
ԱՆՁՆԱՅԻՆ ԳԾԵՐԸ ՈՐՊԵՍ ԻՆՔՆԱԿԱՐԳԱՎՈՐՄԱՆ ՎԱՐՔԱԶԵՎԵՐԻ ԸՆՏՐՈՒԹՅԱՆ ՆԱԽԱՊԱՅՄԱՆ

ԱՍՏՂԻԿ ՍԵՐՈՒՄՅԱՆ, ՆՎԱՐԴ ԳՐԻԳՈՐՅԱՆ

Անձի հոգեբանության ժամանակակից հիմնախնդիրներից է դիսպոզիցիոնալ կամ գործոնային մոտեցման շրջանակներում անձնային այն գծերի ուսումնասիրումը, որոնք պայմանավորում են վարքի առանձնահատկությունները:

Հիմնվելով անձնային գծերի տեսության վրա՝ մի շարք հետազոտողներ ուսումնասիրում են մարդու վարքը կյանքի տարբեր ոլորտներում (ուսումնառություն, աշխատանք, այլ մարդկանց հետ հարաբերություններ, առողջության պահպանմանն ուղղված վարք, սպառողական վարք և այլն)՝ փորձելով կանխատեսել և բացահայտել անձնային գծերի ազդեցությունը մարդու վարքի դրսևորման վրա: Վարքը կանխորոշող գործոն կարող է լինել նաև անձի ինքնակարգավորման համակարգը, որը հույզերը, զգացմունքներն ու վարքը կարգավորելու կարողություն է, առանց որի մարդը չի կարող արդյունավետ գործել: Այն մասնակցում է նպատակների առաջադրման, դրանց հասնելու գործողությունների մշակման, վարքի ձևերի ընտրության գործընթացներին:

Սույն հետազոտությամբ անդրադառնում ենք այն հարցին, թե ինչպես են անձնային գծերը պայմանավորում ինքնակարգավորման այս կամ այն մեխանիզմի ընտրությունը, ինչն էլ իր հերթին ազդում է որոշակի իրավիճակներում վարքաձևերի ընտրության վրա: Հետազոտության համար առանձնացվել են ինքնակարգավորման երկու մոդել, որոնցից մեկն ուղղված է նպատակին հասնելու ճանապարհին վարքաձևերի ընտրությանը, իսկ մյուսը՝ հուզական վիճակի կարգավորմանը:

Անձնային գծերի ուսումնասիրման հինգգործոնային մոդել: «Անձնային գծերի կամ դիսպոզիցիոնալ» տեսությունը տեսական և հետազոտական առումով հոգեբանության ազդեցիկ ուղղություններից է: Տեսության հիմնական դրույթն այն է, որ մարդկանց կարելի է բնութագրել՝ ելնելով այն հավանականությունից, թե նրանք որոշակի իրավիճակներում կգործեն, կզգան կամ կմտածեն համապատասխան ձևով: Համաձայն այս տեսակետի՝ անձնային գծերը դրսևորվում են վարքում: Օրինակ՝ ինչքան բարձր է անձի պատասխանատվության աստիճանը, այնքան տվյալ անձի վարքը վերահսկված, նախօրոք պլանավորված կլինի: Հաջորդ կարևոր դրույթն այն է, որ տվյալ գծերը համեմատաբար կայուն են, օգտագործվում են անձի պրոֆիլը կազմելու համար: Գործոնային տեսության բոլոր ներկայացուցիչները համամիտ են այն հարցում, որ անձնային գծերն ընկած են անձի կառուցվածքի հիմքում և ունեն հիերարխիկ կառուցվածք¹:

¹ Տե՛ս **Mischel W., Morf C. C.** The self as a psycho-social dynamic processing system: a meta-perspective on a century of the self in psychology. In **M. R. Leary, J. P. Tangney** (Eds). Handbook of self and identity. New York, 2005, էջ 15-43:

Անձնային գծերի ուսումնասիրման տեսություններից է անձի հինգ-գործոնային մոդելը: Ըստ այդ մոդելի, որը երբեմն անվանում են նաև անձի կառուցվածքի «Մեծ հնգյակի» մոդել, անհատական առանձնահատկությունները մեկնաբանվում են վարքային գործոնների կամ գծերի տեսանկյունից, որոնք անձին ուղղորդում են տարբեր իրավիճակներում որոշակի կերպով գործելու²: «Մեծ հնգյակ» անվանումն առաջին անգամ հանդիպում է Լ. Գոլդբերգի աշխատանքներում, որոնցում նա ցույց է տալիս ոչ միայն այդ հինգ գործոնների հատուկ նշանակությունը և այն, որ հենց դրանցով է նկարագրվում անձը, այլև նշում է անձնային արտահայտումների հիերարխիկ կառուցվածքը, որտեղ ամեն գործոն ներառում է մի քանի այլ գծեր³: Գոլդբերգը որպես անձնային գծի էմպիրիկ ապացույց օգտագործում է ածականների շարքեր՝ ենթադրելով, որ լեզուն է մարդու անձնային բնութագրիչների կրողը: Անձի կառուցվածքի ուսումնասիրման այս մոտեցումը հայտնի է որպես լեզվաբանական: Հինգգործոնային մոդելը քննադատվում է այն բանի համար, որ գործոնները հինգից ավելի են: Սակայն, գիտնականների մեծ մասի կարծիքով, այդ հինգը համընդհանուր է և դրսևորվում է համարյա բոլոր մշակույթներում⁴:

Հինգ գործոններից առաջին երկուսը՝ էքստրավերսիան և նեյրոտիզմը, ավելի երկարատև են ուսումնասիրվել, քան մյուսները. դրանք հանդիպում են ինչպես երեք, այնպես էլ վեց և ավելի գործոնային մոդելներում:

էքստրավերսիան բնութագրվում է դրական հույզերով, ակտիվությամբ, ինքնաբուխ վարքով: Հաճախ այն զուգակցվում է գերակայության, ինքնավստահության գծերի հետ: Էքստրավերտները շփվող են, սիրում են լինել մարդկանց շրջապատում, հաղորդակցվել նրանց հետ և հաճախ ընկալվում են որպես էներգիայով լի, խոսել սիրող անձինք: Նրանք ձգտում են լինել նախաձեռնող և գործնական: Էքստրավերսիայի հակառակ բևեռը ինտրովերսիան է: Ինտրովերտները համեմատաբար պակաս ակտիվ են ու շփվող: Նրանք ավելի շատ ձգտում են լինել հանգիստ, քիչ ներգրավված սոցիալական աշխարհում, ինչը չի նշանակում, որ նրանք դեպրեսիվ են կամ ամաչկոտ:

Նեյրոտիզմը ցույց է տալիս, թե որքանով հեշտ և հաճախ է մարդը տխրում ու ենթարկվում սթրեսային ազդեցությունների: Այսինքն՝ սա մարդու հակումն է՝ ապրելու բացասական հույզեր, բարկություն, տագնապ, դեպրեսիա: Այդ պատճառով նեյրոտիզմը կոչվում է նաև հուզական անկայունություն: Բարձր արտահայտված նեյրոտիզմով մարդիկ ավելի խոցելի են սթրեսային իրավիճակներում, հակված են սովորական իրավիճակները մեկնաբանելու որպես տագնապային, իսկ թեթև ֆրուստրացիաները՝ որ-

² Տե՛ս McCrae, R. R. & Costa, P. T. Validation of the five-factor model of personality across instruments and observers. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52 (1), 1987, էջ 81–90:

³ Տե՛ս Norman, W. T.; Goldberg, L. R. Raters, ratees, and randomness in personality structure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 4 (6), 1966, էջ 681–691:

⁴ Տե՛ս Baumeister R. F., Finkel E. J. *Advanced social psychology: the state of the science*, New York, 2010, էջ 158-162:

պես դժվարին: Նրանց բացասական հուզական ռեակցիաները պահպանվում են երկար ժամանակ, ինչն էլ նշանակում է, որ նրանք միշտ վատ տրամադրություն ունեն: Հատկության հակառակ բևեռում գտնվում են այն մարդիկ, ովքեր ունեն նեյրոտիզմի ցածր մակարդակ: Նրանք ավելի քիչ են ունենում տրամադրության անկում և բացասական հուզական ռեակցիաներ, ավելի հանգիստ են ու զուրկ բացասական հույզերից: Սակայն բացասական հույզերից զուրկ լինելը դեռ չի նշանակում, որ նման մարդիկ ունենում են շատ դրական հույզեր:

Բարյացակամության գործոնը ցույց է տալիս, որ փոխհարաբերություններում մարդիկ ավելի հակված են կարեկցանքի և համագործակցության, քան անվստահության ու կասկածամտության: Նրանք ընկերասեր են, պատրաստ են օգնության ձեռք մեկնելու և կարողանում են զսպել իրենց բացասական հույզերը: Բարյացակամ մարդիկ համեմատաբար քիչ են հակված ագրեսիվության, բարկության, անհանդուրժողականության այլ մարդկանց նկատմամբ, հաճախ նրբանկատ են, մարդամոտ: Իսկ քիչ բարյացակամ մարդիկ կարող են իրենց սեփական հետաքրքրությունները վեր դասել մյուսներից: Նրանք բնավորությամբ ավելի սառն են, ոչ ընկերասեր ու ոչ համագործակցող:

Բարեխղճության բարձր արտահայտվածության դեպքում մարդիկ առանձնանում են ներքին կարգապահությամբ: Նրանք հակված են գործելու նախապես որոշված ծրագրով, քան ցուցաբերելու ինքնաբուխ վարք: Հինգգործոնային մոդելի այս գործոնը ազդում է այն ձևերի վրա, որոնցով մարդիկ կառավարում, կարգավորում և ուղղորդում են իրենց ազդակները:

Փորձի նկատմամբ բաց լինելը/երևակայությունը գործոն է, որի անվանման վերաբերյալ գոյություն ունեն բազմաթիվ անհամաձայնություններ: Ամենահաճախ կիրառվող անվանումը «Փորձի նկատմամբ բաց լինելն է»: Նման մարդիկ ինտելեկտուալ են, լայնախոհ, գնահատում են արվեստը, զգայուն են գեղեցիկի նկատմամբ: Ի տարբերություն փորձի նկատմամբ փակ մարդկանց՝ նրանք ավելի ստեղծագործող են, հակված են գիտակցելու իրենց զգացումները և ունեն ոչ ստանդարտ համոզմունքներ: Փորձի նկատմամբ փակ մարդիկ ավելի ավանդական են, ունեն ստանդարտ մտածողություն, չեն սիրում նորություններ⁵:

Անձի ինքնակարգավորման վարքաձևեր: Ինքնակարգավորումը հույզերը, զգացմունքներն ու վարքը կարգավորելու ունակությունն է, որի բացակայության դեպքում մարդիկ ցուցաբերում են այնպիսի վարք, որին սովոր են, բայց որը կարող է չհամապատասխանել տվյալ իրավիճակի պահանջներին: Ինքնակարգավորման համակարգը խոչընդոտում է ինքնաբուխ վարքի դրսևորումը և այն փոխարինում պահանջվող վարքով⁶:

Ինքնակարգավորումը շարժում համակարգ է, որը ներառում է նպատակների առաջադրումը, դրանց հասնելու գործողությունների մշակումը, այդ ճանապարհին առաջընթացի արձանագրումն ու ձեռքբերումների և

⁵ Տե՛ս **Baumeister R. F., Finkel E. J.** Advanced social psychology: the state of the science: New York: Oxford university press, 2010, էջ 158-162:

⁶ Տե՛ս նույն տեղը, էջ 3-31:

ռազմավարությունների վերափոխումը⁷:

Ինքնակարգավորման կարևոր և առաջին պայմաններից մեկը չափանիշների գոյությունն է: Այսպիսի չափանիշներ կարող են լինել սոցիալական նորմերը, անձնական նպատակները, ուրիշների սպասելիքները և այլն: Եթե չափանիշները հստակ չեն կամ իրար հակասող են, ինքնակարգավորումն արդյունավետ չէ: Ինքնակարգավորման կարևոր պայմաններից է նաև իրավիճակի վերահսկումը: Երրորդ կարևոր պայմանը գործելու կարողությունն է: Ինքնակարգավորումը բնական ձևով առաջացող վարքի վերափոխումն է՝ վերջինս ավելի արդյունավետ դարձնելու համար:

Կարգավորման անենատարածված տեսություններից է կիբեռնետիկ տեսությունը, որի կենտրոնական գաղափարն այն է, որ մարդկանց վարքն ուղղված է իրենց առջև դրված նպատակներին հասնելուն: Այս տեսությունն օգտագործում է հետադարձ կապի օղակի գաղափարը՝ թեստ-գործողություն-թեստ-ելք, որը փոխառված է կիբեռնետիկ տեսությունից: Առաջնային թեստը համեմատում է անձի ներկա վիճակն իր համար ցանկալի վիճակի հետ: Այն դեպքում, երբ այս երկու վիճակներն իրար չեն համապատասխանում, անձն անցնում է համակարգի երկրորդ՝ գործողության փուլին, որն ուղղված է ցանկալի արդյունքին հասնելուն: Այս փուլին հաջորդում է ևս մեկ թեստ՝ ստուգելու, թե արդյոք անձը հասել է իր նպատակին: Բացասական պատասխանի դեպքում համակարգը շարունակում է գործողությունները մինչև վերջնական արդյունքի հասնելը, որից հետո համակարգը դուրս է գալիս պտույտից, և օղակը փակվում է⁸:

Ինքնակարգավորման հարցին անդրադարձել է նաև Ա. Բանդուրան⁹: Համաձայն նրա տեսության՝ մարդիկ ռեակտիվ կերպով փորձում են վերացնել իրենց ունեցածի և ցանկալի միջև տարբերությունը, իսկ վերացնելուց հետո պրոակտիվ կերպով իրենց առջև դնում են նոր՝ ավելի բարձր նպատակներ: Բանդուրան առանձնացնում է ինքնակարգավորման երկու գործոն՝ արտաքին և ներքին: Արտաքին գործոններից են ստանդարտները, ներքին ու արտաքին ամրապնդումը, իսկ ներքին գործոններից՝ ինքնադիտումը, դատողություն կատարելու գործընթացը և ինքն իրեն ուղղված ակտիվ ռեակցիան:

Լայնորեն տարածված է կարգավորման ֆոկուսի տեսությունը (Թ. Ջիջինս), ըստ որի՝ մարդու վարքը կարգավորվում է մոտիվացիոն երկու համակարգերով՝ հաջողության ձգտում, որն ուղղված է նպատակներին հասնելուն, և անհաջողությունից խուսափում, որն ուղղված է կորուստներից խուսափելուն: Հաջողության ձգտման կողմնորոշմամբ անձինք ուզում են հասնել աճի, զարգացման և հաջողությունների, նրանք մտահոգված են դրական արդյունքի առկայությունից կամ բացակայությունից: Անհաջողությունից խուսափման կողմնորոշմամբ անձանց համար կարևոր են ան-

⁷ Տե՛ս **Ridder D. T. D., Wit J. B. F.** Self-regulation in Health Behavior. 2006 http://media.johnwiley.com.au/product_data/excerpt/70/04700240/0470024070.pdf

⁸ Տե՛ս **Baumeister R. F., Heatherton T. F., Tice T. M.** Losing control: How and why people fail at self-regulation, New York, 1990, էջ 3-31:

⁹ Տե՛ս **Bandura A.** Social cognitive theory of self-regulation. Organizational behavior and human decision processes Volume 50, Issue 2, December 1991, էջ 248–287:

վտանգությունն ու պատասխանատվությունը, նրանք անհանգստացած են բացասական արդյունքի առկայությամբ կամ բացակայությամբ: Հիջինը նշում է, որ անկախ անձի կարգավորման կողմնորոշման տեսակից, նրա նպատակը մեկն է հասնել ցանկալի արդյունքի և խուսափել անցանկալիից: Հաջողության ձգտելու և անհաջողությունից խուսափելու վարքաձեւերը կարող են կախված լինել ինչպես մարդու անհատական առանձնահատկություններից, այնպես էլ այն իրավիճակից, որում նա գտնվում է¹⁰:

Ինքնակարգավորման կարևոր բաղադրիչներից է հուզական կարգավորումը, որի միջոցով մարդիկ իրավիճակին համապատասխան վերահսկում են իրենց հույզերը: Հուզական կարգավորման տեսությունը (Ջ. Գրոս) առաջարկում է հուզական կառավարման երկու հիմնական ռազմավարություն՝ կոգնիտիվ վերահմաստավորում և էքսպրեսիվ ճնշում: Առաջին դեպքում անձն սկսում է իր համար ոչ ցանկալի հույզ առաջացնող իրավիճակի մասին մտածել այնպես, որ այն այլևս հուզականորեն լարված չլինի, իսկ երկրորդ դեպքում մարդը փորձում է վերահսկել ու փոխել իր վարքը¹¹:

Հետազոտության կազմակերպում և անցկացում: Ելնելով գործոնային տեսության այն դրույթից, որ վարքային դրսևորումները կախված են անձնային գծերից՝ հետազոտության ընթացքում փորձել ենք պարզել, թե անձնային գծերն ինչպես են պայմանավորում ինքնակարգավորման մեխանիզմների ընտրությունը¹²: Այդ նպատակով ընտրվել են ինքնակարգավորման այնպիսի մեխանիզմներ, որոնք առավել ցայտուն են արտահայտվում վարքում: Հետազոտությանը մասնակցել են 18-21 տարեկան 201 ուսանողներ (M (միջին տարիք) =18.9, SD (ստանդարտ շեղում) =1.398) ԵՊՀ տարբեր ֆակուլտետներից (61 տղա, 140 աղջիկ):

Հետազոտության համար օգտագործվել են «Մեծ հնգյակ», «Կարգավորման ֆոկուս» և «Հույզերի կարգավորում» հարցաթերթերը: Թվարկված բոլոր մեթոդիկաները «Անձ և սոցիալական միջավայր» գ/հ լաբորատորիայի աշխատանքների շրջանակներում տեղայնացվել են՝ ըստ տեղայնացման համար սահմանված չափանիշների (թարգմանություն-հետթարգմանություն, հուսալիության ստուգում):

«Մեծ հնգյակ» հարցաթերթը կազմել են Բերկլիի համալսարանի գիտնականները: Այն ներառում է 44 արտահայտություններ, որոնք նկարագրում են մարդու վարքը, բնավորության գծերը: Հետազոտվողը նշված հատկությունները պետք է գնահատի՝ ցույց տալով, թե որքանով է ինքը համաձայն, որ դրանք վերաբերում են իրեն: Խթանիչ նյութը բաժանված է Լայկերտի գնահատման հինգաստիճանային սանդղակով, որը թույլ է տալիս չափելու յուրաքանչյուր հատկության արտահայտվածության աստիճանը:

¹⁰ Տե՛ս Higgins E. T., Friedman R. S., Harlow R. E., Idson L. C., Ayduk O. N., Taylor A. Achievement orientations from subjective histories of success: promotion pride versus prevention pride, New York, 2001:

¹¹ Տե՛ս Gross J. J. Emotion regulation: Affective, cognitive and social consequences. 2002. sprweb.org/articles/Gross02.pdf; Gross J. J., Richards J. M., John O. P. Emotion regulation in everyday life. 2006. http://spl.stanford.edu/pdfs/Gross_06.pdf

¹² Հետազոտությունն իրականացվել է պետական ֆինանսավորմամբ, 2011 թ. ԵՊՀ անձի հոգեբանության ամբիոնին կից «Անձ և սոցիալական միջավայր» գ/հ լաբորատորիայի աշխատանքների շրջանակներում:

«Կարգավորման ֆոկուս» հարցաթերթի նպատակն է բացահայտել, թե անձինք ինքնակարգավորման ինչ հիմնական կողմնորոշում ունեն հաջողության ձգտում կամ անհաջողությունից խուսափում: Հարցաթերթը բաղկացած է տասնմեկ հարցերից, որոնք գնահատվում են Լայկերտի հինգաստիճանային սանդղակով:

«Հույզերի կարգավորում» հարցաթերթը բաղկացած է տասը հարցերից, որոնք թույլ են տալիս պարզել, թե հուզական կարգավորման երկու միտումներից՝ կոգնիտիվ վերահիմաստավորումից և էքսպրեսիվ ճնշումից, որն է անձն օգտագործում: Հարցվողներին առաջարկվում է պատասխանել հարցերին՝ օգտագործելով Լայկերտի յոթաստիճանային սանդղակը¹³:

Հետազոտության ընթացքում ստացված արդյունքները մշակելու համար օգտվել ենք Ստյուդենտի t-չափանիշից և գծային ռեգրեսիայի մեթոդից՝ օգտագործելով վիճակագրական վերլուծությունների համար նախատեսված SPSS համակարգչային փաթեթը:

Արդյունքների վերլուծություն և քննարկում: *Աղյուսակ 1*-ում ներկայացված են անձնային գծերի միջին արժեքները (M), ստանդարտ շեղումները (σ) և յուրաքանչյուր սանդղակի համար հուսալիության աստիճանը՝ *Կրոնբախի α -ն* (α):

Աղյուսակ 1

«Մեծ հնգյակի» միջին արժեքները

	M	σ	α
Էքստրավերսիա	3.6	0.60	0.567
Բարյացակամություն	3.8	0.62	0.610
Բարեխղճություն	3.6	0.68	0.687
Նեյրոտիզմ	3.1	0.76	0.702
Փորձի նկատմամբ բաց լինել	4.0	0.62	0.696

Ինչպես երևում է աղյուսակից, փորձի նկատմամբ բաց լինելը ուսումնասիրության մասնակիցների մեջ ամենաբարձրն է արտահայտված, իսկ նեյրոտիզմը՝ ամենացածրը: Սա նշանակում է, որ հետազոտության մասնակիցների գերակշռող մասը գործում է որոշակի ստանդարտներից դուրս, գնահատում է գեղեցիկը, համեմատաբար քիչ է ունենում տրամադրության անկում և բացասական հուզական ռեակցիաներ, ավելի հանգիստ է ու ազատ բացասական հույզերից:

Հետազոտության ընթացքում բացահայտվել է հինգ գործոններից յուրաքանչյուրի արտահայտվածության աստիճանի տարբերությունը կանանց և տղամարդկանց միջև: Այս նպատակով օգտագործվել է Ստյուդենտի t-չափանիշը: Նեյրոտիզմի և փորձի նկատմամբ բաց լինելու սանդղակները տարբերվում են իրենց արտահայտվածության աստիճանով. նեյրո-

¹³ Տե՛ս **Gross J. J., John O. P.** Individual differences in two emotion regulation processes: Implication for affects, relationships and well-being. 2003. <http://spl.stanford.edu/pdfs/2003%20Gross-John%20JPSP.pdf>

տիզմի համար Ստյուդենտի t -չափանիշը -3.37 ($P \leq 0.001$) է, փորձի նկատմամբ բաց լինելը՝ -3.39 ($P \leq 0.001$): Ընդ որում՝ վերոնշյալ սանդղակները կանանց մեջ ավելի բարձր են արտահայտված, քան տղամարդկանց:

Աղյուսակ 2

Ինքնակարգավորման ձևերի միջին արժեքները

	M	σ	α
Կոգնիտիվ վերահիմաստավորում	4.8	1.27	0.701
Էքսպրեսիվ ճնշում	4.1	1.40	0.591
Հաջողության ձգտում	3.5	0.54	0.244
Անհաջողությունից խուսափում	3.4	0.73	0.494

«Հուզական կարգավորում» հարցաթերթով ստացված արդյունքները ներկայացված են աղյուսակ 2-ում, համաձայն որի՝ կոգնիտիվ վերահսկումը հետազոտության մասնակիցների շրջանում ավելի բարձր է արտահայտված, քան էքսպրեսիվ ճնշումը: Սա նշանակում է, որ հուզականորեն լարված իրավիճակներում նրանք փորձում են այդ իրավիճակի մասին մտածել այնպես, որ այն ոչ ցանկալի հույզ այլևս չառաջացնի, ընդ որում՝ տղաների մեջ տվյալ հատկությունն ավելի բարձր է արտահայտված, քան աղջիկների ($t=3.62$, $p \leq 0.001$):

Հետազոտությունից պարզվել է, որ ինքնակարգավորման երկու ձևերի՝ հաջողության ձգտելու և անհաջողությունից խուսափելու արտահայտվածության աստիճանը նույնն է (աղյուսակ 2): Սա նշանակում է, որ հետազոտության մասնակիցներն իրենց նպատակներին հասնելու համար պատրաստ են գործադրելու ջանքեր և հասնելու հաջողության՝ խուսափելով անհաջողություններից և ոչ ցանկալի արդյունքից:

Զնայած ընդհանուր համախմբության մեջ հաջողության ձգտելու և անհաջողությունից խուսափելու միջև տարբերություններ չկան, սակայն, ըստ հավաստիության 0.1% աստիճանի, նշանակալի տարբերություններ կան կանանց և տղամարդկանց միջև անհաջողությունից խուսափելու արտահայտվածության աստիճանում ($t=-4.202$, $p \leq 0.001$): Ընդ որում, տղամարդկանց մեջ ինքնակարգավորման այդ ձևն ավելի ցածր է արտահայտված, քան կանանց:

Պարզելու համար, թե որքանով են միմյանց վրա ազդում այս կամ այն բնավորության գիծը և ինքնակարգավորման ձևերը, օգտագործվել է գծային ռեգրեսիայի մեթոդը: Նախ տեսնենք, թե որ անձնային գծերն են պայմանավորում հուզական կարգավորման ձևերը (տե՛ս աղյուսակ 3), ապա ուսումնասիրենք անձնային գծերի ազդեցությունը նպատակին հասնելու կարգավորման վարքաձևերի ընտրության վրա:

Աղյուսակ 3

**Հուզական կարգավորման ձևերի և անձնային գծերի
ռեգրեսիոն վերլուծության արդյունքներ**

	B	σ	Beta
Էքստրավերսիա	.401	.143	.192
Բարեխղճություն	.352	.128	.189
<i>Կախյալ փոփոխական` կոգնիտիվ վերախմաստավորում</i>			
Նեյրոտիզմ	-.582	.125	-.322
Էքստրավերսիա	-.561	.159	-.244

Կախյալ փոփոխական` էքսպրեսիվ ճնշում

Աղյուսակ 4

**Նպատակին հասնելու վարքաձևերի և անձնային գծերի
ռեգրեսիոն վերլուծության արդյունքներ**

	B	σ	Beta
Էքստրավերսիա	1.215	.356	.227
Բարեխղճություն	1.083	.314	.227
Փորձին բաց լինել	.980	.355	.187
<i>Կախյալ փոփոխական` հաջողության ձգտում</i>			
Բարեխղճություն	1.237	.369	.231

Կախյալ փոփոխական` անհաջողությունից խուսափում

Ինչպես երևում է աղյուսակ 3-ից, էքստրավերսիան և բարեխղճությունը դրական նախապայմաններ են կոգնիտիվ վերախմաստավորման (համապատասխանաբար՝ $B=0.401$ և $B=0.352$) համար: Իսկ նեյրոտիզմն ու էքստրավերսիան հանդիսանում են բացասական նախապայմաններ էքսպրեսիվ ճնշման (համապատասխանաբար՝ $B=-0.582$ և $B=-0.561$) համար:

Այսպիսով, կարելի է ենթադրել, որ բնավորության էքստրավերսիա և բարեխղճություն գծերի բարձր արտահայտվածության դեպքում մարդիկ հակված են ինքնակարգավորման ձև ընտրելու կոգնիտիվ վերախմաստավորումը, իսկ էքստրավերսիայի և նեյրոտիզմի ցածր արտահայտվածության դեպքում՝ էքսպրեսիվ ճնշումը: Այսինքն՝ այնպիսի մարդիկ, ովքեր ակտիվ են, շփվող, միևնույն ժամանակ ունեն ներքին կարգապահություն, ինքնավերահսկման բարձր մակարդակ, հուզական վիճակը կարգավորելիս փոխում են իրենց վերաբերմունքը տվյալ իրավիճակի հանդեպ: Իսկ այնպիսի մարդիկ, ովքեր քիչ շփվող են, ցուցաբերում են ցածր ակտիվություն, միևնույն ժամանակ քիչ տազնապային են և քիչ են ունենում բացասական հույզեր, հուզական վիճակը կարգավորում են՝ ճնշելով իրենց բացասական հույզերը: Այստեղից հետևում է, որ էքստրավերսիան, բարեխղճությունը և փորձին բաց լինելը (համապատասխանաբար՝ $B=1.215$, $B=1.083$, $B=0.980$) դրական նախապայման են հաջողության ձգտում ինքնակարգավորման ձևի ընտրության համար: Իսկ անհաջողությունից

խուսափելու համար այդպիսի նախապայման է միայն բարեխղճությունը (B=1.237) (տե՛ս աղյուսակ 4):

Այստեղ հետաքրքրականն այն է, որ և՛ հաջողության ձգտող, և՛ անհաջողությունից խուսափող մարդիկ ունեն ինքնակարգավորման բարձր մակարդակ, կարողանում են գիտակցաբար կազմակերպել իրենց գործունեությունը և ոչ թե գործել ինքնաբուխ, իրավիճակից կախված: Սակայն հաջողության ձգտելու վարքաձևերի դեպքում մարդիկ նաև ձգտում են աճի, զարգացման և հաջողությունների, բնավորությամբ նախաձեռնող են, ակտիվ, կրեատիվ, ունեն ոչ ստանդարտ մտածելակերպ, գեղեցիկը զգալու և գնահատելու ունակություն:

Եզրակացություններ: Ուսումնասիրության շնորհիվ բացահայտվել է, թե անձնային գծերը ինքնակարգավորման ինչպիսի ձևեր են պայմանավորում, որոնք արտահայտվում են վարքում: Եթե փորձենք ցույց տալ ընտրանքի համար դուրս բերված որոշ ընդհանուր չափանիշներ, ապա կարող ենք ասել, որ հետազոտվողների շրջանում ամենատարածված անձնային գիծը փորձին բաց լինելն է, իսկ ամենաքիչ տարածվածը՝ նեյրոտիզմը: Հուզական ինքնակարգավորման մեխանիզմներից մասնակիցներն ավելի հաճախ օգտագործում են կոգնիտիվ վերահսկումը, իսկ կարգավորման երկու ոճերի՝ հաջողության ձգտելու և անհաջողությունից խուսափելու ընտրության հարցում նշանակալի տարբերություններ չկան:

Ընդհանրացնելով հետազոտության արդյունքները՝ հանգել ենք հետևյալ եզրակացությունների, որոնք ստացվել են ինքնակարգավորման և անձնային գծերի ռեգրեսիոն վերլուծության շնորհիվ:

1. Էքստրավերսիան և բարեխղճությունը պայմանավորում են հուզական կարգավորման ձևերից կոգնիտիվ վերահսկողական ընտրությունը, իսկ նեյրոտիզմն ու էքստրավերսիան՝ էքսպրեսիվ ճնշման: Սակայն վերջիններիս փոխազդեցությունը ունի բացասական ուղղվածություն, այսինքն՝ ինչքան շատ են արտահայտված բնավորության նշված գծերը, այնքան ինքնակարգավորման տվյալ ձևի ընտրությունը քիչ հավանական է:

2. Էքստրավերսիան, բարեխղճությունը և փորձին բաց լինելը պայմանավորում են հաջողության ձգտման վարքի ձևը և միայն բարեխղճությունն է պայմանավորում անհաջողությունից խուսափումը:

3. Բարյացակամությունը գործոնը չի պայմանավորում կարգավորման որևէ ձևի ընտրությունը:

Հետազոտությունից պարզվում է, որ անձնային գծերը վարքային դրսևորումների նախապայմաններ են և կարող են որոշակիորեն կանխատեսել վարքը: Անձնային գծերը որոշակիորեն պայմանավորում են ինքնակարգավորման ձևերի ընտրությունը: Հետաքրքրականն այն է, որ ինքնակարգավորման ձևի ընտրությունը պայմանավորված չէ միայն մեկ անձնային գծով, այլ մի քանի գծերի արտահայտվածության աստիճանով: Այսպիսի հետազոտությունները, որոնք բացահայտում են անձնային գծերի ազդեցությունը վարքաձևերի ընտրության վրա, նշանակալի են կենսազործունեության այն ոլորտներում, որտեղ առաջնային են մարդու վարքի կանխատեսումն ու արդյունավետ վարքաձևերի ընտրությունը:

АСТХИК СЕРОБЯН, НВАРД ГРИГОРЯН – Личностные черты как предикторы выбора вида саморегуляции. – В статье представлены результаты исследования связей между чертами личности и стратегиями саморегулирования. В опросе принял участие 201 студент. Изучались личностные черты и стратегии саморегулирования, направленные на достижения цели, а также механизмы эмоциональной саморегуляции. Ступенчатый множественный регрессионный анализ показал, что некоторые личностные черты являются детерминатором для стратегий саморегулирования. В частности, экстраверсия, добросовестность и нейротизм – это предикторы эмоциональной регуляции, тогда как экстраверсия, добросовестность и открытость опыту – предикторы стратегий продвижения и предотвращения. Причём выбор той или иной стратегии саморегулирования определяют не одна, а несколько личностных черт.

ASTGHİK SEROBYAN, NVARD GRIGORYAN – Personality Traits as Predictors for Choice of Self-Regulation Strategy. – In this article we investigate the relationship between personality traits and self-regulation strategies. In order to perform the study we selected 201 students. During the research we investigated personal traits, self-regulatory strategies and emotional self-regulation. The results of hierarchical stepwise regression show that certain personality traits have impact on choice of self-regulation strategies. We found out that Extraversion, Conscientiousness and Neuroticism are predictors for emotional self-regulation and Extraversion, Conscientiousness and Openness are predictors for promotion and prevention regulatory strategies. It is interesting that only one personality trait cannot predict self-regulatory behavior. There must be several personality traits to influence on someone's self-regulatory strategies.