

ԿԱՄՕԻՔ

Աննա Ռուբիկի Հակոբջանյանի <<Անձի ինքնակարգավորման մեխանիզմների դերը առողջության պահպանմանն ուղղված վարքում>> խորագրով ատենախոսության, ներկայացված ԺԹ.00.01 հոգեբանության տեսություն և պատմություն մասնագիտությամբ հոգեբանական գիտությունների թեկնածուի գիտական աստիճանի համար

Արդի գիտության կողմից 21-րդ դարը բնութագրվում է, որպես տեղեկատվական տեխնոլոգիաների դարաշրջան, միևնույն ժամանակ այն կյանքի մեծ դինամիզմի ժամանակաշրջան է: Այդ է պատճառը, որ ներկայումս կյանքի տեմպը այնքան է արագացել, որ ամեն ինչի մասին փորձում ենք մտածել և հաջողել տարբեր բնագավառներում, շատ դեպքերում մոռանալով անձնական առողջության պաշտպանությունը, սեփական կայուն էկոլոգիական միջավայրի բարելավումը: <<Հիվանդությունների կանխարգելումը՝ որպես ամենօրյա պրակտիկա, դեռևս բավականաչափ ամրագրված չէ մարդկանց հասարակական, նաև՝ անհատական գիտակցությունում: Առողջ ապրելակերպը մեր օրերում կարող է ընկալվել որպես յուրահատուկ հասկացություն կամ որպես երբեմն իրականացվող վարքի կոնկրետ ձև, ինչպիսին մարզումները կամ առողջ սնունդ օգտագործելն է, մինչդեռ առողջ ապրելակերպի ձևավորման համար անհրաժեշտ է անձի գիտակցական որոշում և վարքի պարբերական իրականացում: Քանի դեռ վարքի իրականացման մտադրությունը ներքնայնացված չէ և ձևավորված չէ առողջ ապրելակերպին ուղղված կանխարգելիչ քայլերի պարբերականությունը, առողջության պահպանումը կլինի տարերայնորեն, իսկ կենսակերպը՝ ոչ թե առողջության պահպանմանն, այլ հիվանդությունից խուսափելուն ուղղված>>: Այստեղ խիստ կարևորվում է նաև բազմաթիվ նոր հիվանդությունների դրսևորումները, տարբեր սթրեսածին իրադրությունների առկայությունը, որոնք մեկ անգամ ևս ընդգծում են սեփական առողջության պահպանումը և հիվանդությունների կանխարգելումը: Այսօր հասել ենք մի պահի /հատկապես կորոնավիրուսի հետ կապված/, երբ հասարակությունը չի վստահում մինչև անգամ բժիշկ մասնագետներին, կարծում ենք, որ դա լուրջ ահազանգ է: Ընդհանրապես հոգեբանական գիտությունը փորձում է բոլոր առկա հիմնախնդիրներին արագ արձագանքել, սակայն վերը նշված հիմնախնդիրը նույնպես խիստ արդիական է, այն հանդիսանում է կարևորագույն մարտահրավեր և անձի առողջության պահպանությունը ներկայումս գիտական հիմնավորվածություն է պահանջում, այդ թվում նաև հոգեբանական: Ահա վերը նշված հիմնախնդիրներին է վերաբերվում Աննա Ռուբիկի Հակոբջանյանի <<Անձի ինքնակարգավորման մեխանիզմների դերը առողջության պահպանմանն ուղղված վարքում>> խորագրով թեկնածուական ատենախոսությունը: Աշխատանքի նպատակն է՝ ուսումնասիրել անձի ինքնակարգավորման մեխանիզմների առանձնահատկությունները և կանխորոշիչ դերը առողջության պահպանմանն ուղղված վարքում, մասնավորապես՝ առողջ սնվելու, մարզվելու և ծխելը թողնելու վարքաձևերում: Թեման ոչ շարժուն է, իսկ նպատակը արդարացված:

Պետք է նշել, որ հեղինակի կողմից ներկայացվող ներածության բաժինը բավականին հաջողված է, որտեղ իրենց արտացոլումն են գտել հետազոտության

օբյեկտը, առարկան, վարկածը, նորույթը, աշխատանքի տեսական և գործնական վերլուծությունը, պաշտպանությանը ներկայացվող հիմնական դրույթներն: Ատենախոսությունը կազմված է ներածությունից, երկու տեսական և մեկ էմպիրիկ գլուխներից, եզրակացություններից, գրականության ցանկից և հավելվածներից: Աշխատանքի ընդհանուր ծավալը համակարգչային շարվածքով կազմում է 140 էջ՝ ներառյալ հավելվածները: Ատենախոսության ծավալն առանց հավելվածների՝ 128 էջ:

Առաջին գլխում հեղինակը անդրադառնում է առողջության սահմանումների և մեկնաբանությունների վերլուծական ակնարկին, բերվում են պատմական տարբեր մոտեցումներ և փաստարկվում ներկայումս առողջության նորմոցենտրիկ, ֆենոմենոլոգիական, հոլոտիկ, միջմշակութային, դիսկուրսիվ, աքսիոլոգիական և ինտեգրատիվ մոտեցումները, ինչպես նաև անդրադարձ է կատարվել աշխատանքի համար առանցքային նշանակություն ունեցող երեք վարքաձևերի ուսումնասիրության հնարավորություններին:

1. Սովելու վարք, առողջ սովելու հոգեբանական հիմքեր ուսումնասիրություն:
2. Ծխելու և ծխելը թողնելու վարքաձևերի ուսումնասիրություն:
3. Ֆիզիկական ակտիվությունը՝ որպես առողջության պահպանմանը և բարելավմանն ուղղված վարքաձև:

Պետք է նշել, որ Ա. Հակոբջանյանը ճիշտ է հասկացել ատենախոսության մեջ առկա ելակետային հասկացությունները և փորձել է այն ենթարկել գիտական վերլուծության, հակադրելով կամ գուգորդելով անհրաժեշտ բազմաթիվ մոտեցումների հետ: Աշխատանքի կարևորագույն արժանիքներից մեկն էլ այն է, որ հեղինակը իր կողմից ներկայացվող դրույթները փորձում է հիմնավորել ներկայացվող տարբեր սկզբնաղբյուրների միջոցով, շեշտադրելով խնդրի մշակվածության աստիճանը, առկա տարբեր մոտեցումները:

Ատենախոսության երկրորդ գլուխը նվիրված է առողջության պահպանմանն ուղղված վարքում անձնային գործոնների դերին: Հեղինակի կողմից առողջության պահպանմանն ուղղված վարքի վերլուծությունը ցույց է տալիս, որ այս կամ այն վարքի ձևավորման և իրականացման համար որպես կանխորոշիչներ նշանակալի են նաև անձնային գործոնները: Ընդ որում՝ անձնային գործոնների շարքում նաառանձնացնում է դրանց անհատական-անձնային և սոցիալ-մշակութային չափումները: Հաշվի առնելով այն հանգամանքը, որ վարքային տարբեր դրսևորումներ պայմանավորված են անհատական առանձնահատկություններով՝ առողջության պահպանման հարցում ևս դրսևորվող վարքային ռազմավարությունների հիմքում անձի տարբեր կողմերն են: Անձնային գծերի ազդեցությունն առողջության վրա կարևոր դեր ունի: Նմանատիպ ուսումնասիրությունները փաստում են, որ անձնային առանձնահատկությունները դիտարկվում են որպես գլխավոր կանխորոշիչներ՝ նման վարքը նկարագրելու համար: Առողջության և անձնային տարբեր գործոնների միջև կապը բացատրելու համար ստեղծվել են որոշ մոդելներ, որոնցում արտացոլվում են առողջության հետ

առնչվող կայուն անձնային բնութագրերը: Այդ մոդելների շարքում սրբեսի՝ զսպվածության և առողջության պահպանմանն ուղղված վարքը բացատրողները ենթադրում են, որ հիվանդության առաջացման համար պատճառ են հանդիսանում անձնային գործոնները: «Հիվանդածին վարքի» և կոնստիտուցիոնալ նախատրամադրվածության մոդելներով բացատրվում են, թե ինչպես են անձնային գործոնները կապվում հիվանդության հետ՝ պատճառահետևանքային կապի բացակայության դեպքում: Ըստ սրբեսի զսպվածության մոդելի, որով բացատրվում է անձի և առողջության միջև կապը, հիվանդության պատճառը սրբեսն է: Համարվում է, որ նախ սրբեսը խաթարում է առողջությունը՝ ակտիվացնելով սիմպաթիկ և նյարդաէնդոկրին համակարգերը՝ դրանով իսկ առաջացնելով մի շարք հոգեբանական համակարգերի կողմից պատասխաններ: Կարծում ենք, որ նման մոտեցումը խիստ աղիական է և գիտական: Առավել կարևորում ենք երկրորդ գլխի ընդհանրացումը. այսինքն՝ առողջությունը, լինելով կենսագործունեության հիմնարար պայման և գերակա արժեք մարդու կյանքում, անվերապահորեն պահպանման և բարելավման խնդիրն ունի: Ցավոք, այսօր սոցիալ-տնտեսական պայմանները ոչ միայն չեն նպաստում առողջապահական միջոցառումների գերակայությանը հասարակության մեջ, այլև հասարակական ընկալումներում արմատավորում են հակառակ՝ այնքան որ չհիվանդանալու միտումը: Առողջության հոգեբանության՝ որպես հիմնարար և կիրառական գիտակարգի նպատակներից մեկը ու նաև աշխատանքի նշանակությունը հենց այն է, որ վերափոխվեն այդ ընկալումները: Առողջության պահպանումն իսկապես դառնա անձի ներքին կարգավորման գործընթաց՝ կոգնիտիվ ու դրոպապատճառային գործոնների շնորհիվ:

Աշխատանքի տեսական բազմաթիվ մեկնաբանությունները իրենց փորձարարական արտացոլումն են գտել ատենախոսության երրորդ գլխում: Այստեղ կարևորվում է, որ առողջության պահպանման և բարելավման համար էական ու առանցքային է հիվանդությունների կանխարգելմանն ուղղված վարքը, ոչ թե արդեն վատթարացած առողջության վերականգնումը: Եվ ուսումնասիրության նպատակն է առողջության պահպանմանն ուղղված վարքի (առողջ սնվելու, ծխելը թողնելու և մարզվելու վարքաձևերի օրինակով) ինքնակարգավորման հոգեբանական մեխանիզմների առանձնահատկությունները:

Առողջության պահպանմանն ուղղված վարքի դրսևորման և այն ըստ նպատակահարմարության փոփոխելու մեխանիզմները հասկանալու համար ընտրվել է պլանավորված վարքի տեսությունը: Հեղինակը փաստում է, որ վերջին երեք տասնամյակների ընթացքում ՊՎՏ-ն լայնորեն կիրառվել է սոցիալական վարքի տարբեր ձևերի կանխատեսման նպատակով: Վիճակագրության համաձայն՝ 1985-2010թթ. ընթացքում ՊՎՏ-ին հղում է արվել 4550 անգամ: Այս տեսության ընտրությունը պայմանավորված էր խնդրի սոցիալ-կոգնիտիվ մեթոդաբանական հիմքով, քանի որ տեսությամբ անդրադարձ է արվում հատկապես այն վարքաձևերին, որոնք նպատակաուղղված են և ենթարկվում են ինքնակարգավորման գործընթացին:

Աշխատանքում առանցքային է վարքի կարգավորման հասկացումը և տեսության մեթոդաբանական կիրառումը պայմանավորված է հենց այս կենտրոնական դիտակետով: Հեղինակը գտնում է, որ ներկայացված տեսությունը գերծ չէ քննադատությունից և հաճախ հենց դրդապատճառային կարգավորման կողմի պակասն էլ դառնում է քննադատությունների թիրախ: Ամենից հաճախ ՊՎՏ քննադատությունները վերաբերում են նրան, որ տեսությունը չափազանց «ռացիոնալ» է և մարդու վարքի բացատրության մեջ բաց է թողնված նրա հուզական կողմը: Տեսությունը քննադատող հեղինակների կողմից մատնանշվում է, որ ըստ տեսության՝ մարդը բանական, ինելամիտ, անկողմնակալ գործիչ է, ով կարող է որոշում կայացնել՝ դիտարկելով ամբողջ հասանելի տեղեկատվությունը և գերծ մնալով հուզականությունից: Իրականում, ինչպես նշում է հեղինակը, չկա այնպիսի մոտեցում, որ վարքային, նորմատիվ և վերահսկման համոզմունքները ձևավորվում են անկողմնակալ ու ռացիոնալ ձևով կամ որ դրանք ճշգրտորեն արտացոլում են իրականությունը: Համոզմունքներն արտացոլում են տեղեկատվություն մարդու վարքի դրսևորման մասին, սակայն այդ տեղեկատվությունը հաճախ ոչ ճշգրիտ է և անլիարժեք, քանի որ կարող է կապված լինել տարբեր դրդապատճառների, վախերի, բարկության և այլ հույզերի հետ: Ինչպես արդեն վերը նշվել է, տեսության համաձայն վարքը կարելի է կանխատեսել այն իրականացնելու մտադրությունների միջոցով, որոնք էլ իրենց հերթին ձևավորվում են վարքի հանդեպ ունեցած դիրքորոշումներից, սուբյեկտիվ նորմից և ընկալվող վարքային վերահսկողությունից: Այլ փոփոխականների ավելացումն, ըստ տեսության հեղինակի, չպետք է բարելավի մտադրության կամ վարքի կանխատեսումը: Մակայն, այնուամենայնիվ, կան նաև մոտեցումներ, որոնցով առաջարկվում է ընդլայնել տեսությունը՝ այլ չափելի փոփոխականներ ներմուծելով:

Հեղինակի կողմից վարքի կանխատեսման համար առաջարկվում են որոշ տարբերակներ. վարքային մտադրությունների կոնցեպտի ընդլայնման անհրաժեշտություն, նախկին փորձի օգտագործումը՝ որպես վարքի ուղղակի կանխորոշիչ և մտադրություն-վարք խզման հիմքում ընկած գործոնների ուսումնասիրության անհրաժեշտություն: Վարքի հիմքում ընկած դրդապատճառային գործոնների համակարգայնությունը հաշվի առնելով՝ ՊՎՏ որոշ վերլուծություններում նշվում է նաև, որ չնայած տեսությունը համարվում է մոտիվացիոն գործընթացների պարզաբանման մոդել, այնուամենայնիվ հաշվի չի առնվում մարդու դրդապատճառային ոլորտի բարդությունը:

Այսպիսով հետազոտության արդյունքում

- իրականացվել է ֆիզիկական առողջության հիմքում ընկած անձնային գործոնների համակարգային վերլուծություն, ինչի արդյունքում դուրս է բերվում առողջության պահպանմանն ուղղված վարքում անձի ինքնակարգավորման՝ սոցիալ-կոգնիտիվ և դրդապատճառային մեխանիզմների առաջնային նշանակությունը:

- մշակվել է առողջության պահպանմանն ուղղված վարքի ուսումնասիրման հետազոտական մոդել, որը բացատրում է առողջ սնվելու, ծխելը թողնելու և մարզվելու կարգավորման սոցիալ-կոգնիտիվ մեխանիզմների հետ մեկտեղ ինքնավար դրդապատճառների կանխորոշիչ դերը:

Ընդգծված ուշադրության է արժանի կատարված հետազոտության փուլերի նախապատրաստական հիմնավորումները, ընտրանքի քանակական և որակական ձևափերին ներկայացվող պահանջները, օգտագործվող գործիքակազմի հիմնավորումը: Տվյալների վերլուծության համար հեղինակը կիրառել է հետևյալ մեթոդները.

- Կոնտենտ-վերլուծություն՝ հետազոտության կազմակերպման առաջին փուլում ստացված որակական տվյալների խմբավորման նպատակով (իրականացվել է որակական վերլուծությունների MAXQDA ծրագրային փաթեթի միջոցով)
- Մաթեմատիկական և վիճակագրական մշակման մեթոդներ. նկարագրական վիճակագրություն, հուսալիության ստուգում, գործոնային վերլուծություն, կորելյացիոն վերլուծություն, ռեգրեսիոն վերլուծություն (իրականացվել է տվյալների մշակման SPSS ծրագրային փաթեթի միջոցով):

Վերոնշյալի շնորհիվ ստացված արդյունքները վալիդ են և հուսալի:

Այսպիսով, կարող ենք փաստել, որ ատենախոսական աշխատանքն ունի կուռ կառուցվածք, հեղինակը ճիշտ է հասկացել հիմնախնդիրը, օրյեկտիվ տարբերակով ընտրել է հիմնախնդրի լուծման գիտական ճանապարհային քարտեզը և հանգել հինգ խումբ եզրակացությունների, որոնք ամբողջության մեջ արտացոլում են ատենախոսության խնդիրների, վարկածների հիմնավորումները:

Այս բոլորով հանդերձ աշխատանքում առկա են որոշակի թերություններ և բացթողումներ.

1. Ատենախոսության առաջին և երկրորդ գլուխները շարադրելիս բերվում են տարբեր սկզբնաղբյուրներից համապատասխան հիմնավորումներ, մոտեցումներ, սակայն հեղինակի վերաբերմունքը կարծես թե բացակայում է, նպատակահարմար է ինչ որ տեղերում համաձայնվել, հակադրվել, երբեմն էլ նաև ցուցաբերել արգումենտացված մոտեցում:
2. Ատենախոսության առաջին, երկրորդ և երրորդ գլուխները նպատակահարմար է ավարտել ոչ թե առանձին ամփոփումներով, այլ ընդհանացումներով էջ 53-54, էջ 74-75 և էջ 108-111:
3. Ատենախոսության մեջ, հատկապես առաջին գլխում, խոսվում է առողջության տարբեր սահմանումների մասին: Ներկայումս լայն կիրառվում է առողջության սահմանման հետևյալ մոտեցումը. Ֆիզիկական առողջությունը օրգանիզմի ներքին միջավայրում կյանքի հաստատուն պայմանների/հոմեոստազի/ անփոփոխ պահպանումն է: Հոմեոստազի խախտումը առաջացնում է օրգանների աշխատանքի նկատելի փոփոխություններ և զանազան հիվանդություններ: Ահա թե ինչու,

այնպիսի ցուցանիշների չափումը, ինչպիսիք են մարմնի ջերմաստիճանը, արյան ֆիզիկաքիմիական բաղադրությունը, զարկերակային ճնշումը ախտորոշելու համար, այսինքն՝ հիվանդությունը հայտնաբերելու գործում մեծ նշանակություն ունեն: Կա նաև մի այլ մոտեցում, ըստ որի առողջությունը անձի գենետիկական անընկալունակության և ամբողջականության պահպանությունն է:

4. Նպատակահարմար է գիտական նորույթի հետ կապված նշել, որ ոչ թե իրականացվել է ֆիզիկական առողջության հիմքում ընկած անձնային գործոնների համակարգային վերլուծություն կամ մշակվել է առողջության պահպանմանն ուղղված վարքի ուսումնասիրման հետազոտական մոդել, այլ ստացված նորույթը շարադրել այնպես, ինչպես որ ստացվել է:
5. Հեղինակի կողմից առաջարկվում է հետազոտական հինգ խնդիրներ, ճիշտ կլինեք, որ այն դասակարգվեր տեսական, մեթոդական և փորձարարական տեսանկյունից:

Այսպիսով, ընդհանրացնելով վերոնշյալը կարող ենք եզրակացնել, որ Աննա Ռուբիկի Հակոբջանյանի <<Անձի ինքնակարգավորման մեխանիզմների դերը առողջության պահպանմանն ուղղված վարքում>> խորագրով թեկնածուականատենախոսությունը համապատասխանում է հաստատված թեմայի թվանիշին, հրատարակված հոդվածներում պահպանված է ատենախոսության հիմնական դրույթների ընդգրկման ամբողջականությունը, այն ավարտուն, լիարժեք աշխատանք է և համապատասխանում է ՀՀ ԲՈԿ-ի կողմից նախատեսված 7-րդ կետի պահանջներին, այսինքն ԺԹ.00.01 Հոգեբանության տեսություն և պատմություն, մասնագիտությամբ հոգեբանության բնագավառում կարևոր նշանակություն ունեցող խնդրի լուծում, որի համար առաջարկում եմ ատենախոսության հեղինակին շնորհել հոգեբանական գիտությունների թեկնածուի գիտական աստիճան:

Պաշտոնական ընդդիմախոս
հոգեբանական գիտությունների դոկտոր, պրոֆեսոր

 Կամո Վարդանյան

Կամո Վարդանյանի անորոշությունը հաստատում եմ՝
Խ.Աբովյանի անվան ՀՊԱՀ գիտական քննադատչար

 Մարիամ Իսախանյան



18.12.2020թ.