომლის ავბორია ჯორჯ ჯალი

შესავალი .....	228
ჯალის შეხდულეაბი ადამიანის რაოზაჲ და	
ჰიროვნების ავბულეაბაჲ .....	229
სტრუქტურა .....	231
კონსტრუქტთა ტიპები .....	232
ეენტრალური სტრუქტურა და ეენტრალური როლი .....	234
როლურ კონსტრუქტთა რეკერტუარული ტესტი (რე-ტესტი) .....	236
კოვნიტური სირთულე-სიმარტივე .....	239
პროსესი .....	240
მოვლენათა ვანტერტა: მომაელის პროვონობირება .....	241
შფოთეა, მიში და საფრთხე .....	242
გრღა და ბანეითარება .....	244
შსიპოვართოლოგია .....	245
კონსტრუქტთა სისტემაში არსებული პრობლემები .....	246
ქსაჲის სვლილაჲ .....	250
ეულილების ხელშეწყობი პირობები .....	250
ფიქსირებულ როლთა თერაპია .....	251
ეირად კონსტრუქტთა თაორიის შეშასება .....	252
ძირითადი ცნებაბი .....	253
ძირითადი დებულეაბი .....	254

## თავი IX. სოციალურ-ჯოგნიბური თაორია

შესავალი .....	257
ადამიანის რაოზა .....	258
სტრუქტურა .....	258
მოლოდინი-რწმენები .....	258
მიზნები .....	262
კომპეტენციები – უნარ-ჩვეულები .....	263
პროსესი .....	263
მიზნები, სტანდარტები, თეითრეველაყია .....	264
თეითრეველურობა და ქეუვის წარმატებულობა .....	265
გრღა და ბანეითარება .....	268
დასწავლა დაკეირვების მეშეობით .....	269
დაკმაყოფილების გადაედების ჩვეუთა დაუფლება .....	270
შსიპოვართოლოგია .....	272
დისფუნქციური მოლოდინები და დისფუნქციური მე-კონსეყუციები .....	272
ქსაჲის სვლილაჲ .....	275
მოდელირება და წარმართული მონაწილეობა .....	275
სოციალურ-ჯოგნიბური თაორიის შეშასება .....	276
ძირითადი ცნებაბი .....	277
ძირითადი დებულეაბი .....	279

# თავი X. პიროვნებისადმი საინფორმაციო-საპროცესო მიღგომები

მასაჰალი .....	283
პოგნიტარი სტრუქტურები .....	283
კატეგორიები .....	284
"მე"-ს სქემა .....	284
ვერიფიკაცია და ვანდიღება .....	286
შესაძლებელი სხვადასხვაგვარი „მე“ და თვითრეგულაცია .....	287
სტრესი და მისი დამღვა .....	289
სტრესი .....	290
სტრესის საწინააღმდეგო ვაქცინაცია .....	290
პათოლოგია და ცვლილება .....	292
შსიქიურ ღარღვევათა პოგნიტური მოღვალები (პარონ ბეკი) .....	295
ღეგრესია .....	295
პიროვნული დარღვევები .....	296
საინფორმაციო-საპროცესო თეორიის	
ბოლოდროინდელი მოწავოვარი .....	297
მე-ს კროსკულტურული კვლევა .....	298
პიროვნებისადმი საინფორმაციო-საპროცესო მიღგომის მუშასება .....	302
ძირითადი ცნებები .....	302
ძირითადი დებულებები .....	304
პიროვნების ავლავის სამომავლო ვარსკვლავი .....	306
ლიტერატურა .....	307

**კომპიუტერული უბრუნეღყოფა  
აკაკი ჭიღიტაშვილისა**



**გამომცემლობა „უნივერსალი“**

თბილისი, 0179, ი. შავსავაძის გზა. 19, ☎ : 222 36 09, 5(99) 17 22 30

E-mail: universal@internet.ge