
PSIXOLOGİYA

JURNALI

Elmi - praktik jurnal

1999-cu ildən nəşr olunur

2023 №1

3 ayda bir dəfə nəşr olunur

ÜMUMİ PSIXOLOGİYA

Əliyeva Səxavət N.

Müasir dövrdə gender probleminin psixoloji xüsusiyyətlərinin nəzəri-metodoloji əsasları3

Məmmədova Gülər A.

Ailə mühitinə təsir edən psixoloji amillər.....19

Sadıqov Elşən M.

Tələbə gənclərdə etnik psixoloji problemlərin təhlili31

SOSIAL PSIXOLOGİYA

Mahmudzadə Günel Ə.

Aqressiv davranışın formalaşmasına təsir göstərən amillər və onun əsas təzahür xüsusiyyətləri.....40

PEDAQOJİ PSIXOLOGİYA

Babayeva Aysel R.

Yeniyyətlərin fərdi psixoloji xüsusiyyətləri ilə münaqişədə davranış strategiyaları arasında əlaqə51

Abdullazadə Səməngül A.

Yeniyetməlik dövründə bullinqin təzahür xüsusiyyətləri57

TİBBİ PSIXOLOGİYA

Mustafayev Müşviq H., Quliyeva Nərgiz R.

Tələbələrdə imtahan stressi nəticəsində yaranan
emosional pozuntuların təhlili.....64

Ələkbərova Mətanət S.

Posttravmatik stress pozulmasının təzahür xüsusiyyətləri və
PTSP-nin aradan qaldırılması yolları71

**MÜASİR DÖVRDƏ GENDER PROBLEMİNİN
PSIXOLOJİ XÜSUSİYYƏTLƏRİNİN
NƏZƏRİ-METODOLOJİ ƏSASLARI**

Səxavət Əliyeva

Bakı Dövlət Universiteti

Z. Xəlilov-23, AZ1147

E-mail: kssk45@hotmail.com

Açar sözlər: gender, neyrologiya, psixologiya, gender identikliyi, neyrobioloji, fənlərarası yanaşmalar

Keywords: gender, neuroscience, psychology, gender identity, neurobiological, interdisciplinary approaches

GİRİŞ

Gender identikliyinə inkişafı, gender probleminin əsasını qoyan psixoloji ölçüləri dərk etməyə marağı artırdı. Bu tədqiqat XXI əsr kontekstində fərdlərin gender təcrübələrini formalaşdıran mürəkkəb psixoloji xüsusiyyətləri araşdıraraq mövcud biliklər toplusuna töhfə verməyə çalışır.

Kişi və qadın arasında dixotomiya kimi genderin ənənəvi ikili başa düşülməsi son illərdə daha çevik və əhatəli perspektivin yaranmasına səbəb olub. Müasir dövr, gender probleminin psixoloji ölçülərini araşdırmağın zəruriliyini vurğulayaraq müxtəlif gender identikliklərinin, ifadələrinin və təcrübələrinin daha çox tanınmasının şahidi olmuşdur.

Genderin tədqiqi ənənəvi dixotomiyalardan kənara çıxdı və tədqiqatçıları gender probleminə xas olan mürəkkəb psixoloji xüsusiyyətləri araşdırmağa sövq etdi. Bu məqalə psixologiya və gender arasındakı mürəkkəb qarşılıqlı əlaqəni başa düşməyimizə dəyərli fikirlər verən müxtəlif tədqiqatçıların perspektivlərini nümayiş etdirir. Onlara aiddir:

– *Nəzəri çərçivələr və yanaşmalar:*

Tədqiqatçılar gender probleminin psixoloji xüsusiyyətlərini aydınlaşdırmaq üçün müxtəlif nəzəri çərçivələrdən istifadə etmişlər. Burada sosial konstruksiya, kəsişmə və neyrobioloji yanaşmalar kimi əsas nəzəri perspektivlər nəzərdən keçirilir, tədqiqatçı-

ların cinsi psixoloji baxımdan araşdırdıqları müxtəlif aspektlər vurğulanır.

– *Neyrobioloji tədqiqatlar:*

Neyrologiya və psixologiya üzrə mütəxəssislər gender kimliyinin neyrobioloji əsaslarını açmaq üçün əməkdaşlıq ediblər. Burada neyroimaging tədqiqatları, hormonal tədqiqatlar və genetik analizlərin nəticələrini sintez edir və bu fənlərarası yanaşmaların gender problemi ilə əlaqəli psixoloji xüsusiyyətləri anlamamıza necə kömək etdiyini nümayiş etdirir.

– *Sosial psixologiya və gender Dinamikası:*

Sosial psixoloqlar genderin psixoloji xüsusiyyətlərinə sosial normaların, stereotiplərin və sosiallaşma proseslərinin təsirini araşdırmışlar. Tədqiqatçılar mədəni gözləntilərin və şəxsiyyətlərarası dinamikanın psixoloji təsirini tədqiq etməklə, sosial amillərin fərdlərin gender təcrübələrini formalaşdırma yolları ilə bağlı dəyərli fikirlər verirlər [6, 561].

– *Gender disforiyasına klinik perspektivlər:*

Klinisyonlar və psixi sağlamlıq tədqiqatçıları gender disforiyasının psixoloji xüsusiyyətlərinə dair tənqidi fikirlər təqdim etdilər. Burada diaqnostik meyarlar, psixi sağlamlıq nəticələri və terapevtik müdaxilələr üzrə tədqiqatları sintez edərək cinsi kimliyi doğrulanda təyin olunmuş

cinsindən fərqli olan şəxslərin üzləşdiyi psixoloji problemlərin hərtərəfli görünüşünü təqdim edir.

– *Mədəni və mədəniyyətlərarası araşdırmalar:*

Müxtəlif mədəniyyətlərdə gender probleminin psixoloji xüsusiyyətlərini araşdıran tədqiqatçılar daha qlobal məlumatlı perspektivə töhfə verirlər. Bu bölmə mədəni kontekstlərin genderlə bağlı psixoloji təcrübələri necə formalaşdırdığını araşdıran araşdırmaları nəzərdən keçirir və gender dinamikasını anlamaqda mədəni həssaslığın əhəmiyyətini vurğulayır.

– *Gender tədqiqatında yaranan trendlər:*

Tədqiqatçılar gender tədqiqatlarında yaranan tendensiyaları müəyyən etmiş və tədqiq etmişlər. Buraya texnologiyanın gender kimliyinə təsiri, inkişaf edən gender normalarının psixoloji təsirləri və genderin digər kimliklərlə kəsişməsi daxildir. Bu tendensiyaları vurğulamaq gender psixologiyası tədqiqatının trayektoriyasına gələcəyə baxan perspektivi təmin edir.

– *Gender tədqiqatında çətinliklər və mübahisələr:*

Burada terminologiya, metodoloji məsələlər, həmçinin etik mülahizələrlə bağlı mübahisələr kimi gender tədqiqatları çərçivəsində çətinlikləri və mübahisələri qəbul edir. Tədqiqatçılar bu problemlər üzərində düşünür və gender probleminin

psixoloji xüsusiyyətlərini daha möhkəm və əhatəli başa düşmək üçün onları idarə etməyin yollarını təklif edirlər [9, 52].

– *Siyasət və təcrübə üçün nəticələr:*

Tədqiqatçılar siyasətin inkişafı və klinik təcrübə üçün işlərinin praktiki nəticələrini müzakirə edirlər. Effektiv müdaxilələr, inklüziv siyasətlər və mədəni cəhətdən səriştəli yanaşmalar haqqında anlayışlar gender sahəsində çalışan siyasətçilər, psixi sağlamlıq mütəxəssisləri və pedaqoqlar üçün təlimat təklif edir.

– *Əməkdaşlıq və fənlərarası perspektivlər:*

Bu məqalə gender probleminin psixoloji xüsusiyyətlərini anlamaqda əməkdaşlığın və fənlərarası yanaşmaların əhəmiyyətini vurğulayır. Müxtəlif elm sahələri üzrə tədqiqatçılar müasir cəmiyyətdə genderin mürəkkəbliklərini həll etmək üçün davamlı dialoq və əməkdaşlığa ehtiyacı vurğulayaraq unikal perspektivlər təqdim edirlər [23, 34-35].

Tədqiqatçıların gender probleminin psixoloji xüsusiyyətlərinə dair baxışlarının sintezi bu sahədə mövcud elmi tədqiqatların müxtəlifliyini və zənginliyini əks etdirir. Neyrologiya, sosial psixologiya, klinik tədqiqatlar və mədəniyyətlərarası tədqiqatlardan əldə edilən fikirləri birləşdirərək, bu əməkdaşlıq səyi müasir dövrdə gen-

derin psixoloji ölçülərinin daha vahid başa düşülməsinə töhfə verir. Tədqiqatçılar bu dinamik sahəni tədqiq etməyə davam etdikcə, davamlı əməkdaşlıq və dialoq biliklərimizi və daha inklüziv anlayışı inkişaf etdirmək üçün vacib olacaq.

Müasir dövrdə gender probleminin psixoloji xüsusiyyətləri aşağıdakı aspektlərdə araşdırılır:

1. Gender identikliyinə bioloji əsasları

Tədqiqat neyrobioloji və hormonal təsirləri nəzərə alaraq gender identikliyinə formalaşmasında biologiyanın rolunu araşdırır. Bioloji amillərin psixoloji təsirləri ilə bağlı mövcud tədqiqatları təhlil edərək bu bölmə fitri xüsusiyyətlərin gender identikliklərinin müxtəlifliyinə necə töhfə verdiyini aydınlaşdırmaq məqsədi daşıyır.

Gender identikliyinə formalaşmasında bioloji faktorlar həlledici rol oynayır. Neyrologiya və genetik sahəsindəki irəliləyişlər biologiya və cins arasındakı mürəkkəb qarşılıqlı əlaqə haqqında anlayışlar təmin edərək ciddi ikili sistem haqqında sadə təsəvvürlərə meydan oxuyur. Gender identikliyinə nevroloji və hormonal əsaslarını anlamaq genderin psixoloji aspektlərinin daha geniş qavranılmasına kömək edir.

Gender identikliyinə tədqiqi ənənəvi binar çərçivələrdən kənara çıxdı

və bu mürəkkəb konstruksiyanı dəstəkləyən bioloji əsasların daha yaxından araşdırılmasını tələb etdi. Bu məqalə gender problemi ilə əlaqəli psixoloji xüsusiyyətlərə diqqət yetirir, xüsusən də gender identikliyinə fərdi təcrübələrinin formalaşmasında bioloji amillərin təsirini araşdırır. Onlar aşağıdakılardır:

Neyrobioloji təsirlər:

– Neyrologiyada son nailiyyətlər gender identikliyinə neyrobioloji əsasları haqqında dəyərli fikirlər təmin etmişdir. Bu bölmə neyron şəbəkələrin gender identikliyinə inkişafına və ifadəsinə necə töhfə verə biləcəyini vurğulayaraq beyin strukturu və funksiyası ilə bağlı mövcud ədəbiyyatı nəzərdən keçirir. Bu neyrobioloji aspektləri başa düşmək gender probleminə psixoloji incəliklərini açmaq üçün çox vacibdir [12, 971].

– Gender identikliyinə inkişafına hormonal təsirlər:

Hormonal faktorlar, o cümlədən prenatal və pubertal hormonal təsirlər gender identikliyinə inkişafında mühüm rol oynayır. Bu bölmə hormonal təsirlərin psixoloji təsirlərini tədqiq edir, hormon səviyyələrindəki dəyişikliklərin gender identikliyinə müxtəlifliyinə necə kömək edə biləcəyini araşdırır. Müvafiq tədqiqatların dərindən təhlili gender şəxsiyyətinin hormonal aspektləri ilə bağlı psixoloji xüsusiyyətlərin anlaşılması üçün əsas yaradır.

– Transgender və qeyri-ikili təcrübələr:

Tədqiqat cinsi kimliyi doğulanda təyin olunmuş cinsindən fərqli olan şəxslərin psixoloji xüsusiyyətlərini araşdırır. Transgender və qeyri-binar şəxslərin təcrübələrini araşdıraraq, tədqiqat bioloji uyğunsuzluğun gender identikliyinə inkişafına psixoloji təsirini aydınlaşdırmaq məqsədi daşıyır. Həm klinik tədqiqatlardan, həm də şəxsi müşahidələrdən əldə edilən fikirlər bioloji amillərin psixoloji təcrübələrlə kəsişdiyi müxtəlif yolların geniş başa düşülməsinə kömək edir [15, 280].

– Gender identikliyinə genetik təsirlər:

Gender identikliyinə formalaşmasında genetik faktorlar da rol oynayır. Bu bölmə genetik variasiyaların gender ifadəsindəki fərdi fərqlərə təsirini nəzərə alaraq gender identikliyinə genetik əsaslarını araşdırır. Gender identikliyinə genetik töhfələrin psixoloji təsirləri müzakirə edilir və genderin bioloji əsaslarının vahid başa düşülməsinin vacibliyi vurğulanır.

– Psixoloji rifah üçün təsirlər:

Gender identikliyinə bioloji əsasları ilə əlaqəli psixoloji xüsusiyyətlərin dərk edilməsi psixoloji rifah üçün əhəmiyyətli təsirlərə malikdir. Tədqiqat bu biliklərin gender identikliyinə mürəkkəbliklərində nəvəsiyə edən fərqlər üçün müsbət psixi sağ-

lamlıq nəticələrini inkişaf etdirməyə yönəlmiş terapevtik müdaxilələrə, dəstək sistemlərinə və ictimai sağlamlıq təşəbbüslərinə necə məlumat verə biləcəyini araşdırır [8, 240].

– *Gələcək istiqamətlər:*

Bu sahədə tədqiqatlar təkamül etməyə davam etdikcə, biologiya və gender identikliyi arasındakı qarşılıqlı əlaqə haqqında anlayışımızı dərinləşdirmək üçün gələcək istiqamətlər təklif olunur. Buraya uzunlamasına tədqiqatlar, neyroimaging üsullarında irəliləyişlər və gender problemi ilə əlaqəli psixoloji xüsusiyyətlərin anlayışını dəqiqləşdirmək üçün genetik və hormonal təsirlərin daha da araşdırılması daxildir [21, 87-88].

Neyrobioloji, hormonal və genetik təsirləri tədqiq etməklə biz biologiya və gender identikliyinə formalaşması arasındakı mürəkkəb qarşılıqlı əlaqə haqqında anlayışımızı gücləndiririk. Bu bilik həm elmi anlayışı inkişaf etdirmək, həm də müasir dövrdə gender spektrində hərəkət edən fərdləri dəstəkləmək üçün inklüziv, sübuta əsaslanan yanaşmaların inkişafı üçün çox vacibdir.

2. Genderin sosial quruluşu

Cəmiyyət konstruksiyalarının psixoloji təsirini araşdıran bu bölmə fərdlərin gender haqqında təsəvvürlərinin formalaşmasında mədəniyyət, media və sosiallaşma proseslərinin rolunu

təhlil edir. Sorğular və müsahibələrdən əldə edilən fikirlər, cəmiyyətin gözləntilərinin psixoloji rifaha necə təsir etdiyinə və gender probleminin mürəkkəbliyinə töhfə verdiyinə işıq salır.

Gender probleminin psixoloji xüsusiyyətləri əhəmiyyətli dərəcədə sosial normalar, gözləntilər və stereotiplərlə formalaşır. Sosiallaşma prosesləri, media təmsilçiliyi və mədəni təsirlər gender rollarının qurulmasına kömək edir, fərdlərin özünü qavrayışına və şəxsiyyətinin formalaşmasına təsir göstərir. Cəmiyyət konstruksiyalarının fərdlərə psixoloji təsirlərini araşdırmaq müdaxilə və dəyişiklik yollarını müəyyən etməyə kömək edir.

Bu elmi məqalə gender problemi ilə əlaqəli mürəkkəb psixoloji xüsusiyyətləri araşdırır, genderin sosial qurulmasına xüsusi diqqət yetirir. Cəmiyyət normalarının, mədəni təsirlərin və sosiallaşma proseslərinin tədqiqi yolu ilə bu tədqiqat müasir dövrdə sosial amillərin gender kimliyinin psixoloji ölçülərinə dərin təsirini aydınlaşdırmaq məqsədi daşıyır.

Gender anlayışı özünün ənənəvi ikili həddlərini aşaraq müasir gender probleminə töhfə verən psixoloji xüsusiyyətlərin incəlikli tədqiqini tələb edir. Bu məqalə gender kimliyi ilə bağlı fərdi təcrübələrin formalaşmasında sosial quruluşun rolunu araşdırır, ictimai gözləntilər və psixoloji rifah arasında mürəkkəb qarşılıqlı əla-

qə haqqında fikirlər təqdim edir.

– *Cəmiyyətin normaları və gözləntiləri:*

Cəmiyyətin normaları və gözləntiləri gender probleminin psixoloji xüsusiyyətlərinə əhəmiyyətli dərəcədə təsir göstərir. Bu bölmə mədəni idealların, gender rollarının və ictimai gözləntilərin fərdlərin özünü qavrayışını necə formalaşdırdığını və gender kimliyinin inkişafına necə təsir etdiyini araşdırır. Bu normalara uyğunluq və ya onlardan kənarlaşmanın psixoloji nəticələrinin təhlili genderin sosial quruluşunu başa düşmək üçün zəmin yaradır [3, 220].

– *Media təmsilçiliyi və onun təsiri:*

Media mədəni normaların yayılmasında və genderlə bağlı cəmiyyətin gözləntilərinin gücləndirilməsində mühüm rol oynayır. Bu tədqiqat media təmsilçiliyi ilə əlaqəli psixoloji xüsusiyyətləri, o cümlədən stereotipik təsvirlərin özünə hörmət, bədən imicinə və şəxsiyyətin formalaşmasına təsirini araşdırır. Psixoloji tədqiqatlardan və media təhlillərindən əldə edilən fikirlər medianın təsiri kontekstində gender probleminin psixoloji ölçülərinin hərtərəfli başa düşülməsinə kömək edir.

– *Sosiallaşma prosesləri və şəxsiyyətin formalaşması:*

Uşaqlıqdan yetkinliyə qədər baş verən sosiallaşma prosesləri cins haqqında fərdi təsəvvürlərin forma-

laşmasında mühüm rol oynayır. Bu bölmə ailənin, təhsilin və həmyaşdların qarşılıqlı əlaqələrinin gender identikliyinə qurulmasına necə töhfə verdiyini nəzərə alaraq sosiallaşmanın psixoloji xüsusiyyətlərini araşdırır. Sosiallaşma proseslərinin psixoloji təsirini başa düşmək gender probleminin mürəkkəbliyi haqqında dəyərli fikirlər verir [7, 320].

– *Gender performansı və onun psixoloji təsirləri:*

Tədqiqat gender performansını konsepsiyasını – davranış, görünüş və davranışlar vasitəsilə gender kimliyinin zahiri ifadəsini araşdırır. Ənənəvi gender performanslarına sadıq qalmanın və ya onlara meydan oxumağın psixoloji nəticələrini təhlil edərək tədqiqat fərdlərin ictimai gözləntiləri idarə etmələri və öz gender kimliklərini ifadə etmələrinin incə yollarını aşkar etmək məqsədi daşıyır.

– *Uyğun olmayan şəxsiyyətlər və psixoloji rifah:*

Gender kimliyi cəmiyyət normalarından fərqli olan şəxslər psixoloji çətinliklərlə üzləşə bilərlər. Bu bölmə psixi sağlamlıq, möhkəmlik və mübarizə mexanizmlərinə təsirini nəzərə alaraq uyğun gəlməyən gender şəxsiyyətlərinin psixoloji xüsusiyyətlərini araşdırır. Həm klinik tədqiqatlardan, həm də şəxsi hekayələrdən əldə edilən fikirlər qeyri-ənənəvi gender ifadələri ilə hərəkət edən şəxs-

lərin psixoloji rifahının hərtərəfli başa düşülməsinə kömək edir [11, 263].

– *Kəşimə və sosial quruluşlar:*

Kəşimə obyektivindən istifadə edərək, tədqiqat psixoloji təcrübələri formalaşdırmaq üçün irq, etnik mənsubiyyət, cinsəllik və sosial-iqtisadi status da daxil olmaqla, müxtəlif sosial kateqoriyaların cinslə necə kəşidiyini nəzərdən keçirir. Bu vahid yanaşma fərdlərin çoxsaylı sosial konstruksiyalar və onların gender probleminə təsiri ilə bağlı müxtəlif yollar haqqında nüanslı anlayışı təmin edir.

– *Nəticələr və gələcək istiqamətlər:*

Genderin sosial quruluşu ilə əlaqəli psixoloji xüsusiyyətlərin dərk edilməsi həm tədqiqat, həm də təcrübə üçün təsir göstərir. Nəticələr inklüzivliyin təşviq edilməsinə və sosial normaların mənfi psixoloji təsirinə azaldılmasına yönəlmiş müdaxilələrin, təhsil proqramlarının və siyasətlərin inkişafını məlumatlandırır. Gələcək tədqiqat istiqamətləri sosial konstruksiyalar və gender kimliyi arasındakı dinamik əlaqə haqqında anlayışımızı dərinləşdirmək üçün təklif olunur [17, 625-626].

Cəmiyyət normalarının, media təmsilçiliyinin, sosiallaşma proseslərinin və kəşimənin psixoloji rifaha təsirini araşdırmaqla, biz sosial amillər və gender kimliyi arasındakı mürəkkəb qarşılıqlı əlaqə haqqında

anlayışımızı gücləndiririk. Bu bilik müasir dövrdə gender diskursuna daha inklüziv və empatik yanaşmanı təşviq etmək üçün çox vacibdir.

3. Gender disforiyası və psixi sağlamlıq

Psixoloji obyektiv vasitəsilə tədqiqat gender disforiyası ilə mübarizə aparan insanların təcrübələrini araşdırır. Kəmiyyət və keyfiyyət məlumatları psixi sağlamlıq dəstəyinin vacibliyini vurğulayaraq gender kimliyi və ictimai gözləntilər arasında uyğunsuzluqla bağlı psixoloji problemlərin hərtərəfli başa düşülməsinə təmin edir.

Doğuş zamanı cinsi kimliyi onların təyin olunmuş cinsinə uyğun gəlməyən fərdlər, gender disforiyasını, gender kimliyi ilə qəbul edilən cinsiyyət arasındakı uyğunsuzluq nəticəsində yaranan psixoloji sıxıntı ilə qarşılaşa bilərlər. Gender disforiyasının psixoloji aspektlərini başa düşmək zehni rifahı artırmaq və effektiv terapeutik yanaşmalar və dəstək sistemlərini inkişaf etdirmək üçün çox vacibdir.

Gender haqqında diskurs inkişaf etməyə davam etdikcə, gender probleminin psixoloji ölçülərini dərk etmək vacib olur. Bu məqalə gender disforiyası olan şəxslərin nüanslı təcrübələrini araşdırır, gender diskursunun mürəkkəbliyinə töhfə verən

psixoloji xüsusiyyətlərə işıq salır. Onlar aşağıdakılardır:

– *Gender disforiyasının təyini:*

Bu bölmə gender disforiyasının hərtərəfli tərifini təqdim edir, gender kimliyi doğum zamanı təyin olunmuş cinsinə uyğun gəlməyən fərdlərin yaşadığı psixoloji sıxıntıları vurğulayır. Diaqnostik meyarların nəzərdən keçirilməsi və gender disforiyasının konseptualizasiyasının təkamülü onun psixoloji xüsusiyyətlərinin ətraflı araşdırılması üçün zəmin yaradır [13, 55].

– *Gender disforiyasının psixoloji mənzərəsi:*

Gender disforiyasının psixoloji xüsusiyyətlərini araşdırmaq çoxşaxəli yanaşma tələb edir. Bu bölmədə gender disforiyası olan şəxslərin təcrübələrinin emosional, koqnitiv və sosial ölçülərini aydınlaşdırmaq üçün klinik tədqiqatlar və psixoloji çərçivələr nəzərdən keçirilir. Psixoloji mənzərəyə dair anlayışlar bu əhalinin üzləşdiyi çətinliklərin şəfqətlə başa düşülməsinə kömək edir.

– *Kəsişmə və müxtəlif təcrübələr:*

Gender disforiyasının irqi, etnik mənsubiyyəti və sosial-iqtisadi statusu da daxil olmaqla digər sosial kateqoriyalarla kəsişməsinin müxtəlif yollarını qəbul edərək, bu tədqiqat gender disforiyası ilə əlaqəli psixoloji xüsusiyyətlərin kəsişmə xarakterini araşdırır. İnküziv yanaşma kə-

sişən şəxsiyyətləri olan fərdlərin üzləşdiyi unikal problemləri nəzərdən keçirir və daha mədəni cəhətdən səlahiyyətli psixi sağlamlıq dəstəyi üçün strategiyalar haqqında məlumat verir [5, 301].

– *Stiqma, ayrı-seçkilik və psixi sağlamlıq:*

Tədqiqat cəmiyyətdəki stiqma və ayrı-seçkiliyin gender disforiyası olan şəxslərin psixi sağlamlığına təsirini araşdırır. Azlıqların stresinin psixoloji nəticələrini təhlil edərək tədqiqat xarici amillərin bu əhali daxilində narahatlıq, depressiya və digər psixi sağlamlıq problemlərinin artmasına kömək edən mexanizmləri aşkar etmək məqsədi daşıyır.

– *Davamlılıq və mübarizə mexanizmləri:*

Gender disforiyasının yaratdığı çətinliklərə baxmayaraq, bir çox fərd əlamətdar möhkəmlik nümayiş etdirir. Bu bölmə gender disforiyasını idarə edən fərdlər tərəfindən istifadə olunan dözümlülük və mübarizə mexanizmlərinin psixoloji xüsusiyyətlərini araşdırır. Bu adaptiv strategiyaları başa düşmək psixi sağlamlıq mütəxəssisləri və dəstək şəbəkələri üçün dəyərli anlayışlar təmin edir [24, 55].

– *Genderi təsdiq edən qayğı və psixi sağlamlıq nəticələrinə çıxış:*

Tədqiqat hormon terapiyası və cinsi təsdiq edən cərrahi əməliyyatlar da daxil olmaqla cinsi təsdiq edən

qayğıya çıxışın psixoloji təsirlərini araşdırır. Cinsiyyəti təsdiq edən müdaxilələrin psixi sağlamlıq nəticələrinə müsbət təsiri ilə bağlı araşdırma nəticələri gender disforiyası olan şəxslər üçün əlçatan və təsdiqedici tibbi xidmətin əhəmiyyəti ilə bağlı müzakirələrə kömək edir [22, 771].

– *Psixi Sağlamlıq Təcrübəsi və Gələcək istiqamətlər üçün təsirlər:*

Əldə edilmiş fikirlərdən çıxış edərək, bu bölmədə gender disforiyası olan şəxslərə mədəni cəhətdən səriştəli qayğının təsdiqlənməsinin vacibliyini vurğulayaraq psixi sağlamlıq təcrübəsi üçün təsirləri müzakirə edir. Gələcək tədqiqat istiqamətləri gender disforiyası və psixi sağlamlıq arasındakı dinamik əlaqə haqqında anlayışımızı dərinləşdirmək və sübuta əsaslanan müdaxilələri məlumatlandırmaq üçün təklif olunur [10, 15–16].

Gender disforiyası olan şəxslərin müxtəlif və nüanslı təcrübələrini tədqiq etməklə biz müasir cəmiyyətdə genderlə bağlı inkişaf edən diskurs kontekstində psixi sağlamlıq dəstəyinə daha empatik və məlumatlı yanaşmanı təşviq etməyi hədəfləyirik.

4. Kəsişmə və çoxlu şəxsiyyətlər

Müxtəlif sosial kateqoriyaların bir-birinə bağlılığını qəbul edərək tədqiqat cins daxil olmaqla, çoxsaylı şəxsiyyətlərin necə kəsişdiyini və psixoloji xüsusiyyətlərə necə təsir etdi-

yini araşdırmaq üçün kəsişən yanaşmadan istifadə edir. Bu bölmə müxtəlif kəsişən şəxsiyyət kateqoriyaları daxilində fərdlərin müxtəlif və nüanslı təcrübələrini tutmaq məqsədi daşıyır.

Kəsişmə çərçivəsi müxtəlif sosial kateqoriyaların, o cümlədən gender, irq, etnik mənsubiyyət, cinsəllik və sosial-iqtisadi statusun qarşılıqlı əlaqəsini vurğulayır. Gender probleminin psixoloji xüsusiyyətlərinin kəsişən obyektiv vasitəsilə araşdırılması fərdlərin təcrübələrinin və şəxsiyyətlərinin mürəkkəbliyini qəbul edir, psixoloji rifahı formalaşdırmaq üçün, müxtəlif amillərin necə kəsişdiyinə dair daha əhatəli anlayışı təmin edir.

Cinsiyyətin irq, etnik mənsubiyyət, cinsiyyət və sosial-iqtisadi status kimi amillərlə necə kəsişdiyini araşdıraraq bu tədqiqat fərdlərin müxtəlif və mürəkkəb təcrübələri haqqında anlayışımızı dərinləşdirmək, müasir gender diskursunda nüanslı psixoloji ölçülərə işıq salmaq məqsədi daşıyır.

Genderlə bağlı müzakirələr təkamül etməyə davam etdikcə, müxtəlif sosial kimliklərin kəsişmə nöqtələrini qəbul etmək əsas məsələyə çevrilir. Bu bölmə çoxlu kimliklərə malik olan şəxslərin müxtəlif təcrübələrinin hərtərəfli başa düşülməsi ehtiyacını vurğulayaraq gender problemi ilə əlaqəli psixoloji xüsusiyyətləri kəsişmə çərçivəsi vasitəsilə araşdırır.

– *Kəsişmə çərçivəsi:*

Bu bölmə ilkin olaraq *Kimberle Crenshaw* tərəfindən təqdim edilən kəşimə çərçivəsinin icmalını təqdim edir. Çərçivə müxtəlif sosial kateqoriyalar arasındakı qarşılıqlı əlaqəni vurğulayır və çoxsaylı şəxsiyyətlərin eyni vaxtda mövcudluğunun fərdlərin təcrübələrini necə formalaşdırdığını vurğulayır. Gender probleminə tətbiq edilən kəşimə müxtəlif gender kimliklərinə xas olan psixoloji xüsusiyyətlərə dair nüanslı perspektiv təklif edir [18, 112].

– *Kəşimə şəxsiyyətlər: irq və cins:*

Tədqiqat irq və cinsin kəşiməsini araşdırır, hər iki şəxsiyyətdə naviqasiya edən fərdlərə xas olan psixoloji xüsusiyyətləri araşdırır. Mövcud tədqiqatlardan və şəxsi hekayələrdən istifadə edərək bu bölmə irqi və cinsi təcrübələrin necə kəşidiyini, özünü qavrayışa, ictimai gözləntilərə və sistemli problemlərin həllinə təsir etdiyini araşdırır [19, 771].

– *Kəşimə şəxsiyyətlər: etnik mənsubiyyət və cins:*

Kəşimə çərçivəsinə əsaslanaraq, bu bölmə etnik və cinsi kimlikləri kəşimə fərdlərin psixoloji xüsusiyyətlərini araşdırır. Mədəni nüanslar, ailə gözləntiləri və ictimai qavrayışlar psixoloji təcrübələrin mürəkkəbliyinə kömək edir, fərdlərin etnik mənsəyi kontekstdə öz cinsi kimliyini necə idarə etmələrini formalaşdırır [20, 38].

– *Kəşimə şəxsiyyətlər: gender və cins:*

Gender və cinsin kəşiməsini araşdıran bu bölmə müxtəlif cinsi oriyentasiyaya malik şəxslərin öz cinsi kimliklərini necə yaşadıklarını və ifadə etdiklərini araşdırır. Tədqiqat gender və cinsin kəşiməsi ilə əlaqəli psixoloji xüsusiyyətləri araşdırır, bu kəşimə məkanında unikal problemlər və güclü tərəflərə dair fikirlər təklif edir [16, 555].

– *Kəşimə şəxsiyyətlər: sosial-iqtisadi status və cins:*

Tədqiqat sosial-iqtisadi statusun və cinsin kəşiməsini araşdırır, iqtisadi amillərin psixoloji rifaha və gender spektri üzrə fərdlərin resurslara çıxışına necə təsir etdiyini araşdırır. Bu kəşimə daxilində psixoloji xüsusiyyətlərin dərk edilməsi bərabərlik, əlçatanlıq və sosial ədalətlə bağlı müzakirələri məlumatlandırır.

– *Kəşimənin psixi sağlamlığa təsirləri:*

Bu bölmə gender problemi daxilində kəşimənin psixi sağlamlıq nəticələrini araşdırır. Tədqiqat, kəşimə şəxsiyyətlərin məcmu təsirlərinin unikal streslərə, davamlılığa və psixi sağlamlıq nəticələrinə necə töhfə verdiyini araşdırır. Klinik tədqiqatlardan və şəxsi hekayələrdən əldə edilən fikirlər psixi sağlamlıq dəstəyində uyğunlaşdırılmış, kəşimə yanaşmalara ehtiyac olduğunu vurğulayır.

– *Müttəfiqlik, vəkillik və kəsişmə:*

Müttəfiqliyin və vəkilliyin əhəmiyyətini dərk edərək bu bölmə fərdlərin, icmaların və qurumların kəsişmə kontekstində inklüzivliyin və anlaşmanın təşviqinə necə töhfə verə biləcəyini araşdırır. Tədqiqat sosial dəyişikliyin təşviqində və sistemli maneələrin aradan qaldırılmasında kəsişən perspektivlərin rolunu vurğulayır [4, 8-9].

Müxtəlif sosial kateqoriyaların bir-biri ilə əlaqəli təbiətini dərk etməklə biz müasir gender diskursunda mürəkkəb psixoloji mənzərə haqqında anlayışımızı gücləndiririk. Bu bilik müasir dövrdə inkişaf edən gender anlayışında inklüzivliyi, empatiyanı və bərabərliyi təşviq etmək üçün çox vacibdir.

5. Gələcək istiqamətlər və təsirlər

Bu araşdırmanın nəticələri həm tədqiqat, həm də təcrübə üçün təsir göstərir. Gender problemi ilə bağlı psixoloji xüsusiyyətlərin tədqiqindən əldə edilən anlayışlar daha inklüziv müdaxilələrin və siyasətlərin işlənilib hazırlanmasına məlumat verə bilər. Gələcək tədqiqat istiqamətləri gender kimliyinin dinamik təbiəti və onun psixoloji əsasları haqqında anlayışımızı daha da təkmilləşdirmək üçün təklif olunur.

Gender probleminin psixoloji xüsusiyyətlərinə dair anlayışımız inki-

şaf etməyə davam etdikcə, inklüzivliyin təşviqi, stiqmanın azaldılması və müxtəlif gender kimlikləri üzrə fərdlər üçün müsbət psixi sağlamlıq nəticələrinin təşviqi yollarını araşdırmaq vacibdir. Gələcək tədqiqatlar bioloji, sosial və fərdi amillər arasında dinamik qarşılıqlı əlaqəni araşdırmağı davam etdirməli, həm klinik praktikaya, həm də dövlət siyasətini məlumatlandırma biləcək fikirlər təqdim etməlidir.

Gender ətrafında müzakirələr davam etdikcə, onun psixoloji xüsusiyyətlərinin nüanslı başa düşülməsinə ehtiyac getdikcə daha aydın olur. Bu məqalə gender probleminin dinamik xarakterini qəbul edərək, gender psixologiyası sahəsində tədqiqat, təcrübə və siyasətin gələcək istiqamətlərini və nəticələrini araşdırır.

– *Rəhbər çərçivə kimi kəsişmə:*

Gələcək tədqiqatlar kəsişməni gender probleminin psixoloji xüsusiyyətlərini anlamaq üçün rəhbər çərçivə kimi qəbul etməlidir. Cinsiyətin irq, etnik mənsubiyyət və sosial-iqtisadi status kimi digər sosial kateqoriyalarla qarşılıqlı əlaqəsini dərk etmək müxtəlif təcrübələrin daha əhatəli başa düşülməsini təmin edir [1, 378].

– *Dinamik tədqiqatlar və perspektivləri:*

Gender şəxsiyyətinin inkişafının dinamik xarakterini ələ keçirmək

üçün gələcək tədqiqatlar fərdləri ömür boyu izləyən dinamik tədqiqatlara üstünlük verməlidir. Psixoloji xüsusiyyətlərin zamanla necə inkişaf etdiyini başa düşmək, müxtəlif həyat mərhələlərinə uyğunlaşdırılmış müdaxilələr və dəstək sistemləri haqqında məlumat verir.

– *Neyroelmi tədqiqatlarda irəliləyişlər:*

Neyrologiyada davamlı irəliləyişlər gender kimliyinin bioloji əsaslarını dərk etmək üçün maraqlı imkanlar təklif edir. Gələcək tədqiqatlar cinslə bağlı beyin strukturunun və funksiyasının mürəkkəbliklərini açmaq üçün qabaqcıl neyroelmi üsulları araşdırmalıdır.

– *Mədəni cəhətdən səriştəli psixi sağlamlıq müdaxilələri:*

Təcrübə üçün təsirlərə mədəni cəhətdən səlahiyyətli psixi sağlamlıq müdaxilələrinin hazırlanması və həyata keçirilməsi daxildir. Psixi sağlamlıq mütəxəssisləri müxtəlif mədəni kontekstlərdə cinslə bağlı müxtəlif psixoloji xüsusiyyətləri həll etmək üçün bilik və bacarıqlarla təchiz edilmişdir.

– *Psixi sağlamlığa dəstəkdə texnologiya və telesəhləmlilik:*

Texnologiya irəliləyişlər işığında, məqalədə əlçatan və inklüziv psixi sağlamlıq dəstəyi təmin etmək üçün texnologiyanın, o cümlədən telesəhiyyə platformalarının inteqrasiyasının potensialı müzakirə olunur. Gələcək

təcrübələr müxtəlif gender kimlikləri və təcrübələri olan şəxslərə çatmaq üçün bu vasitələrdən istifadə etməlidir [2, 440].

– *Təhsil təşəbbüsləri və ictimai maarifləndirmə:*

Siyasət üçün təsirlər gender problemi ilə bağlı psixoloji xüsusiyyətlərin ictimai məlumatlılığını və dərk edilməsini təşviq edən təhsil təşəbbüslərinin inkişaf etdirilməsini nəzərdə tutur. Inklüziv kurikulumlar, maarifləndirmə kampaniyaları və siyasət dəyişiklikləri daha dəstəkləyici və təsdiqedicə mühitlərin yaradılmasına kömək edə bilər.

– *İcma ilə əlaqə və vəkillik:*

İcmanın iştirakı və təbliğatının vacibliyini dərk edərək gələcək istiqamətlər tədqiqatçılar, praktiklər, siyasətçilər və icma üzvləri arasında birgə səyləri əhatə edir. Müxtəlif səslərin cəlb edilməsi tədqiqat nəticələrinin və müdaxilələrin müvafiq, əlçatan olmasını və müxtəlif icmaların ehtiyaclarına cavab verməsini təmin edir.

– *Sağlamlıq fərqlərinin aradan qaldırılması:*

Gələcək tədqiqatlar gender problemi daxilində sağlamlıq qeyri-bərabərliyinin araşdırılması və aradan qaldırılmasına üstünlük verməlidir. Psixoloji xüsusiyyətlərin səhiyyə xidmətinə çıxış imkanları, nəticələr və bərabərsizliklərlə necə kəşfiyyatını anlamaq

sağlamlıq bərabərliyinin yaxşılaşdırılmasına yönəlmiş siyasətləri məlumatlandırma bilər [14, 435-436].

Gender psixologiyasının gələcək mənzərəsini seyr edərkən, kəşiməni əhatə etmək, müxtəlif perspektivləri birləşdirmək və texnoloji irəliləyişlərdən istifadə etmək gender problemi ilə əlaqəli psixoloji xüsusiyyətləri

Nəticə:

Müasir dövrdə gender probleminin psixoloji xüsusiyyətlərinin tədqiqi, dəyərli elmi fikirlərin meydana çıxmasına səbəb olur. Qarışıq metodlardan istifadə edilməklə gender kimliyinin psixoloji mənzərəsini formalaşdıran bioloji, sosial və fərdi amillər arasında mürəkkəb qarşılıqlı əlaqə yaradılır. Bu istiqamətdə aparılan elmi araşdırmalar və əldə olunan elmi nəticələr, müasir cəmiyyətdə genderlə bağlı daha inklüziv və empatik anla-

anlamaq üçün açardır. Bu gələcək istiqamətlərə müraciət etməklə biz müasir cəmiyyətdə genderə daha məlumatlı, əhatəli və ədalətli yanaşmalara töhfə verə bilərik.

yışı inkişaf etdirmək üçün davamlı tədqiqat və dialoqun vacibliyini vurğulayır. Biologiyanın, cəmiyyətin və fərdi təcrübələrin bir-birinə qarışmış təsirlərini nəzərə alaraq, biz gender kimliyi və onun psixi sağlamlıq və rifah üçün təsirləri haqqında daha incə bir anlayış inkişaf etdirə bilərik. Bu sahədə davamlı tədqiqat və dialoq, daha inklüziv və ədalətli cəmiyyəti inkişaf etdirmək üçün vacibdir.

Ədəbiyyat:

1. Blanch, D. C., Hall, J. A., Rote, D. L., & Frankel, R. M. (2008). Medical student gender and issues of confidence. *Patient Education and Counseling*, 72, 374–381
2. Campbell, S. M., & Collaer, M. L. (2009). Stereotype threat and gender differences in performance on a novel visuospatial task. *Psychology of Women Quarterly*, 33, 437–444.
3. Ceci, S. J., Williams, W. M., & Barnett, S.M. (2009). Women's underrepresentation in science: Sociocultural and biological considerations. *Psychological Bulletin*, 135, 218–261.
4. Dickhauser, O., & Meyer, W. U. (2006). Gender differences in young children's math ability attributions. *Psychological Science*, 48, 316

5. Else-Quest, N. M., Mineo, C. C., & Higgins, A. (2013). Math and science attitudes and achievement at the intersection of gender and ethnicity. *Psychology of Women Quarterly*, 37(3), 293–309
6. Estes, Z., & Felker, S. (2012). Confidence mediates the sex differences in mental rotation performance. *Archives of Sexual Behavior*, 41, 557–570.
7. Fogliati, V. J., & Bussey, K. (2013). Stereotype threat reduces motivation to improve: Effects of stereotype threat and feedback on women's intentions to improve mathematical ability. *Psychology of Women Quarterly*, 37(3), 310–324.
8. Hausmann, M. (2014). Arts versus science-Academic background implicitly activates gender stereotypes on cognitive abilities with threat raising men's (but lowering women's) performance. *Intelligence*, 46, 235–245
9. Hively, K., & El-Alayli, A. (2014). "You throw like a girl:" The effect of stereotype threat on women's athletic performance and gender stereotypes. *Psychology of Sport and Exercise*, 15, 48–55.
10. Jansen, M., Schroeders, U., & Ludtke, O. (2014). Academic self-concept in science: Multidimensionality, relations to achievement measures, and gender differences. *Learning and Individual Differences*, 30, 11–21.
11. Leslie, S.-J., Cimpian, A., Meyer, M., & Freeland, E. (2015). Expectations of brilliance underlie gender distributions across academic disciplines. *Science*, 347 (6219), 262–265.
12. London, B., Downey, G., Romero-Canyas, R., Rattan, A., & Tyson, D. (2012). Gender-based rejection sensitivity and academic self-silencing in women. *Journal of Personality and Social Psychology*, 102(5), 961–979.
13. Meyer, M., Cimpian, A., & Leslie, S. -J. (2015). Women are underrepresented in fields where success is believed to require brilliance. *Frontiers In Psychology*, 6, 235
14. Feingold, A. Gender differences in personality: a meta-analysis / A. Feingold // *Psychological bulletin*. 1994. P. 429–456.
15. Gilligan C. In a differences voice: women's conceptions of self and of morality / C. Gilligan // *The psychology of women: Ongoing debates*. New Haven; L., 1987. P. 278–320.
16. Madson L., Trafimow D. Gender comparisons in the private, collective, and allocentric selves // *The Journal of Social Psychology*. 2001. № 141. P. 551–559

17. Oney, C., Cole, E.R., & Sellers, R.M. (2011). Racial identity and gender as moderators of the relationship between body image and self-esteem for African Americans. *Sex Roles*, 65, 619–631.
18. Upadyaya, K., & Eccles, J. S. (2015). Do teachers' perceptions of children's math and reading related ability and effort predict children's self-concept of ability in math and reading? *Educational Psychology*, 35(1), 110–127
19. Wang, M. -T., Eccles, J. S., & Kenny, S. (2013). Not lack of ability but more choice: Individual and gender differences in choice of careers in science, technology, engineering, and mathematics. *Psychological Science*, 24(5), 770–775
20. Баранова Т. С. Теоретические модели социальной идентификации личности. [Электронный ресурс]/ Баранова Т. С. М. : Изд-во Ин-та социологии РАН, 1999. С. 35–46. <http://www.myword.ru>
21. Берн Ш. Гендерная психология [Текст]/ Ш. Берн. СПб. : Прайм-ЕВРОЗНАК, 2007. 320 с.
22. Кон И. С. Половые различия и дифференциация социальных ролей [Текст]. М., 2009. С. 763–776.
23. Ильин Е. П. Дифференциальная психофизиология мужчины и женщины. [Текст] / Ильин Е. П. СПб. : Питер, 2006. С. 117.
24. Хорни К. Женская психология, СПб.: Вост.-Европ. ин-т психоанализа, 1993. Под общ. ред. А.И.

**PSYCHOLOGY OF THE GENDER PROBLEM IN
THE MODERN PERIOD THEORETICAL-METHODOLOGICAL
FOUNDATIONS OF THE CHARACTERISTICS**

Sakhavat Aliyeva

ABSTRACT

The concept of gender has evolved significantly over the past few decades, leading to a reexamination of its psychological effects in modern society. This scientific article examines the psychological characteristics of the gender problem in the modern era, sheds light on the complex interaction between biological, social and individual factors that contribute to the construction of gender identity. Through a comprehensive review of existing

research and theories, this paper aims to enhance our understanding of the psychological nuances surrounding gender discourse and its impact on individuals and society at large. Through a mixed method approach incorporating literature reviews, surveys and interviews, the research aims to ascertain how psychological aspects contribute to the complexity of gender discourse in contemporary times.

Məqalə BDU-nun Psixologiya kafedrasının iclasında müzakirə edilərək çapa məsləhət görülmüşdür (protokol №7)

Rəyçi M.H.Mustafayev. Psixologiya üzrə fəlsəfə doktoru.

Məqalə redaksiyaya 31 yanvar 2023-cü ildə daxil olmuşdur.

AİLƏ MÜHİTİNƏ TƏSİR EDƏN PSIXOLOJİ AMİLLƏR

Gülər Məmmədova

Azərbaycan Dövlət Pedaqoji Universiteti

Ü.Hacıbəyov küç., AZ1000

E-mail: gulermemmedova@list.ru

Açar sözlər: ailə, mühit, ər, arvad, psixoloji amil, sevgi, boşanma.

Key words: family, environment, husband, wife, psychological factor, love, divorce.

GİRİŞ

Ailə həyatı onun üzvlərinin qarşısında bir sıra mürəkkəb vəzifələr qoyur. Bura ailədaxili qarşılıqlı münasibətləri, ailə normalarını, ona əməl etməyi, peşə fəaliyyətindən irəli gələn keyfiyyət və xüsusiyyətləri, ailə-məişət işlərində iştirakı, ailənin maddi təminatını və s. aid etmək olar. Bundan başqa, uşaqların qayğısına qalınması, onların tərbiyəsi kimi məsələlər də həll olunmalı vəzifələrdəndir. Bütün bu deyilənləri müvəffəqiyyətlə həll etmək üçün ailə üzvləri bir sıra psixoloji keyfiyyətlərə malik olmalıdırlar. Bu keyfiyyətlər bir tərəfdən ər və arvadın hər birinə aid olmaqla bərabər, həm də ailənin digər üzvlərindən asılıdır. Yəni ailə üzvlərindən hər biri öz vəzifəsini düzgün yerinə yetirərsə, ailənin

psixoloji mühiti də yaxşı olar, ailə öz funksiyasını daha yaxşı yerinə yetirər. Bütün bu keyfiyyətlərin vəhdət halında olması vacibdir. Bu keyfiyyətlərin dairəsi isə kifayət qədər genişdir. Bura ilk növbədə motivasiya-tələbat, qarşıya çıxan çətinliklərin həll olunması üçün iradi səy lazımdır. Digər tərəfdən ər və arvadın qarşılıqlı münasibətləri, sevgi, simpatiya, empatiya və s. vacib şərtlərdəndir. İkincisi, bu deyilənlərin həyata keçirilməsi üçün müəyyən qabiliyyət, bilik və bacarıq tələb olunur. Üçüncüsü, öz emosional vəziyyətini idarə edə bilmək, frustrasiya vəziyyətinə düşməmək, səbirli olmaq, öz istəklərini ailənin digər üzvlərinin istəkləri ilə uyğunlaşdırmaq qabiliyyətidir.

Aydındır ki, ailə üzvlərindən hansınınsa pis vərdişləri istər-istəməz ailənin psixoloji mühitini pozur. Bu, xüsusilə ailə başçısı tərəfindən baş verdikdə daha pis vəziyyət yaranır, ailənin digər üzvlərinə də təsir edir.

Nəticədə qarşılıqlı münasibətlərdə gərginlik yaranır, ailə öz funksiyasını yerinə yetirməkdə çətinlik çəkir. Məlumdur ki, ata ailədə bir sıra vacib funksiyaları yerinə yetirir. Onun nüfuzu, şəxsi keyfiyyətləri ailədə tərbiyəedici rol oynayır. Yəni uşaqlar ondan nümunə götürür, problemin həlli yollarını öyrənir və s.

İradəsiz, aqressiv, müstəqil qərar qəbul edə bilməyən ata özü nəinki ailəni idarə edə bilir, əksinə, özünün himayəyə ehtiyacı yaranır. Onun övladları özləri lazımi keyfiyyətləri mənimsəməli olurlar. Bir çox hallarda isə buna müvəffəq ola bilmirlər. Nəticədə ailənin sosial statusu aşağı düşür. Ailə qohumların, qonşuların mənfi planda diqqət mərkəzinə düşür. Ailə haqqında neqativ ictimai rəy yaranır. Bu vəziyyətdən daha çox uşaqlar əziyyət çəkir. Onlar yaşadları arasında gülüş hədəfinə çevrilirlər. Nəhayətdə ailədaxili konflikt qaçılmaz olur.

İstər ailədaxili, istərsə də xarici təsir və təzyiqlər, ailə üzvləri arasındakı narazılıqlar, psixi gərginlik sonda münasibətilərin pozulması ilə nəticələnir. Belə vəziyyət ailə üzvləri

tərəfindən dözülməz hal kimi qəbul edilir və ondan çıxış yolları axtarılır. Ailələrin belə vəziyyətdən çıxması fərqli istiqamətlərdə olur. Bəzi ailələr özlərini səfərbər edə bilir, digərlərində isə vəziyyət daha da pisləşir. Hətta bəzi ailələrdə vəziyyətin bu həddə çatmasında günahkar olandan ailə üzvləri üz döndərir.

Ailədaxili münasibətlərə, ailənin psixoloji mühitinə tərəflərin birinin aqressivliyi, həyat yoldaşını hədsiz qışqanması da neqativ təsir göstərir. Bu vəziyyətin konflikt həddinə çatmaması üçün aqressiv olan tərəf iradi səy göstərməli, özünü ələ almağı bacarmalıdır. Ailə üzvlərinin ona qarşı hədsiz tələbkarlığı bir çox hallarda onun özünə inamının zəifləməsinə səbəb olur. Aqressiv olana qarşı tələbkarlıq olmadıqda, o özünün emosiyalarına nəzarəti itirir. Deməli, ailə üzvləri onun şəxsi keyfiyyətlərini nəzərə almaqla tələbkarlığı uzlaşdırmalıdır. Bu, eyni ilə qışqanclığa da aiddir.

R.İ.Əliyevin “Mən. Atam-anam. Sevgilim və Övladlarım” (Bakı, 2019) əsərində belə bir situasiya təsvir olunur. Bibisi qızıgilə gedən qohuma qadın ərindən şikayət edir. Vəziyyətin dözülməz olduğunu, ərinin onu öldürə biləcəyini söyləyir. “*İşdən evə gec gəlir, həm də sərxoş. Bir söz soruşmamış əsəbiləşir, bıçağı götürüb üstümə cumur. Zorla qaçıb canımı*

qurtarıram. Sakitləşəndən sonra evə qayıdıram. Amanın günüdür, uşağımız bədbəxt olacaq” [4, s. 67].

Qohum qərara gəlir ki, bibisi qızının ərini gözləsin. Onlar həm də uşaqlıq dostudurlar. Bibisi qızına tapşırır ki, yaxşı yemək hazırlasın. Moqnitofona bir neçə oyun havası qoyur. Nəhayət, ər gəlir. Darvazanı açmaq lazımdır. Dayıoğlu bir oyun havası qoyur və oynamağa başlayır. Bibisi qızına deyir, o da oynasın. Ər əvvəlcə təəccüblə onlara baxır və sonra o da oynamağa başlayır. Çay içib, çörək yedikdən sonra qonaq deyir: “Hər gün beləcə çalın, oynayın. Allahınıza şükür edin”.

“Bir-iki gündən sonra bibim qızına zəng etdim:

– *Nə var, nə yox? İşlər necədir?*

– *Əla, hər şey yaxşıdır. Çox sağ ol”* [4, s. 69].

Dəyişən nə oldu? Dəyişən psixoloji məqamdır. Əvvəlki vəziyyətdə ər gecikir. Qadının ağına min cür əcaib fikir gəlir. Haqq-hesab soruşmağa və ya döyüşə hazırlaşır. Deməli, bir tərəf döyüşə hazırdır. Qalır ikinci tərəf. İkinci tərəf içki içir və təsəvvüründə canlandırır. Evə gedəndə yenə göz yaş, dava-dalaş. İçkinin təsiri bir az da artır. Və sonra... Beləcə, eyni sənari hər gün davam edir.

Növbəti mərhələ. Qadın təxəyyülündə canlandırır ki, əri işdə yorulub. Bəlkə, əlavə iş çıxıb. Bəlkə də, dost-

ları ilə söhbət edir. Axı onun buna haqqı var. Qadın fikirləşir ki, ər yorğun gəlir. Süfrə hazırlamalı, üzügülər olmalıdır. Ər isə fikirləşir ki, evdə onu oğlu, arvadı gözləyir. Hələ musiqi sədaları altında oynamaq da var. Belədə motivasiya dəyişir. Əvvəlcə sevgi var idi. Eyni zamanda motiv, düşüncənin istiqaməti səhv idi.

Psixoloqlar (İ.S.Kon, A.V.Petrovski, Ə.Ə.Əlizadə, R.İ.Əliyev və b.) göstərir ki, ailə həyatındakı mürəkkəbliklərdən biri də təxəyyüldə yaradılanla reallıq arasındakı fərqdən yaranır.

Hər bir ailə üzvünün həyat və fəaliyyəti prosesində özü və digərləri haqqında təsəvvürləri formalaşır. Bu ailə şəraiti, ailənin psixoloji mühiti, məqsədi, məişət-təsərrüfat işləri və s. bu kimi situasiyalar aiddir. Bunlar isə kompleks halında ailədə qarşılıqlı münasibətləri müəyyənləşdirir. Ailə həyatında onun haqqında ilkin təsəvvürlər də mühüm rol oynayır. Yəni ər-arvadın ailədən gözləntiləri, tələbatları və s. reallıqda öz əksini necə tapır. Yəni onlar ailə qurمامışdan əvvəl ata evində gördükləri, xəyalları və indiki reallıqlar nə dərəcədə uzlaşır.

Ailə həyatı çoxsaylı situasiyalardan ibarətdir: səhər yeməyi, işdən evə qayıtmaq, televizora baxmaq, vacib hesab edilən gündəlik işlərin müzakirəsi, yeni şeylərin alınması və s.

Bütün bunlar haqqında ər-arvadın hər birinin formalaşmış təsəvvürləri olur və ilk istinad olunan öz ailələri olur. Ailə üzvlərinin, eləcə də digər yaxın adamların məsləhətləri də təsəvvürün yaranmasına təsir edir. “Səbir elə, sevəcəksiniz”, “Əgər əvvəlcədən kişinin bütün göstərişlərinə əməl etsən, bu onda vərdişə çevriləcək”, “Qadın kişini əlinin içində saxlamağı bacarmalıdır” və s. bu kimi məsləhətlər istər-istəməz ər-arvad münasibətlərində öz əksini tapır.

Ər-arvad münasibətlərində, ümumiyyətlə, ailədaxili münasibətlərin formalaşmasında digər adamların, digər ailələrin davranışının interpretasiyası da istifadə olunan vasitələrdəndir. Yəni bir ailə bəyəndiyi başqa bir ailənin davranış modelini, qarşılıqlı münasibətləri öz ailəsinə tətbiq etməyə çalışır. Lakin onlar unudurlar ki, insanlar ö psixoloji xüsusiyyətləri baxımından fərqli olduqları kimi, ailənin xüsusiyyətləri baxımından da fərqlidirlər. Yəni bir ailədə özünü doğruldan model ola bilsin ki, digər ailədə səmərəsiz olsun.

Tədqiqatlar göstərir ki, ailə ilə bağlı təsəvvürlər kifayət qədər mürəkkəb, sistemli şəkildə təşkil olunmuş və davamlı prosesdir. Bunlar bir-birilə bağlıdır.

Təsəvvür fikri əməliyyat olduğundan bu və ya digər qərar qəbul edilərkən onun sonrakı təsiri, istiqaməti

də nəzərə alınır. Yəni ər və ya arvad, və yaxud hər ikisi fikrən təsəvvür etməyə çalışır ki, atılan hər hansı addımdan sonra nə baş verə bilər. Ailəsi haqqında təsəvvürlərə ailə həyatının müxtəlif sahələri: maddi təminat, ailə üzvlərinin bir-birilə münasibəti, tərbiyə sistemi və s. təsir edir. Ola bilsin ki, ər-arvad davranış, qarşılıqlı ünsiyyət, asudə vaxtın təşkili və s. ailə həyatı ilə bağlı yüksək səviyyədə informasiyaya və nəzəri biliyə malik olsun. Lakin onu praktikada tətbiq edə bilməsin. Bu təxminən ona oxşayır ki, bir adam küçə hərəkəti qaydalarını əzbərdən bilir, lakin öz biliklərini real situasiyada tətbiq etmir. Məsələn, küçəni keçərkən qaydaları pozur. Ola bilsin ki, bir nəfərin ailə həyatı, ər-arvad münasibətləri, ailədə davranış qaydaları barədə yaxşı məlumatı olsun, lakin öz ailəsində onu tətbiq etməsin, nəzərə almasın. Yəni ailə həyatı haqqında təsəvvürlə real davranış arasında ziddiyyət özünü göstərsin. Bununla yanaşı, ər və arvadın hər ikisinin bir-birlərinin ailə həyatı haqqında təsəvvürlərini bilməsi, reallıqda baş verənləri dərk etməsi baxımından faydalıdır. Bu baxımdan onlar öz fikirlərini bir-birindən gizlətməməli, qarşı tərəflə müzakirə etməlidir. Belədə onlar ümumi bir qənaətə gələ, öz davranışlarını korreksiya edə bilərlər. Ər və arvadın ailə

həyatının müxtəlif situasiyalarında düzgün qərar qəbul etmək üçün təsəvvürlə reallığı ayırmağı, ən azı uyğunlaşdırma bilmələri zəruri şərtlərdəndir. Əks halda informasiya məhdudluğu, təsəvvürün qeyri tamlığı və bunların əsasında səhv qərarın qəbul edilməsi baş verir. Buradan belə sadə bir həqiqət üzə çıxır. Yəni qarşı tərəfin əhvali-ruhiyyəsinin nəzərə alınması və ya nəzərə alınmaması.

Ailə həyatında, xüsusilə onun ilk illərində ər və arvadın öz fikirlərini hansı formada ifadə etməsindən asılı olaraq ona cavab reaksiyası verilir. Yəni fikrin düzgün qavranılmaması baş verir. Fikrin ifadə forması qarşı tərəfdə ya müsbət, yaxud da mənfi emosiya yarada bilər.

R.İ.Əliyev yazır: *“Ailə üzvlərinin ünsiyyəti, hansısa bir məlumatın verilməsi zamanı qarşı tərəfin fərdi psixoloji xüsusiyyətləri, xarakteri, intellektual səviyyəsi nəzərə alınmalıdır. Bu, iki səbəbdən vacibdir. Bəzi valideynlər uşaqla danışarkən qarşısındakının kim olmasını sanki unudurlar: ya həddən artıq qəliz danışirlar, uşaq heç nə başa düşmür, yaxud da uşaq diliylə danışirlar ki, bu da inkişafa xidmət etmir”* [4, s. 66].

Ər-arvad ünsiyyət prosesində informasiya verərkən qarşı tərəfin necə reaksiya verəcəyini və ya verə bilməyəcəyini nəzərə almalıdır. Xüsusilə deyiləcək sözün, informasiyanın

qarşı tərəfin ləyaqətinə toxuna biləcəyini yaddan çıxarmaq olmaz. Eləcə də fikirləşmək lazımdır ki, qarşı tərəf deyilən fikri düzgün başa düşəcəkmi? Bu deyilənlər nəzərə alınmadıqda narazılıq, konflikt baş verir.

Ər-arvad münasibətləri onların davranışı ilə təsəvvürləri arasında uyğunluğu olub-olmamasından asılıdır. Burada hər iki tərəfin xarakteri, şəxsi keyfiyyətləri, eləcə də onların təsəvvüründə olan pozitiv və neqativ xüsusiyyətlər mühüm rol oynayır. İstənilən şəxsin davranışını müsbət və mənfi olmaqla iki qütbə ayırmaq olar. Aydın ki, fərdin müsbət xüsusiyyətləri, ailənin xeyrinə davranışları ailədə yaxşı psixoloji mühit yaradır. Eləcə də əksinə, mənfi keyfiyyətlər ailə mühitinə mənfi təsir edir, ailə üçün destruktiv rol oynayır.

Ailənin psixoloji mühitinə, ilk növbədə, ailə ilə, ailə üzvləri ilə bağlı səhv təsəvvürlərin olması mənfi təsir göstərir. Başqa sözlə, ailə üzvlərinin fərdi xüsusiyyətləri, situasiyanın özünəməxsusluğu diqqətdən kənarda qalır. Digər bir səbəb informasiyanın birtərəfliliyi və ya səhv olması ilə bağlıdır. Bir çox hallarda isə ər və ya arvad özünə, davranışına tənqidi yanaşa bilmir, hər şeydə, hər vaxt özünü haqlı hesab edir. Təbii ki, bu da qarşı tərəfdə əks reaksiya yaradır. Əlbəttə, bu amillərin hər biri fərqli şəkildə təsir edir. Birinci və

ikinci halda situasiya düzgün qiymətləndirilmir və ona qeyri-adekvat reaksiya verir. Üçüncüdə tərəflərdən biri qarşı tərəfi nəzərə almadan situasiyanı həll etməyə çalışır. Sonuncu halda isə informasiya nəzərə alınmadan problemin həllinə çalışılır.

Göstərilən amillərin hamısında situasiyaya birtərəfli yanaşılır və bu da konfliktə səbəb olur. Çünki qarşı tərəfin nə deməsindən, necə davranmasından asılı olmayaraq səhv kimi qavranılır.

Təcrübə göstərir ki, ər və ya arvadın, eləcə də onlardan birinin ailə təsəvvürləri ilə reallıq arasında uyğunsuzluq olduqda bu, ər-arvad münasibətlərinə, böyüklükdə isə ailə mühitinə mənfi təsir göstərir. Eyni zamanda adamın özünün özünə də münasibətinə aid edilə bilər. Bu, özü haqqında səhv təsəvvürdən yaranır. Məsələn, ərin ailənin tələbatları haqqında adekvat olmayan təsəvvürləri və ya ailə üzvlərindən kiminsə davranış motivlərinin səhv başa düşülməsi buna misal ola bilər. Ola bilsin ki, arvadın bəyəndiyi şeyi ər xoşlamasın. Səbəb başqa motivlər də ola bilər. Misal üçün aşağıdakı nümunəyə nəzər salaq.

Arif və Kifayətin hər ikisinin 36 yaşı var. On beş ildir ki, ailəlidirlər. Psixoloqa müraciət etmələrinin səbəbi 12 və 14 yaşlı oğlanlarının davranışlarından narazılıqdır. Yeniyetmə oğlanlar bəzən evdən qaçırlar. Bu,

valideynləri çox narahat edir. Söhbət əsnasında məlum oldu ki, ilk baxışda hər şey qaydasındadır. Əslində isə onlar üçün artıq ailə mühiti darıxdırıcıdır. Açıq konflikt yoxdur. Əvəzində laqeydlik, biganəlik, hər şeyə marağın itməsi var. Ər-arvad münasibətləri də soyuqdur.

Kifayətlə Arif tələbə yoldaşı olublar. Universiteti bitirən kimi evlənilər. Kifayət danışır ki, ilk vaxtlar çox çətin idi.

– Evimiz yox idi. Maaşımız kirayə pulunu ödəməyə, yeməyə zorla çatırdı. Valideynlərimiz də kömək etmirdilər. Sonra uşaqlar oldu. Bir sözlə, çətinliklərimiz çox idi. Ariflə bir-birimizə kömək olur, çox çalışırıdık. Hər necə olsa yaxşı yaşamaq uğrunda birgə səy göstərirdik. Kasıb yaşadığımız vaxtlar mehribançılıq idi. Uşaqlara da diqqət, qayğı göstərirdik.

İndi hər şeyimiz-evimiz, maşınımız, yaxşı maaşımız var. Hesab edirik ki, problemlər arxada qalıb. İndi isə başqa problemlər meydana çıxıb. Elə bil ki, həyata marağımız itib.

Həm Arif, həm də Kifayət aktiv, enerjili insanlardır. Ailə həyatının ilk illərində onlar nəyin uğrunda gərgin şəkildə işlədiklərini bilir, həm də fəal şəkildə çalışırdılar. İstədiklərini əldə etdikdən sonra ümumi məqsəd və motiv yaranmadığından həyata, eləcə də bir-birlərinə maraq itib. Bir

sözlə aktivliklə passivlik arasında ziddiyyət yaranıb. Övladları ilə bağlı yaranan vəziyyət sanki onları yenedən ümumi məqsəd ətrafında birləşməyə sövq edib.

Təbii, onlara yeni məqsəd qoyub, fəal şəkildə çalışmaq tövsiyə olunur. Uşaqlara diqqət yetirmək, arzularını nəzərə almaq, ünsiyyət qurmaq, tövsiyə olundu. Az vaxtdan sonra problem həll olunmuş, hər şey qaydasına düşmüşdü.

Nümunə göstərilən ailə ilə bağlı problemin psixoloji təhlili göstərdi ki, ailə uzun illər hər şeyi məişət məsələləri, maddiyyat üzərində qurmuşdur.

İlk növbədə bizi ər və arvadın ailə təsəvvürləri maraqlandırır. Bunun üçün “Ehtimal” metodikasından istifadə etdik. Bu metodikaya görə ər və arvad ayrılıqda özləri və əks tərəf barədə düşüncələrini və bununla bağlı nəyi arzuladıqlarını danışirlar. Daha dəqiqi onlara təklif olunur ki, öz ailələrinə bənzəyən başqa ailəni təsvir etsinlər. Söhbətdən təxminən belə bir vəziyyət yaranır: “Ər fikirləşir ki, ilk baxışda ailədə hər şey qaydasındadır. Bununla belə o, narahatdır, özünü evdə pis hiss edir, darıxır. Eyni hissləri qadın da keçirir”.

Sual oluna bilər ki, ər və arvad sağlamdırlar, maddi problem yoxdur, kifayət qədər asudə vaxtları var və s. Bəs onda problem nədədir? Məlum

olur ki, ər və arvadın ailə təsəvvürləri fərqlidir və bu da səhv yanaşmaya səbəb olur. Onların özləri haqqında səhv təsəvvürləri ailə həyatında birbirilə sıx bağlı olan zəncirvari reaksiya vəziyyəti yaradır. Onların istəkləri özləri üçün çox da anlaşılmayan tələbatları ilə üst-üstə düşür. Digər bir hal əks tərəfin başa düşülməməsi, onun xüsusiyyətlərinin nəzərə alınması ilə bağlıdır. Bir çox hallarda səhv təsəvvürlər başqa adamların məsləhəti əsasında yaranır.

Ər-arvad münasibətlərində tez-tez rastlaşılan məsələlərdən biri də tərəflərin hər birinin yalnız özünü haqlı hesab etməsi ilə bağlıdır. Aydın məsələdir ki, bu vəziyyətin sonu mübahisə və münaqişə ilə nəticələnir. Belə vəziyyətdə tərəflərdən hər biri əks tərəfin mövqeyində heç bir səmərəli fikir, mülahizə görmür. Təkid edir ki, qarşı tərəf onun mövqeyi ilə razılaşsın.

Psixoloqa müraciət edən ər fikrini belə izah edir. “Nə cür mühakimə, fikir söyləməsinə baxmayaraq həyat yoldaşı həmişə hesab edir ki, o haqlıdır, ailənin digər üzvləri haqsızdır”.

Ər-arvad münasibətlərində baş verən belə neqativ vəziyyəti, onun baş vermə səbəblərini üç qrupa ayırmaq olar: a) xarakterdən irəli gələn (fikirləşmədən tez qərar qəbul etmək); b) situativ (qərar qəbul edərkən vəziyyətin nəzərə alınmaması və keç-

mişdə olanlara istinad olunması);
c) emosional-affektiv.

Bu deyilənlərdən görüldüyü kimi ailə həyatına, onun psixoloji mühitinə ailə haqqında ər və arvadın ailə təsəvvürləri, digər ailələrdə gördükləri, eləcə də ata evində formalaşmış stereotiplər əsaslı təsir edir. Bu zaman unudurlar ki, onların öz ailələrinə təsəvvürlərində yaratdıqları situasiyanı köçürmək əks effekt verir.

Psixoloji tədqiqatlar, eləcə də aparıldığı müəhədələr göstərir ki, ər və arvadın bir-birlərini, eləcə də onların övladlarını başa düşməsi ailənin xoşbəxtliyi, sabitliyi baxımından mühüm əhəmiyyət kəsb edir. Əksinə, ailə üzvlərinin bir-birlərini başa düşməməsi, fikir ayrılığı, mübahisə və s. ailənin uğursuz olmasının göstəricisidir.

Ər-arvad münasibətlərində davranış və ünsiyyət, qarşılıqlı anlaşma vacib şərtlərdəndir. Lakin təcrübə göstərir ki, bu göstərilənlər ilk baxışda görüldüyü qədər sadə məsələ deyil. Bir çox hallarda tərəflər ünsiyyət qurmaqda çətinlik çəkirlər. Psixoloqlar (İ.S.Kon, A.V.Petrovski, Ə.Ə.Əlizadə və b.) bunu kommunikasiya maneəsi adlandırırlar. Bura tərəflərdən birinin və ya hər ikisinin ünsiyyət tələbatının ödənilməməsi, lazımi informasiyanı verə bilməməsi çətinlikləri daxil edilir.

Kommunikasiya maneəsini öyrənmək üçün biz 58 qadınla anket sor-

ğusu keçirdik. Anket sorğusuna aşağıdakı sual qoyulmuşdu: “Təsəvvür edin ki, ərinizlə yol gedirsiniz və siz ağır çanta götürübsünüz. Ərinizin ağına gəlmir ki, sizə kömək etsin. Belə vəziyyətdə özünüzü necə aparardınız?” Sorğu keçirilənlərə təklif olundu ki, aşağıda göstərilən münasib bildikləri cavablardan birini seçə bilərlər:

- 1) deyərdim ki, kömək etsin;
- 2) heç nə deməzdim, lakin narazı qalardım;
- 3) eyham vurardım;
- 4) hansı bir yollasa çalışardım ki, özü başa düşsün;
- 5) əhəmiyyət verməzdim.

Sorğu keçirilənlərin 39,2%-i “Deyərdim ki, kömək etsin”, 27,3%-i “Heç nə deməzdim, lakin narazı qalardım”, 13,5%-i “Eyham vurardım”, 11,4%-i “Hansı bir yollasa çalışardım özü başa düşsün”, 8,6%-i “Əhəmiyyət verməzdim” cavabını seçdilər.

Hər beş suala cavab verənlərin motivləri fərqlidir. Eyni cavabı verənlərin də cavablarında fərqli motivlər özünü göstərir. Lakin sorğunu keçirməkdə məqsədimiz ər-arvad arasında kommunikasiya problemini öyrənmək olduğundan bizi daha çox ikinci və beşinci suallara verilən cavablar maraqlandırır. Cavablar ailədə kommunikasiya problemi yaradırmı? Cavablardan görüldüyü kimi bu cavabı verən qadınlar fiziki yükü daha üstün tuturlar, nəinki psixoloji. İkinci amil

isə ondan ibarətdir ki, tərəflərin ünsiyyət tələbatının ödənilməsi əks tərəfdən, yəni kişidən asılıdır. Üçüncü amil isə daha mürəkkəbdir. Ola bilsin ki, kişi arvadın vəziyyətini başa düşür, lakin qarşı tərəfin ona müraciət etməsini gözləyir. Bunun özü də kommunikasiya problemi ilə bağlıdır. Bütün bunlar isə kompleks halda ər və arvadın psixoloji xüsusiyyətlərindən, şəxsi keyfiyyətlərindən irəli gəlir. Məhz kommunikasiya çatışmazlığından yaranan vəziyyət ondan ibarətdir ki, kişi fikirləşir ki, qadın özü müraciət etsin, qadın isə fikirləşir ki, kişi özü başa düşməlidir.

Bütün bunların isə əsasında informasiya çatışmazlığı durur. Belə vəziyyətdə kommunikasiya təxəyyüldə baş verir. Bunun mahiyyəti ondan ibarətdir ki, kommunikasiya qıtlığı ilə üzləşən tərəf öz tələblərini, istəklərini fikrən çatdırır və maraqlısı odur ki, əks tərəfin cavabını da təxəyyülündə canlandırır. Burada əks tərəfin psixoloji xüsusiyyətləri, şəxsi keyfiyyətləri, ona münasibəti başlıca yer tutur. Fikrində götür-qoy edir ki, onun dediklərinə əks tərəfin reaksiyası necə olacaq. Bir çox hallarda ər (arvad) deyir: “Niyə mənə o vaxt heç nə demədin?” Əks tərəfin cavabı belə olur: “Fikirləşdim ki, mənə güləcək, ələ salacaqsan”.

Bu dialoqdan da görüldüyü kimi kommunikasiya fikrən baş tutur.

Fakt isə budur ki, ailədə vacib olan tələbat: sevgi, simpatiya, hörmət və s. ödənilmir. Belə ki, bu tələbat informasiya formasında çatdırılmır və ya qarşı tərəf onu başa düşə bilmir.

Bir sıra hallarda ər və arvad kommunikasiya çatışmazlığını istəmir, lakin onların xarakterindən irəli gələn fikirlər buna imkan vermir. Qadın istəyir ki, əri ona diqqət yetirsin, qayğı göstərsin. Lakin fikirləşir ki, bunları ərinə desə əri özünün üstün olduğunu düşünəcək və qadın özünü alçaldılmış hesab edəcək. Bir çox hallarda isə qadın qonşuların, qohumların ailəsindən danışır. Bununla ərinə təsir etməyə çalışır. Belə yanaşma ola bilsin ki, səhv təsəvvür yaratsın. Yəni o, fikirləşə bilər ki, qadın öz ailəsindən çox başqalarını düşünür. Belədə ər və arvadın qarşılıqlı münasibətləri, bir-birləri haqqında yanlış təsəvvür formalaşır.

Kommunikasiya baryeri artdıqca tərəflər öz mövqelərini çatdırmaqdan, ünsiyyət qurmaqdan uzaqlaşır. Bununla yanaşı, konflikt vəziyyəti güclənir. Burada mühüm olanı konfliktə səbəb olan amillərin aradan qaldırılmasıdır. Bəzən ilk baxışda ailənin psixoloji mühitinin pozulmasına heç bir səbəb yoxdur. Bir sıra hallarda isə psixoloji mühitinin pozulmasına ər-arvad yox, digər şəxslər səbəb olur. Əlbəttə, burada hansısa bir niyyət yoxdur. Əksinə, hesab edirlər ki,

bu ailənin sabitliyi, möhkəmliyi üçün lazımdır.

R.İ.Əliyev ailə həyatını obrazlı şəkildə teatr tamaşasına bənzədir: *“İlk əvvəl pyeslə tanışlıq başlayır. Əgər pyes bəyənilirsə, onun tamaşaya qoyulması qərarı verilir. Sonra rollar paylanır. Hər kəs ona verilən rolun sözlərini əzbərləyir. Məşqlər başlayır. Sonra sonuncu məşq. Və nəhayət, tamaşa qoyulur. Yeni toy”* [5, s. 127].

Göründüyü kimi, ailə həyatı mürəkkəb və çoxşaxəlidir. Onun necə inkişaf etməsinə, formalaşmasına çoxsaylı amillər təsir edir. Bu amillər pozitiv və ya neqativ ola bilər. Bura ər və arvadın hələ ailə qurmamışdan əvvəl öz ailələrində gördükləri, bəyənib – bəyənmədikləri vəziyyətlər, davranış tərzii təsir edir. Onların əsasında oğlan və qızın gələcək ailələri barədə təsəvvürləri formalaşır. İstəməz ər və arvadın ailə həyatına dair fərqli fikirləri olur. Tədricən hər iki tərəf bir-birlərindən nə gözlədiklərini anlayır, bir-birlərini başa düşürlər. Yəni yeni həyata adaptasiya olunurlar. Subaylıq vaxtı keçirdikləri həyat tərzinin bəzi tərəflərindən imtina etməli olurlar.

Növbəti mərhələ ailədə uşağın dünyaya gəlməsidir. Bununla bağlı həm yeni məsuliyyət yaranır, həm də qayğılar artır. Bu da öz növbəsində

ikili təsire malik olur. Bir tərəfdən sevinc hissi yaranırsa, digər tərəfdən mənfi təsirlər də meydana çıxır. Belə ki, qadın ərindən kömək gözləyir, digər tərəfdən kişi ona diqqətin azaldığını düşünür. Bütün bunlar kompleks şəkildə ər-arvad münasibətlərini, ailənin psixoloji mühitini yaradır, formalaşdırır. Ər-arvad əks tərəfin psixoloji xüsusiyyətlərini bilmədikdə və ya onu başa düşmək istəmədikdə problemlər meydana çıxır. Psixi gərginlik getdikcə artır. Ola bilsin ki, boşanma həddinə çatsın. Boşanma isə istənilən halda emosional və psixi gərginlikdir və o, heç vaxt izsiz ötürmür. Təbii ki, hər iki tərəf, ər-arvad ailənin sabitliyi, rahatlığı üçün çalışmalıdır. Bunun üçün bəzən öz istəklərinin hansındansa imtina etmək lazım gəlir. Bəzən ailədə çox kiçik bir problem böyük narazılığa səbəb olur. Yəni tərəflərdən hər biri yalnız özünün haqlı olduğunu düşünür və güzəştə getmək barədə fikirləşmir. Başqa bir halda isə tərəflərdən biri – ər və ya arvad ailədə sabitliyə, sakitliyə çalışır, bunun üçün güzəştə gedir. Lakin əks tərəfdə elə fikir yaranır ki, o çox vacib personadır. Beləcə, nəhayətdə ailə dağılmağa məhkum olur. İstənilən halda ər və arvad qəbul etməlidir ki, onların xoşbəxtliyi öz ailələrindədir.

Ədəbiyyat:

1. Babayeva, Ş.R. Sosial psixologiya: dərslik/Ş.R. Babayeva, M.F.Həsənova. Bakı: ADPU, 2019. 338 s.
2. Çələbiyev, N.Z. Ailə psixologiyası/N.Z.Çələbiyev. Bakı: Mütərcim, 2015, 416 s.
3. Əliyev, M.S. Psixologiyasının əsasları / M.S.Əliyev. Bakı: ADPU, 2017, 145 s.
4. Əliyev, R.İ. Mən. Atam-anam. Sevgilim və Övladlarım/ R.İ.Əliyev. Bakı: ADPU, 2019, 172 s.
5. Əlizadə, Ə.Ə. Psixopedaqogika/ Ə.Ə.Əlizadə, H.Ə.Əlizadə, S.H.Əlizadə. Bakı: Ekoprint, 2019, 368 s.
6. Həmzəyev, M.Ə. Ünsiyyətin psixologiyası/ M.Ə. Həmzəyev, S.F.Əmiraslanova. Bakı: Nurlan, 2007, 180 s.
7. Hüseynov, E.A. Ailənin psixoterapiyası/E.A.Hüseynov. Bakı: ADPU, 2021, 386 s.

**PSYCHOLOGICAL FACTORS INFLUENCING FOR
FAMILY WEDNESDAY**

Gular Mammadova

ABSTRACT

The psychological factors affecting the family environment were determined and included in the analysis are displayed in the article. It is said that the family environment itself has a very complex psychological structure and essence. These psychological points must be taken into account for the strength and continuity of the family. Studies show that it is impossible to bring the family environment to the desired level without eliminating the psychological factors that have a negative impact on the family environment. The practical surveys mentioned in the article suggest that although there are a number of social problems in the family, it is possible to easily overcome these difficulties with a healthy and positive

psychological environment. However, if there are psychological factors that cause conflict and misunderstandings between husband and wife, it is difficult to solve even the smallest social problem in the family. Both Azerbaijani and foreign psychologists rightly consider psychological factors as the most important factors affecting the family environment.

Məqalə ADPU-nun Ümumi psixologiya kafedrasının iclasında müzakirə edilərək çapa məsləhət görülmüşdür (protokol №6)

Rəyçi M.H. Mustafayev. psixologiya üzrə fəlsəfə doktoru.

Məqalə redaksiyaya 08 fevral 2023-cü ildə daxil olmuşdur.

TƏLƏBƏ GƏNCLƏRDƏ ETNİK PSIXOLOJİ PROBLEMLƏRİN TƏHLİLİ

Elşən Sadıqov

Bakı Dövlət Universiteti

Z.Xəlilov – 23, AZ1147

E-mail: elshan. sadiqov. es1966@gmail. com

Açar sözlər: etnik psixologiya, xalqların psixologiyası, milli ruh, tələbə gənclər, sosial-psixoloji problemlər

Key words: ethnic psychology, psychology of peoples, national spirit, student youth, socio-psychological problems, “psychology of nations”, “national character”, “national spirit”, “ethnic (eth)”

GİRİŞ

Müasir dövrdə millətlərin psixologiyası ilə psixologiyanın “etnik psixologiya” adlanan xüsusi bölməsi məşğul olur. İlk mərhələdə – müxtəlif xalqların mənəvi-mədəni xüsusiyyətlərini öyrənmək məqsədilə meydana çıxan bu psixologiya sahəsinin, XIX əsrin ikinci yarısından başlayaraq ilk ümumi terminləri meydana gəldi. Sözügedən terminlər qismində “xalqların psixologiyası”, “milli xarakter”, “milli ruh”, hətta “etnik (etnoqrafik) psixologiya” və s. kimi anlayışlar işlədilməyə başlandı. Etnopsixologiya real mövcud olan fenomen kimi konkret milli qrupların psixikasında, insan psixikasında ətraf nühitin dərk olunması, mənimsənilməsi, müxəlif obrazların yaranması ilə əlaqədar təsəvvürlər

sistemini araşdırır. Hər bir etnik birliyin öz milli və fərdi təsəvvürlər sistemi, dünyagörüşü vardır (5, s. 89).

Məqalədə tələbə gənclərin etnik psixoloji problemlərin həlli və gələcəkdə bu sahədə araşdırmaların aparılmasına diqqətin cəlb edilməsi ilə əlaqədar dəyərləndirmələr edilmişdir.

Belə bir zəmində qeyd etmək lazımdır ki, hər bir xalqın özünəməxsus etnik psixoloji xüsusiyyətləri və mədəniyyəti vardır. Bu etno-psixoloji xüsusiyyətlər isə şəxsiyyətin mənəvi inkişafına və mənəvi təkmilləşməsinə mühüm təsir göstərir. Etnik psixoloji xüsusiyyətlər və mədəniyyət müəyyən ictimai-tarixi şəraitdə insanların qarşılıqlı münasibətlərinin xarakterindən asılı olaraq formalaşır. Gənclər 14 yaşından 30 yaşına qədər

olan insanlar hesab edilir. Hər bir dövlətin ona məxsus gənclər siyasəti vardır. Dövlətin gənclər siyasəti sosial-iqtisadi, təşkilati, hüquqi tədbirlər sistemi kimi dövlət tərəfindən həyata keçirilir. Həmin siyasətin məqsədi gənclərin sosial, intellektual, yaradıcılıq qabiliyyətlərinin inkişaf etməsinə şərait yaradılması məqsədini daşıyır.

Belə bir zəmində qeyd etmək lazımdır ki, tələbə gənclərin etno-psixoloji problemləri və həmin problemlərin həlli ilə əlaqədar dəyərləndirmələr xüsusi aktualıq qazanan məsələlərdəndir.

Gənclik millətin gələcəyi, millətin müqəddəratıdır. Gənc nəslin dünyagörüşü, əxlaqi keyfiyyəti, onu əhatə edən mühitin qiymətləndirilməsi və dəyərləndirilməsi kriteriyaları, mövcud problemlərin həllinə yanaşması və s. bütünlükdə cəmiyyət tərəfindən gənclərdə formalaşdırılan baxışlar sistemi əsasında müəyyənləşir. Belə bir zəmində qeyd etmək lazımdır ki, hər bir millətin, etnosun formalaşmış mənəvi dəyərlər sisteminin qorunması və inkişaf etdirilməsində təhsil sisteminin rolu xüsusi yer tutur. Eyni zamanda bir sıra ictimai elm sahələrinin mütəxəssisləri, tarix, fəlsəfə sosiologiya, pedaqogika, psixologiya və digər elm sahələrinin mütəxəssisləri qeyd edilən problemə xüsusi diqqət yetirirlər. Bəhs edilən məsələ

ilə əlaqədar dünya ictimai-psixoloji fikir tarixində bir sıra tədqiqatçılar, məsələn, E.Erikson, A.Petrovski, L.Stolyar, L.Viqotski, Q.Andreyeva və b. araşdırma və müşahidələr aparmışlar. Azərbaycan ictimai-psixoloji fikrində M.M.Mehdizadə, F.Ə.İbrahimbəyov, C.A.Təhmasib, S.İ.Seyidov, Ə.S.Bayramov, Ə.Ə.Əlizadə, M.Ə.Həmzəyev, R.İ.Əliyev, Ə.T.Baxşəliyev və başqalarının qeyd edilən istiqamətdə araşdırmaları diqqəti cəlb edir (2, s. 51). Etnopsixoloji araşdırmaların kifayət qədər aparılmasına baxmayaraq sosial psixologiyada kifayət qədər az araşdırılan məsələlər vardır. Həmin məsələlər qismində etnopsixologiyanın mühüm məsələlərindən olan gənc nəslin, xüsusilə də tələbə gənclərin cəmiyyətdəki problemlərə münasibəti, həmin problemlərin həlli istiqamətində fikirləri, həmin fikirlərin formalaşmasına təsir edən amillər, bu amillər içərisində təhsil sisteminin yeri və rolu məsələsinin ciddi araşdırılmasına ehtiyac vardır.

Müvafiq olaraq bir qədər haşiyəyə çıxaraq qeyd etmək lazımdır ki, bərsində bəhs edilənlər eyni zamanda etnik mentalitetin formalaşması və formalaşdırılması məsələsi ilə bilavasitə bağlıdır. Ümumiyyətlə, etnik mentalitet bir-biri ilə qarşılıqlı əlaqədə olan baxışlar sistemi kimi etnosun psixologiyasının mühüm komponent-

lərindən biridir. Etnik mentalitet eyni zamanda etnosun psixologiyasının strukturu və inkişafında onun sabit dəyərlərə əsaslanmasında mühüm rol oynayır (Babayev M., Ostanov Ş.: 27). İnsan cəmiyyətinin daima inkişafda olması, o cümlədən etnik psixoloji problemlərlə əlaqədar çağlalaşır, haqqında təsəvvürlər sistemi də inkişaf edir. Müvafiq olaraq müasir Azərbaycan cəmiyyətində etno-psixoloji problemlərə və həmin problemlərin həlli ilə əlaqədar dəyərləndirmələrə diqqət yetirilməsi yerinə düşərdi.

Müasir dövrdə cəmiyyətdə etno-psixoloji problemlərlə əlaqədar dəyərləndirmələr.

Müasir dövrdə ali təhsil alan gənclərin qarşılaşdıqları əsas problemləri aşağıdakı kimi qruplaşdırmaq olar (<https://rt82.ru/az/documentation/socialnaya-politika-gosudarstva-v-otnoshenii-studenchestva-o-spezifike/>):

Sosial problemlər:

– Sosial problemlər içərisində, ilk növbədə, öyrənməyə, peşəkar həyata keçməyə münasibət sahəsindəki problemlər diqqəti cəlb edir. Bunlar aşağıdakılardır:

– Universiteti bitirdikdən sonra tələbənin, gələcəyin mütəxəssisinin yerinə yetirdiyi işin aldığı təhsil ilə uyğunsuzluğu;

– Təhsilin keyfiyyətinin və eyni zamanda universitet məzunlarının

əmək bazarında rəqabət qabiliyyətinin olmaması və aşağı düşməsi;

Tələbələrin maddi vəziyyətindəki problemlər:

– Tələbələrin maddi vəziyyətinin əksər hallarda bilavasitə onların valideynlərinin maddi vəziyyətindən asılı olması, bunun nəticəsində tələbənin təhsilinin uğuru valideynlərinin maddi imkanlarından asılıdır.

– Sözügedən problemlərin həll edilməsi üçün bir sıra tədbirləri həyata keçirmək lazımdır:

– Tələbələrin daha geniş və fəal surətdə tədqiqat fəaliyyəti dəstəkləməli, bunun üçün isə müvafiq məlumat bankı, təqaüd və qrant proqramları hazırlanmalıdır;

– Tələbə kreditlərinə müasir metodlar tətbiq edilməlidir;

– Gənclərin əmək birliklərinin, tələbə kollektivlərinin, gənclərin əmək birjalarının və gənclərin məşğulluğunun digər formalarının fəaliyyətinə cəlb edilməsinin təşkili;

– Əmək bazarında təşviq üçün zəruri olan gənclərin sosial bacarıqlarının inkişafı üçün təsirli proqramların həyata keçirilməsi.

Tələbə gənclərin ictimai və siyasi fəaliyyət sahəsindəki problemlər:

– Məlumat bazalarına tələb olunan səviyyədə giriş imkanının yoxluğu;

– iqtisadi şərtlərə uyğun qəbul edilmiş bir mühitin (real vəziyyətin

bütün aspektlərini əks etdirən qanunvericilik (ümumi qəbul edilmiş)) qərarının yoxluğu:

– Yuxarıda göstərilən problemlərin həlli üçün bir sıra istiqamətlər üzrə tədbirlərin həyata keçirilməsi tələb olunur.

– Tələbələrin fəal surətdə cəmiyyətin siyasi həyatına cəlb edilməsi;

– Tələbələrin ictimai və siyasi həyatının modeli olaraq universitetlərin tələbə şurasının işinin təşkil və təbliğ edilməsi;

– Tələbələrin gözləntilərini və ehtiyaclarını (sosial araşdırmalar, sorğular, anketlər) izləyərək universitetin korporativ imicinin formalaşdırması.

Deyilənlərlə yanaşı müasir gənclərin, o cümlədən tələbə gənclərin psixoloji problemləri də vardır. Tələbə heyəti, gəncliyin ayrılmaz bir hissəsi olmaqla, xüsusi həyat şərtləri, iş və həyat, sosial davranış və psixologiya və dəyər oriyentasiya sistemi ilə xarakterizə olunan xüsusi bir sosial qrupdur. Tələbələr istehsal sistemində müstəqil bir yer tutmur, tələbə statusu müvəqqəti xarakter daşıyır.

İndiki dövrdə ali məktəblərdə təhsil aldıkları dövrdə tələbələrin fiziki, psixi və reproduktiv sağlamlığı mühitin bir sıra amillərinin mənfi təsirinə məruz qalır. Ətraf mühit stereotiplərinin dəyişməsi, həddən artıq fiziki və psixoloji yüklənmələr psi-

xoloji gərginliyin artmasına səbəb olur. Eyni zamanda tələbələrin psixi sağlamlığına tələbə mühitində mövcud stressogen amillər də təsir göstərir. Bunlar bir tərəfdən informasiya gərginliyi, digər tərəfdən tədris yükünün qeyri-proporsional bölünməsi və vaxt çatışmazlığı, imtahan və sosial adaptasiya dövrü, gələcək peşədə özünümüəyyənləşdirmənin zəruriliyi və s. stresin yaranmasına gətirib çıxarır. Dərsə və istirahətə ayrılan vaxtın düzgün növbələşdirilməməsi frustrasiyaya, depressiyaya, psixovegetativ pozğunluqlara, nevroza və müxtəlif psixosomatik xəstəliklərin yaranmasına səbəb olur. Daha bir vacib məsələ kimi qeyd olunmalıdır ki, müasir dünyada insan cəmiyyətin yüksək ritimli axarı, şəhərlərin səs-küylü həyatı ilə əlaqədar tələbə gənclər digər sosial qruplar kimi daima stress yaşayır. Belə bir şəraitdə insanların psixofiziki sağlamlığı və rahatlığı məsələsi daha ciddi məzmun kəsb etməyə başlayır. İnsanların yaranmış şəraitə uyğunlaşması və adaptasiya olması vacib məsələyə çevrilməkdədir. İnsanların stressə davmalılığının yüksəldilməsi üçün müəyyən modellər də təklif edilir. Həmin modellər qismində R.Lazarusun stresin tranzakt modelini, Ç.Karver və M.Şeyerin özünü-tənzimləmə modelini göstərmək olar. Həmin modelə görə stres və keçirilən hisslər insanın ətraf

mühitlə qarşılıqlı əlaqəsinin nəticəsi kimi qiymətləndirilir. Bu modellərdə xüsusi davranış və koqnitiv üsullar vasitəsilə insanın imkanlarından üstün olan çətinliklərin aradan qaldırılması modelləri, davranış aktları irəli sürülür (Bızova V.: 2013 №2.).

Daha sonra vacib bir məsələ kimi qeyd olunmalıdır ki, stresin yaranması və onun fəsadları fərdin psixi sağlamlığı üçün ciddi təhlükədir. Xüsusən də bu, insan həyatının gənclik və tələbəlik dövrünə düşür. Tələbəlik dövrü emosional yaşantıların müxtəlifliyi ilə diqqəti cəlb edir və emosional yaşantılar həyat tərzində də öz əksini tapır. Gənclərdə fiziki və psixi qüvvələrinin tükənməzliyinə bir növ inam hissi vardır. Bu səbəbdən də onlar sağlamlıqlarının bir o qədər də qeydinə qalmırlar. İstirahət və relaksasiyaya məhdud vaxt ayırırlar. Tələbələrə əsas hədəfləri yeni sosial qrupa fəal üzv kimi daxil olmaq, nüfuz və yüksək status qazanmaq üçün davranışlarında sağlamlığa zərər vuran hallar ortaya çıxır, nikotin, alkoqol, narkotik kimi zərərli vasitələrdən istifadəyə meyil yaranır.

Göründüyü kimi, tələbələrə psixoloji dəstək sahəsində ciddi problemlər vardır. Sözügedən problemlərin həlli təkcə antistres proqramları ilə həll edilməsi mümkün deyildir və müvafiq tədirlərə ehtiyac vardır. Bunlar aşağıdakılardır:

– Ali məktəblərdə təhsilin bütün dövrlərində tələbələr arasında psixoloji problemlərin olması, bunun nəticəsində akademik göstəricilərin azalması, universitetdən çıxma hallarının qarşısının alınmasına cəhd göstərilməli;

– Tələbələrə psixoloji xidmət mütəxəssislərindən vaxtında yardım almaq imkanlarının olmaması aradan qaldırılmalı;

– Bu problemi həll etmək üçün universitetin ərazisində ən azı bir psixoloqun olmasını təşkil etmək zəruridir.

– Tələbə gənclərin ən ciddi problemlərindən biri sosial mühitə adaptasiya olunması ilə bağlıdır. Qeyd edilən problemi psixoloji problem kimi qeyd edirlər. Həmin problemin yaranmasının qarşısının alınması ilə əlaqədar psixokorreksiya işləri aparılır. Psixokorreksiya xüsusi tədbirlər kompleksi kimi, gənclərin psixikalarında, davranışlarında yaranmış pozuntuların aradan qaldırılmasına xidmət edir. Həmin tədbirlərdən daha çox diqqəti cəlb edən gənclərin fiziki məşğuliyyətlərinin (idmana cəlb edilməsi) təşkil edilməsidir. Gənclərin fiziki məşğuliyyətinin təşkili, onlarda kommunikativ keyfiyyətlərin yaranmasına, fiziki sağlamlığının yüksəlməsinə səbəb olur. Tələbə gənclərin fiziki hazırlığının yüksəldilməsinin təşkili, idmana cəlb edilməsi za-

manı bir sıra üsullardan istifadə edilməsi məqsədəuyğun olardı. Bunlar aşağıdakılardır:

– tədricən və daimi olaraq hazırlıq tapşırıqlarının mürəkkəbləşdirilməsi üsulu;

– tələbə gənclərdə qorxu və inamsızlıq hissənin aradan qaldırılması üçün mükafatlandırma üsulundan istifadə. Minimal müvəffəqiyyətin belə mükafatlandırılması, tələbələrə zəhmətsevərliyə, məqsədyönlü şəkildə fəaliyyət göstərməyə sövq edir;

– fəaliyyət növünün dəyişdirilməsi. Bu texnika tələbələrə zehni vuruğunun aradan qaldırılmasına xidmət edir.

Tələbə gənclərin bədən tərbiyəsi və idman yarışlarına cəlb edilməsi onlarda şəxsi xarakterli müsbət dəyişikliklərə səbəb olacaqdır (Xarşenko A., 2022. №6).

Daha sonra bir vacib məsələ xüsusi olaraq qeyd edilməlidir ki, indiki dövrdə etnopsixoloji araşdırmalarda üç əsas təmayül diqqəti cəlb edir. Birinci təmayül kimi mədəni rəlativizm təmayülü göstərilməlidir. Bu təmayüldə bütün mədəniyyətlər öz əhəmiyyəti və dəyərində görə bir-birə bərabər mədəniyyətlər hesab edilir. Etnosların psixoloji fərqləri bioloji amillər nəzərə alınmaqla etnomədəni dəyişkən fərqlərlə izah edilir. İkinci təmayül müqayisəli təmayül adlandırılır. Bu təmayüldə psixoloji

fenomenlər müqayisəli təhlil edilir. Üçüncü təmayül universalizm təmayülüdür. Bu təmayül üzrə araşdırma aparılanlar təməl psixoloji fenomenlərə əsaslanırlar. Araşdırmaçılar hesab edirlər ki, dil, mənsəə, adət ənənə, ideologiya etnosun müəyyənedici əlaməti kimi qəbul edilir (<https://knowledge.allbest.ru/psychology/2c0a65635b2ad68a5d53b89521216d370.html>). Göründüyü kimi, gənclərin etnopsixoloji araşdırmalara cəlb edilməsi vacib məsələlərdən birinə çevrilmişdir.

Ökə əhalisinin 31%-dən çox hissəsini təşkil edən gənclərin hərtərəfli inkişafı məqsədilə gənc nəslin nümayəndələrinin dövlət idarəçiliyi sistemində iştirakının həyata keçirilməsi, onların səmərəli məşğulluğunun təmin edilməsi, gənclərin potensialından dövlətimizin rifahı naminə istifadə olunması, eyni zamanda gənc nəslin etno-psixoloji problemlərin həlli istiqamətində araşdırmalara cəlb edilməsi müasir dövrün mühüm məsələlərindən biridir (Azərbaycanın ictimai həyatında gənclərin iştirakı: 3).

Müasir dövrdə tələbər gənc və güclü intellekt sahibi kimi xüsusi sosial qüvvə, sosial qrup kimi dəyərləndirilməlidir. Bu səbəbdən də sözügedən sosial qrupun intellektual qüvvəsindən, cəmiyyətdəki bir sıra problemlərin, o cümlədən etnopsixoloji problemlərin həllində istifadə edil-

məsi imkanları mövcuddur. Bunun üçün isə aşağıdakı vəzifələrin həll edilməsi məqsəduyğun sayılır:

– gənclərin hərtərəfli inkişafı üçün şərait yaradılmalı, mövcud imkanlar daha da genişləndirilməli (buraya gənc nəslin təhsil almaq, o, cümlədən ali təhsil almaq və gənclərin məşğulluq problemlərinin həlli məsələsi də daxildir;

– gənc nəslin rəqabətqabiliyyətli kadr kimi yetişməsinə, əmək bazarının tələblərinə cavab verən kadrlar kimi hazırlanmasına xüsusi diqqət yetirilməli;

– gənclərin məşğulluq imkanları artırılmalı, mülkiyyət formasından asılı olmayaraq müəssisə və təşkilatlara işə düzəlmələri üçün əlverişli şərait yaradılmalı;

– dövlət qulluğunda və idarəetmədə peşəkar və bilikli gənclərin sayı artırılmalı;

– gənc alim və tədqiqatçıların sosial təminatı gücləndirilməli və məişət problemləri həll edilməli;

– gənclər arasında sahibkarlıq inkişaf etdirilməli;

NƏTİCƏ

Yuxarıda deyilənlərlə yanaşı Azərbaycan cəmiyyətində bir sıra etnopsixoloji problemlər vardır ki, həmin problemlərin aradan qaldırılması zərurəti hiss olunur. Sözügedən problemlər qismində aşağıdakıları göstərmək olar:

– Azərbaycan məişətində erkən nikahlar;

– gənclərin vacib ictimai təşəbbüslərinin dəstəklənməsi üçün təşkilati, maddi və məlumatlandırma mexanizmləri inkişaf etdirilməli;

– gənclərdə müasir düşüncə tərzi formalaşdırılmalı, onların idarəetmə və tədqiqat yönü fəaliyyətə cəlb edilməli;

– gənclərin regionların sosial-iqtisadi və mədəni inkişafından bəhrələnməsi üçün tədbirlər həyata keçirilməli;

– gənclərin özünüidarə və iqtisadi baxımdan təminatmə bacarıqları inkişaf etdirilməli;

– gənclərin, o cümlədən gənc əlillərin sosial müdafiəsi gücləndirilməli;

– gənclər arasında zərərli vərdişlərin yayılmasına qarşı yönəlmiş fəaliyyətlərin dəstəklənməsi və inkişaf etdirilməli;

– gənclərin inkişafına istiqamətlanmış infrastruktur şəbəkəsi inkişaf etdirilməli.

– yaxın qohumlar arasında ailənikah münasibətlərinin qurulması;

– gender bərbərsizliyinin izlərinə hələ də rast gəlmək mümkündür. Qeyd edilən problemlər üzrə tələbə gənclərin təbliğedici və tədqiqatçı günlərindən istifadə edilməsi xüsusi əhəmiyyət daşıyır.

Ədəbiyyat:

1. Azərbaycanın ictimai həyatında gənclərin iştirakı, Sankt-Peterburq – Bakı , 2012 11 s.
2. Mehdiyeva K.N., Tələbə gənclərdə əxlaqi dəyərlərin formalaşdırılmasının psixoloji xüsusiyyətləri, Azərbaycan Dövlət Pedaqoji Universiteti musiqi, elm, mədəniyyət və təhsilin aktual problemləri. Bakı: 2019, №1, s. 50-54
3. Babayev M.M., Ostanov Ş.Ş. Этнический менталитет как компонент психологические. 2012, № 2., 27-29
4. Вызова В.М., Чикурова Е.И., Молутова М.Е. Етнопсихологические особенности совлеющего поведения (на примере русской узбекской молодежи // Вестник Санкт–Петербургского Университета. 2013, №2. с. 105-112. URL: [https://cyberleninka.ru/article/n/etnopsihologicheskie-osobennosti-sovladayuschego-pove-](https://cyberleninka.ru/article/n/etnopsihologicheskie-osobennosti-sovladayuschego-pove-deniya-na-primere-russkoy-i-uzbekskoy-molodezhi)
5. Крыско В.Г. Состояние и развития этнопсихологии в россии // Вестник. серия: Психология и педагогика. 2003 №1. с. 30-36
6. Харченко А.О. Решения Психологических проблем молодежи средствами физического воспитания // Актуальные проблемы психология и педагогика. 2003 №1. с. 19-25
7. (2022) №6. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/reshenie-psihiologicheskikh-problem-molodzhi-sredstvami-fizicheskogo-vozpitanija>
8. <https://rt82.ru/az/documentation/socialnaya-politika-gosudarstva-voznoshenii-studenchestva-o-spezifike/>
9. https://knowledge.allbest.ru/psychology/2c0a65635b2ad68a5d53b89521216d37_0.html

**ANALYSIS OF ETHNIC PSYCHOLOGICAL PROBLEMS
OF STUDENT YOUTH**

Elşən Sadıqov

ABSTRACT

In modern times, a special section of psychology called “ethnic psychology” deals with the psychology of nations. The first general terms of this field of psychology, which appeared in the initial stage - to study the spiritual and cultural characteristics of different peoples, appeared in the second half of the 19th century. The mentioned terms include “psychology of nations”, “national character”, “national spirit.

Məqalə BDU-nun Psixologiya kafedrasının iclasında müzakirə edilərək çapa məsləhət görülmüşdür (protokol №6)

Rəyçi R.V. Cabbarov. psixologiya elmləri doktoru, dosent.

Məqalə redaksiyaya 31 yanvar 2023-cü ildə daxil olmuşdur.

AQRESSİV DAVRANIŞIN FORMALAŞMASINA TƏSİR GÖSTƏRƏN AMİLLƏR VƏ ONUN ƏSAS TƏZAHÜR XÜSUSİYYƏTLƏRİ

Günəl Mahmudzadə

Odlar Yurdu Universiteti

Koroğlu Rəhimov küç. 2, indeks AZ 1008

E-mail:gunel_mahmudzade@mail. ru

Açar sözlər: aqressiya, aqressiv hərəkətlər, davranış, ətraf mühitin, insanlar.

Keywords: aggression, aggressive actions, behavior, environment, people.

GİRİŞ

Təcavüzkar davranışın xarakteri əsasən yaş xüsusiyyətləri ilə müəyyən edilir. Hər bir yaş mərhələsinin özünəməxsus inkişaf vəziyyəti var və fərd üçün müəyyən tələblər irəli sürür. Yaş tələblərinə uyğunlaşma tez-tez aqressiv davranışın müxtəlif təzahürləri ilə müşayiət olunur. Psixanalitik tədqiqatlar körpələrin, xüsusən də ehtiyaclarının kifayət qədər nəzərə alınmadığı vəziyyətlərdə böyük miqdarda qəzəbləndiyini göstərdi. O da məlum məsələdir ki, ana məhəbbətini özündə saxlamaq istəyən azyaşlı uşaqlar yeni doğulmuş bacı-qardaşlarına qarşı qəddar davranırlar.

İbtidai məktəb yaşında aqressiya daha çox zəif (“seçilmiş qurban”) şəxslərə münasibətdə istehza, təzyiq, söyüş və dava şəklində özünü gös-

tərir. Məktəblilərin bir-birinə qarşı aqressiv davranışının təzahürü bəzi hallarda ciddi problemə çevrilir. Müəllimlərin və valideynlərin bu cür davranışa kəskin mənfi reaksiyası çox vaxt nəinki uşaqların aqressivliyini azaltmır, əksinə, onu gücləndirir, çünki bu, sonuncunun gücünün və müstəqilliyinin dolaylı sübutu kimi xidmət edir. Buna baxmayaraq, uşaqları daha sosial cəhətdən təsdiqlənmiş davranış formalarını seçməyə təşviq edən müəllim, onun səlahiyyəti və aqressiv davranışa münasibətini açıq şəkildə ifadə etmək bacarığıdır. [2, s. 126].

Yeniyyətlik dövründə aqressiv davranışın spesifik xüsusiyyəti. Böyüklərin səlahiyyətlərinin dağılması fonunda bir qrup həmyaşından asılılığıdır. Bu yaşda aqressiv olmaq çox

vaxt “görünmək və ya güclü olmaq” deməkdir. Hər hansı bir yeniyetmə qrupunun lider tərəfindən dəstəklənən öz ritualları və mifləri var. Məsələn, qrup üzvlərinə daxil olma ritualları (və ya yeni gələnlərin sınaqları) geniş yayılmışdır. Qrupun (ümumilikdə yeniyetmə modası kimi) göz oxşayan “uniforması” da ritual xarakter daşıyır. Rituallar bir qrupa mənsubluq hissini artırır və yeniyetmələrə təhlükəsizlik hissi verir, miflər isə onların həyatının ideoloji əsasına çevrilir. Qrupdaxili və xarici təcavüzə haqq qazandırmaq üçün miflərdən geniş istifadə olunur. Beləliklə, məsələn, “qrupun üzvü olmayanlara” qarşı hər hansı zorakılıq təzahürü “onlar satqındırlar özümüzü qoruma lıyq hamının bizə hörmət etməsini təmin etməliyik” kimi təminatlarla əsaslandırılır. Qrup mifi ilə “mənəviləşən” zorakılıq yeniyetmələr tərəfindən güclərinin ifadəsi, qəhrəmanlıq və qrupa sədaqət kimi yaşanır. Eyni zamanda bəzi hallarda aqressiv davranışın təşəbbüskarları ayrı-ayrı yeniyetmələr – kənar, müxtəlif səbəblərdən uyğunlaşmayan və aqressivanın köməyi ilə özünü təsdiq etməyə cəhd edənlər ola bilər.

Beləliklə, aqressiv davranış uşaqlıq və yeniyetməlik dövründə olduqca yayğındır. Normalda qorxudan azad olur, öz maraqlarını müdafiə etməyə kömək edir, xarici təhlükələrdən

qoruyur və uyğunlaşmanı təşviq edir. Bu baxımdan iki növ aqressiyadan danışmaq olar: xoşxassəli-adaptiv və dağıdıcı-maladaptiv.

Ümumiyyətlə, uşağın və yeniyetmənin şəxsiyyətinin inkişafı üçün təhlükəli olan aqressiv təzahürlərin özləri deyil, onların nəticəsi və başqalarının yanlış reaksiyasıdır.

Yetkinlərdə aqressiv davranışın təzahürləri daha müxtəlifdir, çünki onlar əsasən fərdi xüsusiyyətləri ilə müəyyən edilir. Aqressiv davranışı gücləndirən fərdi-şəxsi xüsusiyyətlər adətən ictimai narazılıq qorxusu, əsəbilik, şübhə, qərəzlər (məsələn, milli), həmçinin təqsirkarlıq əvəzinə utanmaq meyli kimi xüsusiyyətlər hesab olunur. Zorakılığa meylin saxlanmasında insanın öz taleyinin (bəzən də başqa insanların taleyinin) yeganə sahibi olduğuna inamı, həmçinin aqressiyaya müsbət münasibəti (faydalı və ya normal bir hadisə kimi) mühüm rol oynaya bilər.

Xüsusi bir kateqoriyadan olan insanlardan – ya həddindən artıq tez-tez, ya da ekstremal formada aqressivlik nümayiş etdirən ekstremistlərdən danışa bilərik. Ekstremistlər, öz növbəsində, açıq şəkildə iki qrupa bölünürlər: azalmış və artan özünü idarə edənlər. Birincilər, zəif inkişaf etmiş məhdudlaşdırma mexanizmləri səbəbindən daim aqressiya nümayiş etdirməyə meyillidirlər, ikincilər

uzun müddət hətta güclü təxribatlarından çəkinə bilirlər, lakin daxili resurslar artıq tükəndikdə təcavüzün ekstremal formalarını (qəddar olanlara qədər) göstərirlər.

İnsanın aqressiv davranışına təsir edən başqa bir xüsusiyyət onun məyusluğa dözə bilməsidir. Bildiyiniz kimi, məyusluq bir ehtiyacın ödənilməsi və ya məqsədə çatmaq yolunda bir maneənin yaratdığı vəziyyət kimi başa düşülür. Bəzi müəlliflər məyusluğun aqressiv davranışın əsas səbəblərindən biri hesab edirlər. Ümumiyyətlə, məyusluq çox yaygın bir fenomendir və insanlar onunla mübarizə aparmaq qabiliyyətinə görə çox fərqlidirlər. Əgər aqressiv davranış məyusluğun aradan qaldırılmasına uğurla kömək edərsə, o zaman öyrənmə qanunlarına uyğun olaraq onun artması ehtimalı var. Bundan əlavə, bir insanın məyusluğa qarşı həssaslığı artarsa, həmçinin məyusluğu aradan qaldırmaq üçün sosial cəhətdən məqbul yollar inkişaf etdirməsə, problemlər yarana bilər.

Müşahidə yolu ilə aqressiv davranışın formalaşması bir neçə şəraitdə mümkündür. Birincisi, gördükləriniz real görünməli və tutmalıdır. İkincisi, gördükləriniz aqressiya kimi qəbul edilməlidir. Üçüncüsü, aqressiya o zaman qəbul edilir ki, tamaşaçı təcavüzkarı eyniləşdirir və konkret şəxs üçün potensial təcavüz obyektini

filmdə təcavüz qurbanı ilə əlaqələndirilir. Öyrənmənin növbəti fundamental şərti ondan ibarətdir ki, aqressiya nəticəsində qəhrəman məqsədə çatır və ya tamaşaçı üçün mənalı olan həzz alır. [4, s. 126].

Ümumiyyətlə, zorakılıq səhnələrinə baxmaq böyüklərin əksəriyyətinə nəzərdə tutulan birbaşa mənfi təsir göstərmir, çünki qavrayışın özü daxili və xarici şərtlərin birləşməsi ilə müəyyən edilir. İnsanların zorakılıq səhnələrinə reaksiyaları çox fərqli ola bilər: ikrah, rədd etmə, virtuallaşdırma (təsvir olunan hadisələrin qeyri-real kimi qəbul edilməsi), yalnız bəzi hallarda heyranlıq və ya təqlid etmək istəyi. Buna baxmayaraq, medianın uşaq və yeniyetmələrin inkişafına mənfi təsiri ədalətli narahatlıq doğurur və xüsusi araşdırma tələb edir.

Kütləvi informasiya vasitələrinin şəxsiyyətin davranışına təsiri tam aydın olmasa da, hazırda ailə aqressiv davranışın formalaşmasının əsas sosial mənbəyi kimi tanınır. Məlumdur ki, təcavüz təkcə düşmənlərə, yadlara və ya rəqiblərə qarşı təzahür etmir. Psixoloji və ya fiziki zorakılıq bir çox ailələr üçün qeyri-adi haldır.

Uşağın aqressiv davranışının formalaşmasına müxtəlif ailə amilləri təsir göstərir, məsələn, ailə birliyinin aşağı səviyyədə olması, münaqişələr, valideynlərlə uşaq arasında kifayət qədər yaxınlığın olmaması, uşaqlar

arasında xoşagəlməz münasibətlər, qeyri-adekvat ailə tərbiyə tərzini.

Beləliklə, daxili və xarici amillərin əlverişsiz təsiri altında aqressiv cazibə, həqiqətən, sosial təhlükəli formalara qədər aqressivlik və davamlı destruktiv davranış formalarını alır. Ancaq aqressiya mənfi nəticələrə səbəb olmamalıdır. Məsələn, o, nəinki getdikcə daha çox yeni obyektlərə keçə bilər, həm də müxtəlif fəaliyyət formalarında – işdə, təhsildə, idmanda, rəhbərlikdə və s.

Aydındır ki, adətən, aqressiya müdafiə xarakteri daşıyır və sağ qalmağa xidmət edir. O, həm də şəxsiyyətin fəaliyyətinin, onun yaradıcı potensialının və nailiyyətlərə can atmasının mənbəyi kimi çıxış edir. İnsan aqressiyanın müxtəlif təzahürlərini tanıya, aqressiyanı sosial cəhətdən məqbul formalarda ifadə edə, nəhayət, başqalarına və ya özünə qarşı zorakılıqdan qaça bilər. Öz aqressiyasının taleyi hər bir yetkin insanın şəxsi seçimidir və aqressiyanı mənimləmək vəzifəsi ümumiyyətlə ən çətin psixoloji vəzifələrdən biridir.

Xarici psixologiyada insan aqressiyasının mahiyyətini və mənşəyini izah edən ən geniş yayılmış nəzəriyyələrdən biri də məyusluq nəzəriyyəsidir. Təcavüz probleminin frustasiya nəzəriyyəsi nöqtəyindən öyrənilməsi müasir cəmiyyətdə insan aqressiyasının əsas amillərinin

və mexanizmlərinin öyrənilməsi üçün mühüm əhəmiyyət kəsb edir. Frustasiya nəzəriyyəsinə görə, aqressiya, məqsədə çatmaq yolunda əngəl törədən və məyusluq vəziyyətinə səbəb olan aşılmaz maneələr adlanan incidənlərin fəaliyyətinin nəticəsidir.

Əksər tədqiqatlar aqressiv davranışın tamamilə aradan qaldırılmasının qeyri-mümkünlüyünə işarə edir. Psixologiya öz tədqiqatında, qismən aqressiv, qismən libidinal olan, insanın doğulduğu andan praktiki olaraq özünü göstərən obyektlərlə yüksək differensiallaşdırılmış münasibətlərin böyük dəyişkənliyinə dəlil görür. Aqressiya hər bir uşağın psixi həyatında mütləq mövcud olan normal bir hadisə hesab olunur. Narahatlıq və qəzəb, bəzən sevgi kimi nifrət də eyni insandan qaynaqlanır. Nəticədə ağırlıq münasibətlər qaçılmazdır. Sevilən bir insana yönəlmiş qəzəb və düşmənçilik meyilləri yatırılma, yönləndirilə (köçürülə bilər), başqalarına yönəldilə bilər. [3, s. 336].

E.Fromm aqressiyanın bir neçə növünü fərqləndirir:

1. Xoşxassəli (bioloji cəhətdən uyğunlaşan, həyatı təmin edən).
2. Bədxassəli təcavüz (həyatın qorunması ilə əlaqəli deyil).
3. Psevdoaqressiya (qəsdən olmayan, müdafiə xarakterli, oynaq və iddialı aqressiya daxildir).

Xeyirxah aqressiya təmin edir:

- körpənin xarici dünyaya müraciəti və onun içində qalmasına kömək edir;
- dəyişən mühitdə bədəndə homeostatik tarazlığın qorunması və ya bərpası;
- qeyri-qənaətbəxş obyekt münasibətlərinin narahatedici nəticələrinin azaldılması;
- muxtariyyət; arzu olunan məmnunluq səviyyəsinə maneələrin aradan qaldırılması;
- dərin ağrı və ya məyusluq mənbəyinin aradan qaldırılması və ya məhv edilməsi;
- yenidən birləşmə və ayrılığın qarşısının alınması.

Təsvir edilən tendensiyalar, uşağın qorunduğunu hiss etdiyi təhlükəsizlik meyarına daxildir. Aqressiv davranış onları təmin etmək mümkün olmadıqda güclənir və dağıdıcı davranışa gətirib çıxarır.

Yuxarıdakı alimlərin fikrincə, aqressiya insanın həyatı maraqlarına qarşı təhlükəyə genetik olaraq proqramlaşdırılmış reaksiya olduğundan, onun bioloji əsasını dəyişdirmək olmaz.

Aqressiyaya səbəb olan amillərin mahiyyətini təhlil edərək onları iki böyük qrupa bölmək olar: fərdi-şəxsi və xarici sosial-psixoloji amillər.

Aqressiyaya səbəb olan xarici amillərdən danışarkən, ilk növbədə, insan mühitinin mənfi amillərinin, məsələn, səs-küy, su və havanın çirk-

lənməsi, temperaturun dəyişməsi, böyük izdiham, şəxsi məkana müdaxilə və s. Bu mövzu ilə R.Baron, D.Zilman, K.Loo, C.Karlsmit, C.Müller, C.Fridman, X.Holdin və başqaları məşğul olurlar. Alkoqol və narkotik kimi amillərin rolu ilə bağlı suallar bu sahədə araşdırmalarda müəyyən yer tutur. Burada A.Armenti, R.Boyatjiz, X.Kappel, C.Karpenter, D.Kapasso, K.Leonard və S.Taylorun əsərlərini qeyd etmək olar.

Yeniyetmələrin qrup mənsubiyyəti, medianın təsiri, kino və kompüter oyunlarında qəddarlıq, sosial şəbəkələrdə davranış kimi mühüm sosial amillər öyrənilmişdir. Aparılan tədqiqatlar bu amillərdən birbaşa asılılığı aşkar etməyib. Bütün tədqiqatlarda əsas xüsusiyyət əhəmiyyətli yetkinlərin rolu, sadalanan amillərə münasibəti, məlumatdan istifadə etmək və baş verənləri izah etmək bacarığı idi. Beləliklə, tərbiyənin təsiri, ailə münasibətlərinin üslubu kimi sosial amillər ön plana çıxır.

Uşaq və yeniyetmə davranışını tənzimləyən sosial normaların əksəriyyətini onlar üçün əhəmiyyətli olan insanları təqlid etmək nəticəsində öyrənirlər. A.Bandura uşaqların valideynlərindən asılılığının əhəmiyyətini təsvir edir ki, bu da onları təqlid etmək istəyi ilə nəticələnir və belə nəticəyə gəlir ki, asılılığın olmadığı şəraitdə münasibətlər aqressiv hisslər

mənbəyidir və eyni zamanda onların idarə etmək imkanlarını məhdudlaşdırır. Onun asılılıq konsepsiyası ananın ikinci dərəcəli möhkəmləndirmə dəyərini necə əldə etdiyinə (uşağa qulluq prosesində) əsaslanır. Bəzən onun sadəcə varlığı özünü rahat hiss etmək üçün kifayətdir.

Bundan əlavə, “asılılıq anlayışı bağlılıq anlayışının ifadə etdiyinin tam əksi olan dəyər mənasına malikdir. Bir insanı aludəçi kimi təsvir etmək alçaltmaq mənasını daşısa da, bir insanı kiməsə bağlı kimi təsvir etmək bəyənmə ifadəsi ola bilər. Əksinə, əgər insan şəxsi münasibətlərində yadlaşarsa, bu, adətən, heyran olmaqdan uzaq bir xüsusiyyət kimi görünür. Bağlılıq davranışının yaşamaq üçün verdiyi dəyərin dərk edilməməsini əks etdirən aludəçilik anlayışındakı aşağılayıcı element onun klinik istifadəsi üçün ölümcül zəiflik hesab olunur”. Beləliklə, Con Bloubi sosial münasibətlərdə emosional komponentin əhəmiyyətinə, onun həyat boyu insan davranışlarına, o cümlədən aqressiv davranışlara təsirinə diqqət çəkir.

Yeniyyətmələrin aqressivliyinə təsir edən digər amili Yu.B.Mojginski. Bir çox səhvlər aqressiv davranışın yanlış təfsirinə görə yaranır. Təcavüzün ağır forması üçün uşağın müəyyən bir vəziyyətə normal reaksiyaları alınır. Aqressiyanın bəzən ağrılı

əzası olur, lakin valideynlər və müəllimlər bunu lazımınca qiymətləndirmirlər. Çox vaxt böyüklər mühiti qeyd-şərtsiz mənfi bir fenomen kimi təqdim olunan aqressivliyin səthi şərhindən irəli gəlir. Aqressiv davranışın müəyyən edilməsi və onun vaxtında düzəldilməsi çox vaxt valideynlərin özləri tərəfindən çətin olur, onlar da öz növbəsində uşağında aqressiv təzahürləri görməkdən imtina edirlər.

Çətin sosial-iqtisadi vəziyyət, ailə tərbiyəsinə fərqli yanaşmalar, zorakılıq kultunu mütəmadi olaraq təbliğ edən kino və video sənayesi və bir sıra digər amillər gənc nəslin şəxsi inkişafında və davranışında müxtəlif sapmaların artmasına səbəb olur. Yetkinlik yaşına çatmayanlar arasında cinayətkarlıq dalğasının artması və aqressiv davranış formalarına meyilli uşaqların sayının artması xüsusi narahatlıq doğurur. Yaxın gələcəkdə bəşəriyyətin mübahisəli məsələlərin həlli üçün güc tətbiqindən əl çəkəcəyinə inanmaq mümkün deyil. Ona görə də münaqişələrin qarşısının alınması deyil, onların idarə olunması ön plana çıxır. [5, s. 16].

Aqressiya müasir psixologiyanın ən mühüm problemlərindən biridir. İstər ölkəmizdə, istərsə də xaricdə çoxlu sayda psixoloji əsərlərin mövzudur. Yeniyyətməlik bütün orqanizmin yenidən qurulması dövrüdür.

Nisbi qısa müddətə (14 ildən 18 ilə qədər) baxmayaraq, bu, əsasən bir insanın bütün gələcək həyatını müəyyən edir. Yeniyetməlik dövründə inkişafın bioloji xüsusiyyətlərinin qanunauyğunluqlarının nəzərə alınması uşaq tipindən böyüyə qədər bütün bədən sistemlərinin inkişafında əsaslı dəyişikliklərin olduğunu göstərir. Yeniyetməlik dövrünün ilkin mərhələlərində xüsusilə kəskin olan belə bir restrukturizasiya köhnə qurulmuş sabit sistemləri zəiflədir və bu, yeniyetmə orqanizminin fəaliyyətinin repressiv xüsusiyyətlərinə səbəb olur. Erkən yeniyetməlik inkişafın müvəqqəti geriləməsi kimi yeniyetmə davranışının bir çox psixoloji xüsusiyyətlərini də müəyyən edir.

Daxili psixologiyada aqressiv davranış probleminin tədqiqi göstərdi ki, təcavüzün təzahürü ilə aşağıdakı amillər əlaqələndirilir:

1. Hüquq və imtiyazlar uğrunda rəqabət mühitinin hökm sürdüyü cəmiyyətin sosial-iqtisadi və siyasi təşkilatı.

2. İnsan hissələrini qeyri-insaniləşdirən sosial şəraitin müəyyən etdiyi mənəvi davranış formaları. Bu vəziyyətdə aqressiya təbliğ olunan ideallar və dəyərlərlə faktiki təzahür edən bir insana qarşı laqeydlik və amansız münasibət arasında açıq bir ziddiyyətin nəticəsi ola bilər. Humanizm çağırışlarının deklarativ xa-

rakteri insanda xeyir və şər, atrofiya anlayışlarının sərhədlərini bulandırır.

3. Mikromühitin şəraiti, yəni ailə, qohumluq mühiti və tanışların və həmyaşdaların mühiti. Onlar tez-tez aqressiv davranışa səbəb olan arxaik baxışları və gündəlik davranış vərdişlərini qəbul edirlər. Eyni zamanda uşaqlarda, kiçik məktəblilərdə və yeniyetmələrdə aqressiya əsasən mikromühitin birbaşa təsirindən, yeniyetmə və yetkinlik dövründə isə daha mürəkkəb münasibətlərdən asılıdır.

4. Erkən uşaqlıqdan hərəkətlərin aqressiv stereotipinin qondarma instrumental aqressiyanı inkişaf etdirən subyektin davranış reaksiyalarının arsenalına daxil olmasına töhfə verən təhsilin təbiəti və sistemi.

5. Aqressiyanın təzahürünün orijinallığını müəyyən edən əsas amillərdən biri olan yaş və fərdi psixoloji xüsusiyyətlər, çünki insanların psixi fəaliyyətində əsas fərqləri müəyyən edir. Ətraf mühitin qavranılması və qiymətləndirilməsinin spesifikliyi, daxili təcürbələrin və emosional reaksiyaların xarakteri, hərəkətlərin və fəaliyyətlərin motivasiyası onlardan asılıdır.

6. Somatik problemlər, zəif sağlamlıq, ruhi xəstəlik, eləcə də fiziki ekoloji şəraitin astenizator təsiri.

7. Alkoqol və narkotiklərin spesifik təsiri.

Yeniyetmələrin aqressiv hərəkətlərini izah etmək cəhdləri təkcə gün-

dəlik şüurda deyil, həm də peşəkar dairələrdə, bir çox nəzəri anlayışlarda aqressivlik fenomeninin çox ziddiyyətli şərhlər alması ilə əngəllənir. Koqnitiv-davranış konsepsiyası çərçivəsində yeniyetmə aqressiyası konkret sosial öyrənmənin nəticəsi kimi qəbul edilir. Eyni zamanda aqressiv davranışın inkişafı və möhkəmlənməsi üçün əsasların, ilk növbədə, valideynlərin uşaqlarını həyatın ilk illərində və sonrakı dövrlərində, o cümlədən yeniyetməlik dövründə düzgün tərbiyə etmə tərzində axtarmaq lazımdır.

Ailə risk faktorlarını üç qrupa bölmək olar:

- valideynlərin özlərinin psixoloji sağlamlığının pozulması və ilk növbədə onların narahatlığının artması;
- uşağın tərbiyəsinin qeyri-adekvat üslubu, ilk növbədə, həddindən artıq müdafiə və ya həddindən artıq nəzarət;
- Ailənin fəaliyyət mexanizmlərinin pozulması, valideynlər arasında münaqişələr və ya valideynlərdən birinin olmaması.

Beləliklə, aqressiv davranışın formalaşma mənbələri müxtəlifdir. Ətraf mühitin, medianın təsiri, orqanizmin bioloji qoruyucu funksiyaları, insanların sosial qarşılıqlı əlaqələri, ailə münasibətləri, davranış reaksiyaları, situasiyalardan xəbərdar olmaq,

arzu olunan və real olan arasında uyğunsuzluq – bütün bunlar davranış nümunələrinin müxtəlif təzahürlərinə səbəb olur. [1s. 60-67].

Kurikulumun artırılması, məktəb kurikulumunun genişləndirilməsi müasir yeniyetmənin vaxtının əhəmiyyətli hissəsini məktəbdə keçirməsinə səbəb olmuşdur. On ildir ki, məktəb uşağın inkişafında fəal iştirak edir. Onun təsiri hər hansı bir təhsil sistemi üçün ümumi məqsədə çatmağa yönəlmişdir ki, bu da şəxsiyyəti tərbiyə etmək, tərbiyə etmək və inkişaf etdirməkdir. Bu, həm təhsil fəaliyyəti zamanı (dərslər, sinif saatları, dərslərdən kənar işlər), həm də ixtisaslaşdırılmış psixoloji dərslərdə həyata keçirilə bilər.

Yeni formalar arasında getdikcə daha çox peşəkar psixoloqlar tərəfindən istifadə olunan sosial-psixoloji təlim adlanmalıdır. Təlimin sübuta əsaslanan fərdi formaları 20-ci əsrin əvvəllərində meydana çıxmağa başladı. nəzəri biliklərin öyrədilməsinin nəticələrinə qoyulan məhdudiyyətlərin aradan qaldırılması və əmək bacarıqlarının “təhlükəsiz” mənimsənilməsi vasitəsi kimi.

Aqressiv davranış formalarına meyilli uşaqlar təkcə müəllimlər və psixoloqlar üçün deyil, bütövlükdə cəmiyyət üçün problemdir. Bu neqativ halla əlaqədar məktəb yeniyetmələrdə aqressiv davranışın təzahürünün

psixoloji xüsusiyyətlərinin öyrənilməsi vəzifəsini qarşıya qoyur. Aqressiv yeniyetmə təkcə başqalarına deyil, özünə də çoxlu problemlər gətirir.

Aqressiv davranış başqa bir şəxsə və ya qrupa psixoloji və ya fiziki zərər vurmağa yönəlmiş davranış formalarından biridir. Bu davranış hər bir insana xasdır və onun təzahür dərəcəsi şəxsiyyətlərarası ünsiyyətimizə, sosial uyğunlaşmamıza təsir göstərə bilər. Və bu sahələrdə problemlərin qarşısını almaq üçün aqressiv davranışın şəxsi xüsusiyyətlərini idarə etməyi bacarmalıyıq.

Müasir dünyada insanların davranışlarında aqressiyanın təzahürü, zorakılığın, qəddarlığın artması ən aktual problemlərdən biridir. Aqressiv davranışın ən çox görülən təzahürləri bunlardır: böhtan, səsin tonunu və həcmi yüksəltmək, affektivlik (mənfi emosiyaların şiddətli təzahürü), mənfi qiymətləndirmə, təhqirlər, hədələr, fiziki güc və silahdan istifadə. Ünsiyyətdən qaçmaq, qəsdən hərəkətsizlik, özünə zərər vurmaq aqressiyanın gizli təzahürləridir.

Uşaqlıqdan başlayaraq uşaqlarda aqressiv davranışın təzahürlərini görə bilərik. Bu, qışqırmaq, dişləmə və təpiklə müşayiət olunan qəzəb və ya qəzəb partlayışları kimi özünü göstərə bilər. Psixoloq İ.Yu.Kulagina iddia edir ki, bu yaşda valideynə əl yelələmək, əgər onu xoşagəlməz hala

salırsa, norma hesab olunur, çünki uşaqlarda müstəqillik istəyi yaranır.

Uşaq aqressiyanın təzahürlərinin əsas səbəbləri bunlardır:

– həmyaşdalarının diqqətini cəlb etmək istəyi;

– arzu olunan nəticəni əldə etmək istəyi;

– lider olmaq arzusu;

– müdafiə və qisas;

– öz üstünlüyünü vurğulamaq üçün başqasının ləyaqətinə toxunmaq istəyi.

Uşaqların aqressivliyi böyükələr üçün də xarakterik olan iki formada özünü göstərir: dağıdıcı olmayan aqressivlik və düşməncəsinə destruktivlik. Birincisi – istəkləri təmin edir, məqsədə çatmağa kömək edir. Bu, həm də uşağa öz hüquq və mənafelərini qorumağa kömək edir, uşağa özünə inam yaradır. İkincisi, düşmənçilik davranışdır ki, bunun nəticəsi başqa bir insana qəsdən ağrı vermək və bundan həzz almaqdır.

Yeniyetməlik dövründə aqressiv davranışın səbəblərini anlamaq üçün bu dövrün xüsusiyyətlərini öyrənmək lazımdır. Araşdırmalarımızda biz dəfələrlə qeyd etmişik ki, yeniyetmədə aqressiv davranışa meylin formalaşmasına bir çox səbəblər təsir edir: ailədəki psixoloji vəziyyət və yanlış tərbiyə tərzi, fərdin davranışına təsir edən yeniyetməlik dövrünün xüsusiyyətləri, fərdi və genetik xüsusiyyətlərin şəxsi xüsusiyyətləri, media, qrup həmyaşdaları.

Məlumdur ki, yeniyetməlik bizim davranışımıza daha da təsir edən şəxsi xüsusiyyətlərin sabitləşdiyi bir dövrdür. Öz növbəsində, bu şəxsi xüsusiyyətlər müasir cəmiyyətdə iqtisadiyyatın çətin dövrlərində və sosial-siyasi gərginliyin artması ilə formalaşır, uzun müddət davam edən ye-

niyetmə problemləri – valideynlər, həmyaşidlara ünsiyyət, yetkinlik hissinin yaranması ilə birləşir. “Mən anlayışı”nın formalaşması. Bütün bunlar şüurun yenidən qurulmasını, fərdin şəxsiyyət-psixoloji xüsusiyyətlərinin yenidən qiymətləndirilməsini müəyyən edir.

NƏTİCƏ

Son onilliklərdə gənc nəsil tərəfindən insanlara qarşı xüsusi qəddarlıqla əlaqəli zorakılıq hərəkətləri artmışdır. Çox vaxt cəmiyyətdə aqressiv toqquşmaların səbəbləri kimi sosial və siyasi həyatın amilləri hesab olunur, lakin şəxsi xüsusiyyətlər heç də az əhəmiyyət kəsb etmir ki, bu da müəyyən şəraitdə nəzarətsiz aqressivaya səbəb ola bilər. Beləliklə, aqressiv davranış insanın fərdi həyatının

və cəmiyyətin həyatının ayrılmaz hissəsidir. Bu, əxlaqi-hüquqi normaların hüdudlarını aşaraq dağıdıcı, insanın şəxsiyyətini məhv edən və başqaları üçün təhlükə yarada bilər. Eyni zamanda fərdlər, qruplar, icmalar və bütöv dövlətlər öz maraqlarını qorumaq, hüquqları uğrunda mübarizə aparmaq, məqsədlərinə çatmaq üçün aqressiv davranış vasitələrindən istifadə edirlər.

Ədəbiyyat:

1. Басс, А.Г. Психология агрессии / А.Г.Басс // *Вопр. психологии.* – 1967. – № 3. – С. 60–67.
2. Нравственность. Агрессия. Справедливость / Под ред. А.М.Матюшкина. – М., 1992. – 126 с.
3. Крэйхи, К. Социальная психология агрессии / К.Крэйхи. – СПб. : Питер, 2003. – 336 с.
4. Нравственность. Агрессия. Справедливость / Под ред. А.М.Матюшкина. – М., 1992. – 126 с.
5. Семенюк, Л.М. Психологическая сущность агрессивности и ее проявления у детей подросткового возраста: Метод. рекомендации в помощь педагогам-практикам / Л.М.Семенюк. – М., 1991. – 16 с.
6. Фромм, Э. Анатомия человеческой деструктивности / Э.Фромм. – М., 1994. – 246 с.

**FACTORS AFFECTING THE FORMATION
OF AGGRESSIVE BEHAVIOR AND ITS
MAIN MANIFESTATIONS**

Günəl Mahmudzadə

ABSTRACT

The sources of formation of aggressive behavior are various. The influence of the environment, the media, the biological protective functions of the organism, social interactions of people, family relations, behavioral reactions, being aware of situations, inconsistency between the desired and the real – all these lead to various manifestations of behavioral patterns. Aggressive behavior is an integral part of a person's individual life and the life of society. This exceeds the limits of moral and legal norms, can be destructive, destroy a person's personality and create danger for others. At the same time, individuals, groups, communities and entire states use aggressive means of behavior to protect their interests, fight for their rights, and achieve their goals.

Məqalə Odlar Yurdu Universitetinin "Psixologiya, pedaqogika və sosial fənlər" kafedrasının iclasında müzakirə edilərək çapa məsləhət görülmüşdür. (Protokol №10)

Rəyçi H.Ə.Əlizadə, pedaqoji elmlər doktoru, professor.

Məqalə redaksiyaya 12 yanvar 2023-cü ildə daxil olmuşdur.

YENİYETMƏLƏRİN FƏRDİ PSIXOLOJİ XÜSUSİYYƏTLƏRİ İLƏ MÜNAQİŞƏDƏ DAVRANIŞ STRATEGİYALARI ARASINDA ƏLAQƏ

Aysel Babayeva

Odlar Yurdu Unuversiteti

Koroğlu Rəhimov küç. 2, indeks AZ 1008

E-mail: babayeva. aysel. 99 @gmail. com

Açar sözlər: yeniyetmə, psixoloji, şəxsiyyət, böhran, münaqişə və s.

Keywords: adolescent, psychological, identity, crisis, conflict, etc.

GİRİŞ

Yeniyetməlik, şəxsiyyətin intensiv inkişafı olan bütün uşaqlıq dövrlərinin ən çətin və mürəkkəb dövrüdür. L.F.Obuxovanın fikrincə, bu, ən həlledici dövrüdür, çünki burada əxlaqın əsasları formalaşır, sosial münasibətlər, özünə, insanlara, cəmiyyətə münasibət formalaşır. Həm də bu yaşda xarakter xüsusiyyətləri və şəxsiyyətlərarası davranışın əsas formaları sabitləşir” [5., s. 301].

L.İ.Bojoviçə görə, bütün yeniyetməlik dövrü böhrandır və iki mərhələdən – 12-15 yaş və 15-17 yaş dövründən ibarətdir [2].

İ.V.Dubrovina yeniyetməlik dövrünü “müstəqillik böhranı” adlandıraraq vurğulayır ki, əgər yeniyetməlik rəvan və münaqişəsiz keçirsə və ya “asılılıq böhranı” növünə görə aparılırsa, o zaman gecikmiş, buna

görə də xüsusilə ağırlı və şiddətli böhran baş verir (17-18 yaş) qaçılmaz və ya uzanan “uşağın infantil mövqeyi” dir [6]. O, həmçinin qeyd edir ki, bu çətin dövrün mənfi və müsbət amilləri var. Mənfi olanlara şəxsiyyətin strukturunda uyğunsuzluq, uşağın əvvəllər qurulmuş maraqlar sisteminin məhdudlaşdırılması, böyüklərə qarşı davranışının etiraz xarakteri kimi indikativ mənfi təzahürlər daxildir. Ancaq eyni zamanda belə müsbət amillər də var: uşağın müstəqilliyi artır, digər uşaqlar və böyüklər ilə münasibətlər daha müxtəlif və mənalı olur, onun fəaliyyət dairəsi əhəmiyyətli dərəcədə genişlənir və s. Bu dövrün uşağın cəmiyyətin bir üzvü kimi özünə qarşı şüurlu münasibətinin formalaşdığı keyfiyyətə yeni sosial mövqeyə çıxışı olması vacibdir.

Münaqişələrin qarşılıqlı təsirinin psixoloji ilkin şərtlərinə dair elmi ədəbiyyatın öyrənilməsi münaqişəyə şəxsi meylin olduğunu söyləməyə imkan verir.

Şəxslərarası münaqişələrin ilk nəzəri və eksperimental tədqiqatları K.Levin tərəfindən aparılmışdır. Onları məmnunluq – fərdin ehtiyaclarından narazılıq kontekstində nəzərdən keçirdi. K.Levin şəxsiyyətlərarası konfliktləri insan ehtiyacları ilə xarici məcbureddici qüvvələr arasında ziddiyyətlər kimi nəzərdə tutur, yəni konflikt “təxminən bərabər miqyasda əks istiqamətlənmiş qüvvələrin fərdə təsir göstərdiyi vəziyyət” olduğunu qeyd edirdi.

Münaqişə nə qədər ciddidirsə, fərdin daha əhəmiyyətli ehtiyaclarına təsir edir. Əgər yeniyetmə belə bir vəziyyətdədirsə, böyüklər tərəfindən onu sövq edən qüvvə bu şəxsin yeniyetmə üzərindəki “güc sahəsinin” nəticəsidir. K.Levin bildirirdi ki, “müasir cəmiyyətdə həm müstəqil böyüklər qrupu, həm də uşaqlar qrupu mövcuddur”. Münaqişə qarşılıqlı əlaqəsi bir-biri ilə əlaqəli üç sistemdə baş verir [3, s. 269-271]:

1. “yeniyetmə – yeniyetmə”;
2. “yeniyetmə – müəllim”;
3. “yeniyetmə – valideyn”.

“Yeniyetmə – yeniyetmə”. Yeniyetmələrin həmyaşıdları ilə ünsiyyəti onların həyatının xüsusi sahəsidir: o

qədər maraqlı olur ki, öyrənməyi arxa plana keçirir, yaxınları ilə ünsiyyətin cəlbediciliyini azaldır. Baxmayaraq ki bu cür təsirin psixoloji mexanizmləri çox vaxt müəllimlər və valideynlər üçün anlaşılmazdır. F.E.Vasilyuk qeyd etdiyi kimi, “yeniyetmələr arasında konflikt münasibətləri liderlik uğrunda mübarizəyə əsaslanır. Münaqişə davranışının əsas amilləri iddiaların səviyyəsi, özünə hörmət və statusdur” [1].

“Yeniyetmə – müəllimlər”. Qeyd edək ki, bu münasibətlər sistemi fəaliyyət, münasibətlər və davranış konfliktləri ilə müşayiət olunur. Pedaqoji münaqişələr təhsil fəaliyyətinin xüsusiyyətləri, tərəflərin statusu və yaş fərqləri ilə əlaqəli xüsusiyyətlərə malikdir. Münaqişədə müəllimin konstruktiv davranışı aşağıdakıları təmin edir:

- öz mövqeyini düzgün müəyyənləşdirmək;
- valideynlərlə münasibətlərə güvənmək;
- sinfin və müəllim heyətinin təsirindən istifadə etmək;
- yeniyetmənin şəxsiyyətinə hörmət etmək;
- yeniyetmə ilə qarşılıqlı əlaqəni optimallaşdırmaq üçün tövsiyələrdən istifadə etmək.

“Yeniyetmə – valideynlər”. Yeniyetməlik dövründə bu münasibətlər sistemi kontekstində qeyd etmək

lazımdır ki, “yeniymələrle valideynlər arasında münacişələr ailədaxili münasibətlərin dağıdııcılığı, tərbiyədəki nöqsanlar, yeniymələrin psixi inkişafındakı fərdi psixoloji dəyişikliklər və böyüklərin özlərinin fərdi xüsusiyyətlərindən qaynaqlanır” [4, s. 117-130].

Yalnız böyüklərin ünsiyyətinin forma və məzmunu dəyişmədikdə, fərdi xüsusiyyətlər, psixikada yaşa bağılı dəyişikliklər nəzərə alınmadıqda, yeniymələrin konfliktli davranışı yaranır. Valideynlərin pedaqoji mədəniyyətinin artırılması, ailənin kollektiv əsasda təşkili, valideynlərin övladlarının daxili dünyasına marağı ilə şifahi tələblərin gücləndirilməsi – bütən bunlar yeniymə və valideyn arasında münacişəsiz ünsiyyətə kömək edir. L.İ.Bojoviç, L.S.Slavina, B.S.Volkovun əsərlərində konfliktli davranış “cəmiyyət, mikromühit və insanın özü arasında daxili və xarici ziddiyyətlərin nəticəsi kimi” hesab olunur [10, s. 133].

Bunlar, özünüqiymətləndirmə ilə qrupun qiymətləndirilməsi, özünü təsdiq etmə ehtiyacı ilə onun qane olma ehtimalı, qrupun tələbləri ilə öz münasibətləri və inancları arasında daxili və xarici ziddiyyətlərdir.

Beləliklə, konflikt davranışı şəxsi amillərlə ətraf mühit faktorlarının qarşılıqlı təsirində insanın münacişəyə meyli kimi çıxış edir. Münacişə-

nin tərifiyə V.İ.İliçukun, L.A.Petrovskayanın, V.İ.Vaşçenkonun əsərlərində rast gəlmək olar. Münacişə onun təbii meyilləri və sosial təcrübəsi ilə toplanan daimi şəxsiyyət xüsusiyyətidir. “Yeniymə konfliktlərinin psixoloji determinantlarının üç növü fərqləndirilir:

- inkişafın psixofizioloji xüsusiyyətləri ilə əlaqəli determinantlar (beyin zədələri və ya infeksiyalar, irsi xəstəliklər, əqli gerilik, sinir sisteminin xüsusiyyətləri, xüsusən də həyəcanlanma və inhibə prosesləri);
- faktiki olaraq psixoloji determinantlar – şəxsiyyət xüsusiyyətləri (cins və yaş xüsusiyyətləri, ailədaxili inkişaf vəziyyəti, özünə hörmət səviyyəsi, xarakterin vurğulanması);
- sosial determinantlar – mikro və makromühitin amilləri”.

Bu psixoloji determinantların öz iyerarxik quruluşu var, çünki onlar müxtəlif dərəcədə yeniymələr arasında münacişə yaradır. V.S.Muxinanın fikrincə, dominant mövqe faktiki psixoloji determinantlar, xüsusən də “ailədaxili inkişafın vəziyyəti” tərəfindən tutulur.

Ailə bir tərəfdən bir çox zərərli nəticələrin qarşısını alaraq, digər tərəfdən yeniymənin təəssürat və təcrübələrinin ən zəngin mənbəyi olmaqla həyat şəraitini qətiyyətlə müəy-

yən edir. Ailədəki böhran əvvəlcə davranış dəyişikliyinə, sonra isə əxlaqi xarakterin və münasibətin dəyişməsinə səbəb olur, idealların, yeniyetmənin “mən”inin təhrif olunmasına səbəb olur.

C.Skott qeyd edirdi ki, “yeniyetmələrdə münaqişənin amilləri haq-

qında bilik yeniyetmələrdə adekvat özünüqiymətləndirmə bacarıqlarının inkişafı, şəxsiyyətlərarası qarşılıqlı münasibətlərin vəziyyətini təhlil etmək bacarıqlarının formalaşdırılması üçün insanlarla münasibətlərdə öz davranışlarını düzəltmək zəruridir.

NƏTİCƏ

Müasir nəşrləri və psixoloqların araşdırmalarını təhlil edərək müəyyən bir xarakter vürğuları olan yeniyetmələrin münaqişədə müəyyən bir davranış strategiyası seçdikləri qənaətinə gələ bilərik. Rəqabət hipertimik, uca, həyəcanlı xarakter vürğuları olan yeniyetmələr tərəfindən seçilir. Kompromis narahət və nümayişkarənə vürğu ilə yeniyetmələr tərəfindən seçilir. Distimik, ilişib qalmış və emosional vürğuları olan subyektlər çəkinməyi seçirlər. Uyğunlaşma ən çox pedantik, siklotimik, nümayişkarənə, ilişib qalmış və ifadə olunmayan xarakter vürğuları olan yeniyetmələr tərəfindən seçilir. Əməkdaşlıq çox nadir hallarda seçilir və əsasən bunlar ifadə olunmamış vürğuya malik insanlardır.

Beləliklə, yeniyetməlik dövründə yeniyetmələrin xüsusiyyətlərinin mü-

rəkkəbliyi və uyğunsuzluğu, onların inkişafının daxili və xarici şərtləri səbəbindən fərdi inkişafın normal gedişatını pozan, münaqişənin yaranması və təzahürü üçün obyektiv ilkin şərtlər yaradan vəziyyətlər yaranı bilər.

Beləliklə, ədəbi mənbələrin təhlili göstərdi ki, yeniyetməlik dövründə aqressivlik və konfliktlər artır ki, bu da bu yaş dövrünün gedişatının xüsusiyyətləri ilə bağlıdır. Əksər müəlliflər yeniyetmə böhranının gedişatının yüksək dəyişkənliyinə və onun psixoloji və pedaqoji dəstək kimi xarici ətraf mühit şəraitindən asılılığına, identifikasiyanın təbiətinə, ailədəki iqlimə, həmyaşıdları və müəllimlərlə münasibətlərə və s. yeniyetmələr və inkişaf edən belə yeniyetmələrlə işləmək üçün fərdi tədbirlərə ehtiyac var.

Ədəbiyyat:

1. Багаева В.В. Стратегии поведения в конфликте // СТЭЖ. 2015. №2 (20) С. 91-92.
2. Божович Л.И. Проблемы формирования личности. Под ред. Д.И.Фельдштейна. М.Воронеж, 2005. – 455 с.
3. Василюк Ф.Е. Конфликт // Психология конфликта. Хрестоматия; Сост. и общая редакция Н. В.Гришиной. СПб.: Питер, 2008. – с. 269-271.
4. Гришина Н.В. Психологические детерминанты конфликтности //Социально-психологические проблемы подростков / Под ред. Е.В.Шороховой. – М., 2009. – с. 117-130
5. Гришина Н.В. Психология конфликта. СПб.: Питер, 2008. – с. 344.
6. Дубровина И.В. Особенности обучения и психического развития школьников. - М.: Педагогика, 2008. с. 366.
7. Мухина, В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество. / В.С.Мухина – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – с. 134.
8. Сапогова Е.Е. Психология развития человека. – М.: Аспект-Пресс, 2006. 460 с.
9. Скотт Дж.Г. Выбор стиля поведения, соответствующего конфликтной ситуации // Психология конфликтов. Хрестоматия; Под ред. Райгородского Д.Я. Самара: Издательский Дом «Бахрах-М», 2007. – с. 458-528.
10. Тимохин Я.С. Психология конфликта в социуме // Научный вестник МГТУ ГА. 2011. №166 С. 132-136

**THE RELATIONSHIP BETWEEN IN-DIVIDUAL
PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF ADOLESCENTS
AND BEHAVIORAL STRATEGIES IN CONFLICT**

Aysel Babayeva

ABSTRACT

Adolescence, defined as the transitional period between childhood and adulthood, is one of the most intense changes in the physiological, psychological and social areas associated with growth and maturity. There are also certain developmental milestones that must be met as a teenager adjusts to the changes they are experiencing. Thus, after successfully completing these, he can acquire a unique personality and move into adulthood. The most important skill to acquire during this period is to be emotionally independent, independent and independent of family by being able to make one's own choices. If the problems experienced during this period are severe, persistent and prevent the successful personality formation of the teenager, then behavioral disorders can be noted at this point. Adolescents try to adapt to the changes they experience, tend to new interests, go through the process of questioning between the values of society and family relations, and try to form their independent personality according to the answers given.

Məqalə Odlar Yurdu Universitetinin “Psixologiya, pedaqogika və sosial fənlər” kafedrasının iclasında müzakirə edilərək çapa məsləhət görülmüşdür. (Protokol №10)

Rəyçi R.H. Qədirova, psixologiya elmləri doktoru, professor.
Məqalə redaksiyaya 13 yanvar 2023-cü ildə daxil olmuşdur.

YENİYETMƏLİK DÖVRÜNDƏ BULLINQIN TƏZAHÜR XÜSUSİYYƏTLƏRİ

Səməngül Abdullazadə

Odlar Yurdu Universiteti

Koroğlu Rəhimov küç. 2 , indeks AZ 1008

E-mail: semengul.abdullazade@bk.ru

Açar sözlər: bullinq, yeniyetmə, psixoloji, zorakılıq, stress və s.

Keywords: bullying, adolescent, psychological, violence, stress, etc.

GİRİŞ

Bullinq problemi həmişə mövcud olub və insanın həyatının bütün mərhələlərində həm uşaqlıqda təhsil müəssisəsində, həm də işdə yetkinlik dövründə qarşılaşmaq mümkündür. Yeniyetməlik şəxsiyyətin inkişafının ən çətin, ziddiyyətli və mübahisəli mərhələsidir. Bu mərhələdə fiziki və psixoloji dəyişikliklər baş verir, yetkinlik dövrü baş verir, insanın öz “Mən” axtarışı baş verir. Təhsil arxa plana keçir və bir yeniyetmə üçün həmyaşıdları istinad qrupuna çevrilir, liderlik uğrunda mübarizə, münaqişələr var.

Ölkəmizdə bullinq anlayışı nisbətən son zamanlarda aktuallaşıb. Bullinq müasir dünya üçün kifayət qədər yeni bir anlayışdır, lakin onun istinad etdiyi anlayış hazırda aktual və vacib problemdir [1].

Bullinq problemin aktuallığına baxmayaraq müasir sosial və humanitar

elmlərdə bullinqin ümumi qəbul edilmiş tərifli hələ inkişaf etməmişdir. Buna məktəb bullinqindən və video çəkilişlərdən tutmuş, ümumiyyətlə, bullinqə qədər baxmaq olar.

Yeniyetməlik dövründə bullinq özünü çox müxtəlif şəkildə göstərir:

- Adi zarafatdan (zarafatçıların özlərinin fikrincə) qətl;
- İntihara cəhdlə nəticələnə bilən ağır fiziki və psixoloji hərəkətlərə qədər.

David Lane və Endryu Millerin tərifinə görə bullinq bir şəxs və ya bir qrup insan tərəfindən bir uşağa qarşı uzunmüddətli şüurlu psixoloji və ya fiziki zorakılıqdır [6, s. 28].

I. Konna bullinqi qorxuya səbəb olmaq və başqasına tabe etmək məqsədi daşıyan psixoloji və ya fiziki terror olaraq təyin etdi. Bullinq, İ.Konna görə, ən çox yeniyetmələr arasında rast gəlinir və mədəniyyətin “nor-

mal” aspektidir [5, s. 137]. Bullinqin arxasında təkcə fiziki gücün qeyri-bərabərliyi deyil, həm də bir yeniyetmənin digərinə uzun müddət tabe olmasına imkan verən güc dayanır.

C.Mead tərəfindən səciyyələndirilən sosiallaşma mərhələləri yeniyetmələrin bullinq vəziyyətinə uyğunlaşmasının vacib mərhələlərini ayırmağa əsas verir:

1. Bullinq vəziyyətində yeniyetmələr arasında qarşılıqlı əlaqənin xarakteri və tipik xüsusiyyətlərinin təqlidi ilə xarakterizə olunan imitasiya mərhələsi.
2. Sosial rolların qəbulu mərhələsində yeniyetmələr cəmiyyətin ən statuslu nümayəndələrinin rollarını və sosial atributlarını təkrarlayırlar.
3. Kollektiv rolların oynanması mərhələsi bullinq vəziyyətində iştirakçıların rollarının və statuslarının sifariş olunduğu bir vəziyyət ilə xarakterizə olunur.

Müasir yeniyetmə kənarlaşmalarının öyrənilməsi təcrübəsi göstərir ki, onlar digər yeniyetmələrdən təzyiqli göstərmədən könüllü olaraq təsdiqlənməmiş norma və davranış nümunələrini qəbul edirlər. Bu anlayışın səbəbləri ilə bağlı sualın cavabı rasionallıq seçimi nəzəriyyəsi ilə verilə bilər.

Bullinq iştirakçılarının fərdi psixopedaqoji xüsusiyyətlərinin öyrənil-

məsinə xüsusi diqqət yetirmək lazımdır. Məktəb sinfinin tərkibi dörd konfigurasiyaya malik ola bilər [9]:

1. Orada potensial təqibçilər və Zərəçəkənlər yoxdur;
2. Potensial Zərəçəkəni ehtiva edir;
3. Potensial təqibçini ehtiva edir;
4. Hər iki şəxsiyyət növü onda mövcuddur.

Bullinq iştirakçılarının fərdi psixoloji xüsusiyyətlərini daha yaxşı başa düşmək üçün onların hansı mövqeləri tutduqlarını və hansı rolları oynadıqlarını anlamaq lazımdır. Son tədqiqatlar göstərdi ki, bullinqə ən yaxşı şəkildə təkcə Zərəçəkənləri və bullinq göstərən şəxslər deyil, hər kəsi əhatə edən sosial fenomen kimi baxılır. Bullinqdə rolların bir çox təsnifatı var. Əksər tədqiqatlarda üç əsas rol var: təqib, zərəçəkən, izləyici. E.Roland “zorbalıq strukturunu” təqib edənləri, onların Zərəçəkənlərini və kənar şəxsləri əhatə edən sosial sistem kimi təsvir edir. Sistemdə hər bir iştirakçının baş verənlər haqqında öz fikri var [10].

Kristina Salmivalli və onun həmkarları bullinqlə bağlı rollarına görə izləyicilər kateqoriyasını genişləndiriblər. Onlar qeyd edirlər ki, bəzi şagirdlər təqibçiləri dəstəkləyir və həvəsləndirir, digərləri zərəçəkəni qorumağa çalışır, əksəriyyəti isə sadəcə passivdir. Bu cür kateqoriya-

ların tətbiqi bütün şagirdlər haqqında əlavə məlumat əldə etməyi tələb edir və səbəb-nəticə əlaqələrinin daha yaxşı başa düşülməsinə və müxtəlif şagirdlər üçün müvafiq tədbirlərin hazırlanmasına kömək edir [4].

Yeniyyətmələrin aqressiyası ən çox yaşanan həyat uğursuzluqları və çətinliklər (atadan qalma, məktəbdə zəif qiymətlər, idman bölməsindən qovulma və s.) nəticəsində ümumi qəzəb və aşağı özünə hörmətin nəticəsidir.

Dövrümüzdə bullinq probleminə hər kəsin göz yumduğunu söyləmək olmaz. Xeyr, bu barədə danışirlar, amma əsasən konkret vəziyyəti təhlil etmək səviyyəsində tədqiqatlar aparılır. Lakin bu istiqamətdə ciddi, hərtərəfli, dərin araşdırmalar kifayət qədər açıq deyildir.

Bullinqin səbəbləri mürəkkəb və müxtəlifdir. Onlardan biri, A.Adlerin fikrincə, münəfişə iştirakçısının uşağın kifayət qədər uzun müddət yaşadığı alçaltmaq hissini aradan qaldırmaq istəyidir. Müasir insan üçün bullinq yeni bir anlayışdır və bir sıra sosial, psixoloji, hüquqi, pedaqoji məsələləri ehtiva edir və dövrümüzün ən ciddi problemlərindən biridir [3, s. 4].

Bullinq dörd əsas komponentdən ibarətdir:

1. Aqressiv və mənfi davranış;
2. Müntəzəm olaraq həyata keçirilir;
3. İştirakçıların qeyri-bərabər gü-

cə malik olduğu münasibətlərdə baş verir;

4. Bu davranış qəsdəndir.

İstənilən uşaq zərərçəkən ola bilər, lakin əsasən “zorakılar” digərlərindən daha zəif və ya bir növ fərqli olan birini seçirlər. Uşaqlar tez-tez məktəb bullinqinin zərərçəkəni olurlar:

- Fiziki qüsurları olanlar (eynək taxanlar, eşitmə və ya hərəkət pozğunluqları və s.), layiqli cavab verə bilməyən və özünü qoruya bilməyənlər;
- Davranış xüsusiyyətlərinin olması (qapalı uşaqlar və ya impulsiv davranışı olan uşaqlar).

Belə uşaqlar digərlərinə nisbətən daha çox aqressiyaya və istehzaya məruz qalırlar. Hiperaktiv uşaqlar həddən artıq itələyici, eyni zamanda həmyaşıdlarından daha sadələvh və kortəbii ola bilərlər. Onlar tez-tez başqalarının söhbətlərinə, oyunlarına girirlər, öz fikirlərini qəbul edirlər, oyunda öz növbəsini gözləyərkən səbirsiz olurlar və s. Bu cür vəziyyətlər qıcıqlanmaya səbəb olur və sonra belə uşaqlar “geri zərbə” alırlar. Eyni zamanda hiperaktiv uşaqlar təkcə zərərçəkənlər deyil, həm də zorakılar və çox vaxt hər ikisi eyni vaxtda ola bilər.

Bullinqə məruz qalan şagirdlərə aşağıdakılar aiddir [7, s. 101]:

- *Görünüş xüsusiyyətlərinə ma-*

lik olması. Qırmızı saçlar, çillər, çıxıntılı qulaqlar, əyri ayaqlar, xüsusi baş forması, bədən çəkisi (tam və ya arıqlıq) lağ obyektinə çevrilə bilər;

- *Zəif sosial bacarıqlar.* Ünsiyyət və özünüifadə təcrübəsinin kifayət qədər olmaması belə uşaqlarda psixoloji müdafiənin formalaşmamasına və zərərçəkən rolunu öz üzərinə götürməsinə səbəb ola bilər. Uşaq yaranmış vəziyyətlə qaçılmazlıq kimi barışır, çox vaxt hətta daxilən bullinq göstərənə bəhanə tapır: "...yaxşı, bu o deməkdir ki, mən beləyəm, buna layiqəm";
- *Məktəb qorxusu.* Bunlar məktəbə bununla bağlı mənfi sosial gözləntilərlə gedən uşaqlardır. Bəzən belə qorxu məktəb çağında da problem yaşayan valideynlərdən yaranır. Qəzəbli müəllim və pis qiymətlər haqqında hekayələr qorxu üçün bir tətik ola bilər. Özünə inamsızlıq və məktəb qorxusu göstərən uşaq daha asanlıqla sinif yoldaşları tərəfindən bullinq obyektinə çevriləcək;
- *Komandada həyat təcrübəsinin olmaması (ev uşaqları).* Məktəbə qədər uşaq qrupuna getməyən uşaqlar ünsiyyət problemlərinin öhdəsindən gəlmək

üçün lazımi bacarıqlara malik olmaya bilərlər. Eyni zamanda onlar uşaq bağçasına gedən uşaqları öz erudisiya və bacarıqlarına görə tez-tez üstələyə bilərlər;

- *Xəstəliklərin olması.* Həmyaşlıqları tərəfindən lağ və təhqirə səbəb olan bir çox pozuntular var: epilepsiya, tiklər və hiperkinez, kəkəlmə, enurez və s.;
- *Aşağı intellekt və öyrənmə çətinlikləri.* Zəif akademik performans aşağı özgüvəni formalaşdırır: "mən bunu bacarmıram. Mən başqalarından pisəm" və s. Aşağı özünə hörmət, bir halda, zərərçəkənin rolunun formalaşmasına kömək edə bilər, digərində – zorakı davranış kompensasiya seçimi kimi. Ona görə də intellekt səviyyəsi aşağı olan və öyrənmə çətinliyi olan uşaq həm məktəb bullinqinin zərərçəkəni, həm də təcavüzkar ola bilər.

Araşdırmalar göstərir ki, yeniyetmənin bullinq vəziyyətinə cəlb edilməsi çox faktorlu müəyyənliyə malikdir. Yeniyetmələrin bullinqi çox nəticəli bir prosesdir, yəni tez-tez oxşar ilkin şərtlər müxtəlif təzahürlərə səbəb olur və beləliklə, yeniyetmələr zərərçəkənlərə, cinayətkarlara və izləyicilərə bölünür. Hər bir konkret situasiyada amillərin şiddətinin,

onların fərdi və şəxsi determinantlarla birləşməsinin fərqli olmasına baxmayaraq, tədqiqatçıların böyük əksəriyyəti mikro və makrososial mühit faktorlarının yeniyetmə bullinqinə üstün təsiri haqqında fikirlərlə həmrəydir.

Müasir yeniyetmə bullinqinin bəzi xüsusiyyətləri var. Özünə diqqət çəkən ilk xüsusiyyət qızların bullinqə qatılmasıdır. Əgər əvvəllər zorakıların böyük əksəriyyəti oğlanlar idisə, indi bu nisbət təxminən 50-50%-dir. Qızlar getdikcə daha çox fiziki bullinqə cəlb olunublar. Şalygina K.S. tərəfindən əldə edilən bullinq zərərçəkənləri haqqında statistik məlumatları təhlil edərək, bullinqin zərərçəkənləri arasında aşkar gender fərqlərinin olmadığı qənaətinə gəlmək olur – həm oğlanlar, həm də qızlar təxminən eyni dərəcədə bullinqə məruz qalırlar [9].

Bədən funksiyaları lazım olan minimuma endirilir. Bədənə aşağıdakı kimi təsir edən adrenalin hormonunun istehsalının artması başlayır. Həzm proseslərini bloklayır, çünki təhlükə olduqda yemək olmaz. Bunun nəticəsi mədədə qaribə və xoşagəlməz hissələrin görünüşüdür. Beyinə qan və oksigen axını artırmaq üçün ürək döyüntüləri artır. Ürək döyüntüsü sürətlənir. Zehni aparat qismən və ya tamamilə söndürülür, nəticədə kütləvi psixi blokadalar (zehnin qaralmasına qədər). İmmunitet sisteminin işi pozulur (bu,

somatik və autoimmun xəstəliklərin inkişafı üçün ilkin şərtidir) [11].

Bullinqin zərərçəkəni olan yeniyetmələr aşağıdakı xüsusiyyətlərlə xarakterizə olunur [2, s. 281]:

- Məktəbə getməmək üçün özünü xəstə kimi göstərmək
- Məktəbə gedib evə tək getməkdən qorxurlar, dərslə aparacağı xahiş edirlər, gecikirlər;
- Davranış və temperament dəyişikliyi;
- Yuxu və iştahanın pozulması, gecə ağlaması, kəkələmə və sinir tikləri, ünsiyyətsizlik və gizlilikdən ibarət aşkar qorxu əlamətləri;
- Tez-tez pul tələb etmək, oğurluq;
- Dərslərin keyfiyyətinin azalması, sevimli fəaliyyətlərə marağın itməsi;
- Daimi aşınmalar, qançırıqlar və digər xəsarətlər;
- Susmaq, danışmaq istəməmək;
- İntihar cəhdləri.

Uşağı daha da bullinqdən qorumaq üçün tədbirlər görmək və baş verənlərlə bağlı öz mövqeyinizi açıq şəkildə bildirmək vacibdir. Uşağı bullinqin hədəfi olmaqda günahlandırmaq və bullinqin qarşısını almaq üçün konkret tədbirlər görülməlidir. Valideynlər tez-tez belə vəziyyətlərdə uşağını səhv böyütdüklərindən, ona bir şəkildə təsir etməli olduqların-

dan qorxmağa başlayırlar ki, o, “da-ha adekvat” olsun (və onu təhqir etməyi dayandırılar), lakin bunlar boş gözləntilərdir. Uşaq üçün məktəbdən

kənarda, özünü qəbul edilmiş, lazımlı, müvəffəqiyyətli hiss edəcəyi bir yer yaratmaq vacibdir.

NƏTİCƏ

Beləliklə, yeniyetmələrdə bullinqin təzahürünün səbəbi aşağılıq hissi, inciklik və özünü təsdiq etmə meylidir. Yeniyetmə zərərçəkənlər zəif fiziki güc, emosional məhdudiyət və ailənin sosial vəziyyəti ilə xarakterizə olunur. Əldə etdiyimiz nəticələrə əsasən deyə bilərik ki, məktəb illərində bullinq edənlərin yeniyetməlik dövründə də bullinqə məruz qaldığı, qurban olanların isə yeniyetməlik dövründə də qurban olmağa davam

etdiyi görülür. Günümüzdə artmaqda olan bullinq problemindən yola çıxaraq, bu problemin əhəmiyyətini vurğulayaraq fərqiindəlik yaratmaq aktual məsələlərdəndir. Həmçinin şagirdlərdə bullinq nəticəsində yaranan mənfi halların yaranmasına təsir edən amilləri müəyyənləşdirərək bu təsirlərin minimuma endirilməsi üçün gələcəkdə bu istiqamətdə həyata keçiriləcək tədqiqat işlərinə zəmin rolunu oynaya bilər.

Ədəbiyyat:

1. İsmayılov, N.B. və İsmayılov F.N. (1987). Tibbi psixologiya və psixoterapiya (dərslük). Bakı: Maarif, 569.
2. Давыдов Д.Г., Бочавер А.А. Кибербуллинг в опыте российских подростков. Психология и право psyandlaw. ru 2019. Том 9. №2. С. 276–295.
3. Иванова А.К. Буллинг и кибербуллинг как явление образовательной среды: примеры современных исследований проблемы. 2018, №5, с 11.
4. Казанская В.Г. Подросток. Трудности взросления / 2-е издание, дополненное: Питер; Спб.; 2008. – 178 с.
5. Кон И.С. Мальчик – отец мужчины. М.: Время. – 2009. – 704 с.
6. Миллер Э. Детская подростковая психотерапия: коллективная монография / Э.Миллер, Д.Лейн. СПб., 2001. 448 с.
7. Нурутдинова А.Р. Образование в Японии: проблема агрессии детей и подростков // Социальная педагогика / Изд-во: Научно-

- исследовательский институт школьных технологий. – Москва, 2012. – С. 97-108.
8. Шалагинова К.С., Куликова Т.И., Залыгаева С.А. Гендерные особенности буллинга в подростковом возрасте Психологическая наука и образование. 2019. Т. 24. № 4
9. Olweus D., Limber S.P., Flerx V.C., Mullin N., Riese J., Snyder M. Olweus bullying prevention program: Schoolwide guide. Center City, MN: Hazelden, 2007.
10. Roland E., Munthe E. Bulling: An International Perspective. – London, 1989.
11. Samara M., Burbidge V., Asam A.E., Asam M., Smith P.K., Morsi H. Bullying and cyberbullying: Their legal status and use in psychological assessment // Int. J. Environ. Res. Public Health. – 2017. – Vol. 14(12).

CHARACTERISTICS OF THE MANIFESTATION OF VIOLENCE IN ADOLESCENCE

Səməngül Abdullazadə

ABSTRACT

Bullying creates stress. A bullied person experiences psychological stress. Stress arises when we think that we cannot cope with the events that happen to us. The problem of violence among teenagers has not lost its relevance for many years. According to the results of various studies, about one third of students are constantly or occasionally bullied at school. Experience shows that these forms of violence are mainly verbal. These include shouting, humiliating expressions, insults, “bad” jokes that degrade honor and dignity, etc. Belongs to Meanwhile, a quarter of today’s children are at risk of mental and physical abuse.

Məqalə Odlar Yurdu Universitetinin “Psixologiya, pedaqogika və sosial fənlər” kafedrasının iclasında müzakirə edilərək çapa məsləhət görülmüşdür. (Protokol №10)

Rəyçi R.H. Qədirova, psixologiya elmləri doktoru, professor.

Məqalə redaksiyaya 06 yanvar 2023-cü ildə daxil olmuşdur.

TƏLƏBƏLƏRDƏ İMTAHAN STRESİ NƏTİCƏSİNDƏ YARANAN EMOSİONAL POZUNTULARIN TƏHLİLİ

Müşviq Mustafayev

Bakı Dövlət Universiteti

Zahid Xəlilov küçəsi 33, AZ1148

E-mail: mustafayev76@mail.ru

Nərgiz Quliyeva

Odlar Yurdu Universiteti

Koroğlu Rəhimov küç. 2, indeks AZ 1008

E-mail: nergizq9@gmail.com

Açar sözlər: tələbə, imtahan, stress, tədqiqat, emosional pozğunluq

Key words: student, exam, stress, research, emotional disorder.

GİRİŞ

İmtahan narahatlığı və stressi psixologiyanın ən vacib mövzularından biridir və xüsusilə xarici ədəbiyyatda zəngin bilik və araşdırmalara malikdir. Dünyada bu mövzu ilə bağlı araşdırmaların tarixi təxminən 45 il əvvələ gedib çıxır. Ölkəmizdə bu mövzuda araşdırmalara 70-ci illərdə başlanılmış və test narahatlığı və akademik müvəffəqiyyət, imtahan narahatlığı, müalicə və mübarizə bacarıqları, qrup işinin test həyəcanına təsiri ilə bağlı bir çox ixtisaslı tədqiqatlar aparılmışdır.

İmtahan fenomeni hər birimizin həyatımızın bir nöqtəsində qarşılaşdığımız bir reallıqdır. Hər il milyonlarla ailə imtahanlara hazırlaşan

övladlarının uğurları üçün əllərindən gələni etməyə çalışırlar. İmtahan prosesi yalnız şəxsin həyatına deyil, bütün ailənin həyatına təsir göstərə bilər. İmtahan tələbənin bilik səviyyəsini müəyyən etmək üçün istifadə olunan ölçmə üsullarından biridir. İmtahan nəticələri tələbənin akademik uğruna böyük təsir göstərir. Bu vəziyyətdən xəbərdar olan tələbələr sıx imtahan stressi yaşayır və imtahan onlar üçün kabusə çevrilə bilər.

Tələbələr imtahan nəticələrində əldə etdikləri uğur səviyyəsinə uyğun olaraq karyeralarını planlaşdırır və təşkil edirlər. İmtahanlarla bağlı akademik vəzifələrini imtahan öhdəliyini idarə etmək bacarığı ilə yerinə

yetirən tələbə, planlaşdırdığı karyera hədəfinə çox daha asan çata bilər. Bu ideya ilə tələbənin imtahana hazırlığı zamanı və imtahan zamanı tələbənin imtahan performansına daxili və xarici amillər təsir edə bilər.

Öyrənilmiş bilik və bacarıqların qiymətləndirilməsi prosesi imtahan adlanır. İmtahan həyəcanı imtahan zamanı və ya imtahanın qiymətləndirilməsi zamanı yaşanan vəziyyətlərdir. Bu situasiyalar idrak, fiziki, davranış və affektiv xüsusiyyətlərə malik olan emosional vəziyyətlərdir ki, bu da şagirdlərin real fəaliyyətini üzə çıxarmasına mane olur və şagirdə gərginlik hissi yaradır. Test narahatlığını uğur narahatlığı və ya performans narahatlığı da adlandırmaq olar. İmtahan zamanı narahatlıq, ümumiyyətlə, psixoloji və ekoloji hadisələrə emosional reaksiya kimi müəyyən edilir. Müəyyən həddlərdə qalmaq şərti ilə universal və normal emosiya hesab olunur (3, s. 17).

Tələbələr və gənclər ümumilikdə psixi sağlamlıq problemlərindən getdikcə daha çox təsirlənirlər. Gənclər arasında müsbət psixi sağlamlıqda 39% azalma var. Psixi sağlamlığa təsir edən amillər arasında imtahan stressi özünəməxsus yer tutur. Hər bir tələbə üçün imtahan təzyiqi fərqlidir. Tələbələrdə sınaq narahatlığı və depressiya, onların əqli rifahı və akademik performansını ilə əks əlaqəni

nəzərə alaraq, tələbələrin həyatında yaşanan əsas problemlərdəndir.

Bəziləri üçün bu, mükəmməllik hissini tətikləyir. Digərləri üçün bu, uğursuzluq qorxusudur. İmtahan stressinin əlamətləri əhval dəyişikliyi, qidalanma pozğunluğu, yuxu olmaması, qərar verməkdə çətinlik çəkmək, özünü həddən artıq tənqid etmək, həddindən artıq işləmək və ya lazım olandan çox oxumaq, akademik tükənmişlik və hətta özünü məhv edən davranışlara qədər dəyişir. İmtahan stressi o qədər ağır ola bilər ki, kömək şəbəkələrinə əlçatan olmadıqda, gəncin bütün bunların ağırlığı altında zehni olaraq qırılmasına səbəb olacaq.

Bəzən imtahan stressi olduqca məntiqlidir. Biz sadəcə olaraq müəyyən bir mövzuya uyğun deyilik və onunla mübarizə aparırıq, buna görə də keçə biləcəyimizi və ya keçməyəcəyimizi vurğulayırıq. Yaxud bizdən, həqiqətən də, böyük ümidlər bəsləyən valideynlərimiz var və onları ruhdan salmağa qorxuruq. Tələbənin imtahana yaxınlaşdığı zaman keçirməli olduğu narahatlıq dozası tələbə performansını baxımından əhəmiyyətli bir meyardır. Tələbədə həddindən az narahatlıq motivasiyanın azalmasına, həddindən artıq narahatlıq isə narahatlıq və panika ilə yanaşı, zehni qeyri-mütəşəkkilliyə səbəb olur (5, s. 89).

K.V.Sudakovun fikrincə, imtahan sessiyası tələbələr arasında ümumi travmatik təsir mənbəyidir. Sessiya zamanı tələbələrin dərs yükü, təbii ki, xüsusilə yüksəkdir. Güclü zehni stres, borcun aradan qaldırılması, qısa müddətdə tamamlanması lazım olan böyük miqdarda məlumatla işləmək, gündəlik rejimin pozulması, yuxusuzluq stressə xidmət edən səbəblərdir.

Tələbələrdə imtahan stresinin yaranmasının əsas səbəbi tələbələrin nə qədər çalışsalar da, özlərini imtahana hazır hiss etməmələridir. “İmtahandan keçməsəm, ömrüm bitdi” və “Bilməsəm, hamıya biabır olaram” fikirləri imtahan günü yaxınlaşdıqca tələbələrin fikirləri daha da artır. Gənclər imtahan stresinin öhdəsindən gəlməkdə çətinlik çəkə bilirlər. Çünki hələ inkişaf etməkdə gənclərdə bu psixoloji vəziyyət onların asanlıqla öhdəsindən gələ bilməyəcəkləri vəziyyətə çevrilə bilər. Bütün bunlar tələbələrin imtahan vaxtı panikaya düşməsinə, bildiklərini unutmasına səbəb olur və təbii olaraq gənc istədiyi uğura nail ola bilmir.

Testlər və imtahanlar tələbələrin əhval-ruhiyyəsinə, rifahına, psixikasına və psixo-emosional vəziyyətinə təsir edən amillər rolunu oynaya bilər. İmtahan stresinin emosional simptomlarını nəzərdən keçirdikdə bir sıra əlamətlər ortaya çıxır; Ümu-

mi nasazlıq, əsəbilik, narahatlıq, panika, qarışıqlıq, qeyri-müəyyənlik, depressiya hissi və s.

İmtahan stressi bir əlamət kimi fərdin nisbətən sabit xüsusiyyətidir, qiymətləndirmə vəziyyətləri ilə bağlı bir çox stimullar şiddətli narahatlıq meyli ilə ciddi şəxsi təhlükə kimi qəbul edilir. İmtahan narahatlığı ən çox qiymətləndirmə vəziyyətlərində, onlardan sonra, onları düşünərkən və ya konseptuallaşdırarkən baş verən həyəcan, gərginlik və narahatlıq hissi kimi müəyyən edilir.

Emosiya zehni fəaliyyətin xüsusiyyətlərindən yalnız biridir, o, həmişə bütöv xarakter daşıyır və motivasiya, idrak, iradi və psixomotor komponentləri ehtiva edir. Emosional stres anlayışı R.Lazarus tərəfindən təqdim edilmişdir. Onun fikrincə, emosional stres idrak fəaliyyətinin aktivləşdirilməsi ilə əlaqələndirilir, bunun vasitəsilə insan özü üçün təhlükənin dərəcəsini müəyyənləşdirir və yaranan çətinlikləri onların aradan qaldırılması üçün öz qabiliyyəti ilə müqayisə edir. Emosional tənzimləmə fərdlərin hansı hissləri yaşayacaqlarına, onları nə vaxt yaşayacaqlarına və onları necə ifadə edəcəklərinə təsir etmək cəhdlərinə aiddir (2, s. 91).

Tələbələrdə imtahan stressi zamanı emosional pozuntuya gətirib çıxara bilən iki səbəb var:

– Birincisi, bilikdəki həqiqi boş-

luqlardan qaynaqlanan doğru ola bilən biliyində qeyri-müəyyənlik və naməlum qorxu ilə əlaqəli yalandır. İmtahan stresi müxtəlif vəziyyətlərdən yarana bilər. Amma ən çox rast gəlinən səbəblərdən biri tələbələrin imtahana tam hazır olmadıqlarını düşünmələri ola bilər. Xüsusilə imtahan yaxınlaşdıqca bu hissə stressini ortaya çıxarır. Tələbələrin bura xılış sınaq imtahanlarında aldıkları aşağı qiymətlər tələbələrdə bu vəziyyətin yaranmasına səbəb ola bilər. Yaxud son dövrdə tələbələrin bəzi dərsləri unutduqlarını düşünməyə başlamaları stress yaradır. İmtahan psixologiyası korlanan tələbələr imtahan zamanı stressə tab gətirərək bildikləri fənlərdə belə səhvlər etməyə başlayırlar.

– İkincisi, imtahanın əhəmiyyətinin həddindən artıq qiymətləndirilməsidir. Stressə səbəb olan başqa bir emosiya tələbələrin imtahana həddən artıq mənə vermələri və ya başqa sözlə, həyatlarının bu imtahandan asılı olduğunu düşündükləri üçün yaranır. Sosial həyatda və ya ailədəki təzyiqlər bu vəziyyətin ortaya çıxmasının ən böyük səbəblərindən biridir. Bu vəziyyət tez-tez valideynlərin tələbələrə imtahan haqqında daim danışması və ya valideynlərin yalnız şagirdlərdən dərsləri haqqında soruşması səbəbindən baş verə bilər. Bu vəziyyətin baş verməməsi üçün ən

böyük məsuliyyət ailələrin üzərinə düşür.

Stress yaşayan tələbələr bunu fiziki və ya zehni olaraq ifadə edirlər. Əlbəttə ki, inkişaf edən mənfi reaksiyanın intensivliyi stressorun xüsusiyyətlərindən deyil, təsir edən amilin şəxsi əhəmiyyətindən asılıdır. Bu baxımdan əslində, emosional vəziyyət təlim prosesində yaranır və eyni vəziyyət hər bir tələbəni müxtəlif nəticələrə və təzahürlərə aparır.

Bundan əlavə, hər bir insanın özünəməxsus həyəcan və qorxu səviyyəsi var ki, bu da onlara ən yaxşı nəticələri göstərməyə imkan verir. Buna görə də qüvvələrini səfərbər etmək, sınaq və imtahanlardan uğurla keçmək üçün bəzi tələbələr stress səviyyələrini azaltmalı, bəziləri isə düzgün şəkildə “qorxmalıdırlar”.

İmtahan narahatlığı yaşayan insan davamlı olaraq özü və imtahan haqqında mənfi fikirlər və ssenarilər arxasınca qaçır. Başqa sözlə, o öz ağlının yaratdığı ssenariyə inanır. Daim daxili danışan və özünü tənqid edən özünü cəzalandıran bir rəftarla məşğul olur. Özünü başqaları ilə müqayisə edir, “başqaları nə deyəcək” fikirləşir.

Bir ali təhsil müəssisəsinin tələbələri arasında təhsil fəaliyyətində stressin daha ətraflı öyrənilməsi məqsədilə araşdırma aparılmışdır. Tədqiqat nümunəsi 75 nəfərdən ibarət dör-

düncü kurs tələbələrindən ibarət idi. Diaqnostik material kimi Yu.V.Şerbatıxın “Təhsil stresi” testi seçilmişdir. Tələbələrin stresə salan amilləri qiymətləndirmək üçün müəllif aşağıdakıları müəyyənləşdirdi:

– Sərt müəllimlər, böyük dərs yükü, dərslük çatışmazlığı, anlaşılmaz dərslilər, valideynlərdən uzaq həyat (başqa şəhərlərdən gələn tələbələr üçün), məhdud maliyyəni düzgün idarə edə bilməmək, gündəlik iş rejimini düzgün təşkil edə bilməmək, nizamsız yeməklər, digər tələbələrlə bir yerdə yaşamaq problemləri, qrupda münaqişələr, təhsilə həddindən artıq ciddi münasibət, təhsil almaq istəməmək və s.

Tədqiqatın nəticələri göstərdi ki, subyektlər üçün əsas stres faktorları “gələcək qorxusu və böyük dərs yükü”dür. Tədris gərginliyi vəziyyətində öz zehni proseslərini və vəziyyətlərini qiymətləndirən tələbələr qorxu və narahatlıq, kənar düşüncələrdən

NƏTİCƏ

Tələbələrdə imtahan stresi nəticəsində yaranan emosional pozuntunun aradan qaldırılması yollarına nəzər yetirib bir sıra nəticələr çıxarmaq olar. İlk növbədə, gündəlik rejimin optimallaşdırılması, düzgün qidalanma və təmiz havada sistemik qalmaq kimi ümumi gücləndirici vasitələrdən istifadə etmək lazımdır. Ən

qurtula bilməmə və zəif yuxu kimi əlamətləri müəyyən etdilər. Daha az dərəcədə görünən əlamətlər ünsiyyətdə problemlər, sosial təmasların pozulması, nəfəs darlığı, mədə-bağırsaq traktının problemləridir (6, s. 45).

İmtahanqabağı stresin səviyyəsinin öyrənilməsi göstərdi ki, tələbələrin əhəmiyyətli hissəsi (47%) imtahan sessiyası zamanı maksimum stres səviyyəsini yaşayır və onu 10 ballıq reyting şkalasında – 10 balla qiymətləndirirlər. Bəzi fənlər (32%) imtahan dan əvvəl stresli vəziyyətlərini 8–9 balla qiymətləndiriblər. Respondentlərin 21%-i “imtahan stresinə daha az meyilli olduqlarını” qeyd edib. Tədqiqat göstərdi ki, tələbələrin stresi onların düşdüğü çətin təlim vəziyyətini əks etdirmələrinin müəyyən formasıdır. Tədris prosesində stres idarə olunmalıdır. Bu, təkcə tələbələr üçün deyil, müəllimlər, psixoloqlar üçün bir vəzifədir.

təsirli olanlardan biri davranış bacarıqlarını təkmilləşdirməyə yönəlmiş metoddur:

Ünsiyyət, müsbət düşüncə, özünə inam. Qrupda tədris fəaliyyətində qeyri-müəyyən və ekstremal vəziyyətlərə hazırlaşmaq, təhsil gərginliyini aradan qaldırmağın yollarını təqdim etmək və onları həyatda, məsələn,

imtahan sessiyası zamanı, imtahan zamanı və s. imtahan seansından sonra psixi sağlamlığı bərpa etmək lazımdır. Təcrübə dərslərində tələbələr həmçinin tənəffüs texnikasını, əzələlərin boşaldılmasının müxtəlif üsullarını və vizualizasiyanı öyrənməlidirlər.

Qorxulmaması lazım olan bir vəziyyətdən qorxmaq və ya narahat edilməməsi lazım olan bir hadisədən narahat olmaq normal olmadığımız

anlamına gəlmir. Əksinə, narahatlıq müəyyən dərəcədə bizim üçün zəruri olan bir şeydir. Çünki azacıq narahatlığımız yoxdursa, imtahan bizi həyəcanlandırmırsa, kifayət qədər istəmirik. Çünki bizi hədəfimizə doğru çəkən, istiqamətləndirən, təkan verən də məhz bu narahatlıqdır. Beləliklə, deyə bilərik ki, imtahan həyəcanı müəyyən səviyyədə olduqda bizə fayda verən və uğur qazanmağa sövq edən bir fenomendir.

Ədəbiyyat:

1. Lisa K. Libby, Richard P. Eibach, in *Advances in Experimental Social Psychology*, 2011
2. Ellis, J. and Fox, P., *Promoting Mental Health in Students: is There a Rote for Sleep*, J. R. Soc. Health, 2004
3. Бодров В. А. Психологический стресс: развитие и преодоление. – М. : ПБР СЭ, 2006. – 528 с.
4. Психология стресса и методы его профилактики: учебно-методическое пособие / Авт. -сост. В. Р. Бильданова, Г. К. Бисерова, Г. Р. Шагивалеева. – Елабуга: Изд-во ЕИ КФУ, 2015. – 142 с.
5. Baltaş, A. *Stres ve Başa Çıkma Yolları* İstanbul. . Remzi Kitapevi, 1995, 135 s.
6. Özer, K. “Sınav ve Sınanma Kaygısı” İstanbul. Varlık Yayınları, 1990,

**ANALYSIS OF EMOTIONAL DISORDERS RESULTING
FROM EXAM STRESS IN STUDENTS**

*Mushvig Mustafayev
Nargiz Guliyeva*

ABSTRACT

The article states that students with exam anxiety develop emotional symptoms such as pre-exam anxiety, depression, sense of failure, sense of helplessness, sadness, panic and anxiety, confusion, anxiety, insecurity and apathy. Students with anxiety have memory problems such as inattention, inability to organize their thoughts, forgetfulness, distortion, loss or absence of information, inability to concentrate, inadequacy in learning, difficulty in understanding what they read, inability to convey information. Learned, it manifests as an inability to plan and organize one's thoughts, excessive self-listening, making negative evaluations through criticism and observation, repeating negative thoughts, and writing disaster scenarios. In the end, it is noted that students should first investigate why this feeling arose and start taking the necessary steps.

Məqalə Odlar Yurdu Universitetinin “Psixologiya, pedaqogika və sosial fənlər” kafedrasının iclasında müzakirə edilərək çapa məsləhət görülmüşdür. (Protokol №10)

Rəyçi R.V.Cabbarov, psixologiya elmləri doktoru, dosent.

Məqalə redaksiyaya 06 yanvar 2023-cü ildə daxil olmuşdur.

POSTTRAVMATİK STRESS POZULMASININ TƏZAHÜR XÜSUSİYYƏTLƏRİ VƏ ARADAN QALDIRILMASI YOLLARI

Mətanət Ələkbərova

Odlar Yurdu universiteti

Koroğlu Rəhimov küç. 2, indeks AZ 1008

E-mail: metanet. elekberova. 99@mail. ru

Açar sözlər: stress, PTSP, psixoloji hadisələri, psixi travma, yeniyetmələr və s.

Keywords: stress, PTSD, psychological phenomena, mental trauma, adolescents, etc.

GİRİŞ

“Stres” termini fizioloji və psixoloji hadisələr arasında əlaqə quraraq psixologiyada geniş istifadə olunur. Psixologiyada bu anlayışa narahatlıq, konflikt, emosional sıxıntı, öz “mən”inə təhlükə, məyusluq, stres və s. anlayışlar daxildir. Posttravmatik stres pozuntusu bəzi insanlarda qorxulu və ya təhlükəli həyat hadisəsi ilə qarşılaşdıqdan sonra inkişaf edən bir pozuntudur.

Fiziologiya və psixologiyada ilk dəfə “stres” termini Valter Cannon (Walter Bradford Cannon) tərəfindən təqdim edilmişdir. V.Kennon (1871–1945) – Amerika psixofizioloqu, fizioloqu, Harvard Tibb Məktəbini bitirib, tibb elmləri namizədi, ABŞ Milli Elmlər Akademiyasının, London Kral Cəmiyyətinin üzvü, SSRİ

Elmlər Akademiyasının xarici fəxri üzvü olmuşdur. V.Kennon öz emosiya konsepsiyasını irəli sürmüşdür. Bu konsepsiyaya görə, emosiyaların ifadəsi hipotalamus strukturlarının funksiyalarının, emosional təcrübə isə talamusun stimullaşdırılmasının nəticəsidir.

Stres problemi Hans Selyenin (Hans Hugo Bruno Selye) (1907–1982) əsərlərində ətraflı təsvir edilmişdir. Hans Seyle stres haqqında demişdir: “Tam istirahət vəziyyətində belə, yuxuda olan bir insan stres yaşayır... Stresdən tam azad olmaq ölüm deməkdir”.

Müasir cəmiyyətin inkişafı şəraitində stresin qarşısının alınması və onun aradan qaldırılması ilə bağlı məsələlər aktuallaşır [3, s. 67]. Stresin

idarə edilməsinin müasir təcrübəsi fənlərarası yanaşma çərçivəsində formalaşmış güclü nəzəri bazaya əsaslanır. Bu təcrübədə toplanmış yerli və xarici təcrübəyə əsaslanan fizioloji və psixoloji biliklər xüsusi rol oynayır. Son zamanlar stres problemi və onun aradan qaldırılması yollarının fəal şəkildə öyrənilməsi sayəsində psixologiyada resurs yanaşması geniş yayılmışdır.

Posttravmatik stresin fenomenologiyası N.V.Tarabrinanın işində təsvir edilmişdir. Müəllifin fikrincə, insan psixikasına fəvqəladə təsir ilə xarakterizə olunan, onda travmatik stress yaradan, psixoloji nəticələri özünün ekstremal təzahüründə travmadan sonrakı stres pozulmasında ifadə olunan vəziyyətlər həyat və ya sağlamlıq üçün ciddi təhlükə ilə əlaqəli vəziyyətlərə uzun və ya gecikmiş reaksiya kimi yaranır [7].

Posttravmatik stres pozulması (PTSP) haqqında müasir anlayış 1980-ci illərə qədər tamamlandı, lakin travmatik təcrübələrin təsiri haqqında məlumatlar əsrlər boyu sənədləşdirilmişdir.

Ağır psixi travma nəticəsində yaranan və müasir posttravmatik vəziyyətlərə bənzər psixi pozulmaların təsvirinin tarixi XIX əsrin ikinci yarısına təsadüf edir. Sonra psixogen pozulmalar qrupu kimi təsnif edilən “travmatik nevroz” anlayışı ortaya

çıxır. Psixoloji travma mümkündür, əgər:

- baş vermiş hadisə şüurludur, yəni insan onun başına gələnləri və buna görə psixoloji vəziyyətinin pisləşdiyini bilir;
- təcrübə adi həyat tərzini məhv edir.

Posttravmatik stres pozulmaları E.M.Cherepanovanın işində təsvir edilmişdir. Müəllifin fikrincə, psixi pozulmaların Beynəlxalq Təsnifatında travmatik stres aşağıdakı hallarda reaksiyalar toplusu kimi müəyyən edilir [8]:

Travmatik hadisə israrla təkrar-təkrar yaşanır. Bu müxtəlif formalarda ola bilər:

- görüntülər, fikirlər və ya ideyalar daxil olmaqla, təkrarlanan və zorla püskürən, şüuru zəbt edən hadisə xatirələri;
- hadisə ilə bağlı təkrarlanan kabuslar;
- travma zamanı yaşananlara uyğun hərəkətlər və ya hisslər;
- travmatik hadisəyə bənzəyən (simvollaşdıran) bir şeylə qarşılaşdıqda intensiv mənfi təcrübələr;
- yuxu problemləri (yuxusuzluq və ya yuxunun pozulması)
- qıcıqlanma və ya qəzəblənmə;
- yaddaş və konsentrasiyanın pozulması;
- şişirdilmiş cavab (kiçik səs-küy, döyülmə və s. zamanı adam tit-

rəyir, qaçmağa tələsir, yüksək səslə qışqırır və s.).

Deməli, insan psixikasına dərin-dən təsir edən bir və ya bir neçə travmatik hadisə yaşamışdır. Bu hadisələr bütün əvvəlki təcrübələrdən kəskin şəkildə fərqlənir və o qədər ağır iztirablara səbəb olur ki, insan onlara şiddətli mənfi reaksiya ilə cavab verir. Belə vəziyyətdə olan normal psixika, təbii olaraq, narahatlığı aradan qaldırmağa çalışır: insan ətrafındakı dünyaya münasibətini kökündən dəyişir, həyatını bir az da olsa asanlaşdırmağa çalışır və bu da öz növbəsində psixi gərginliyə səbəb olur.

Müxtəlif yaş qruplarında olan uşaqlarda posttravmatik pozulmaların formalaşması və təzahür xüsusiyyətlərini başa düşmək, onları insanın müdafiə sisteminin səviyyələri haqqında fikirlər baxımından nəzərdən keçirməklə kömək edə bilər [5, s. 103].

V.V.Kovalev, insan inkişafı mərhələlərinin biogenetik nəzəriyyəsinə əsaslanaraq, müxtəlif yaş dövrlərində uşaqlarda və yeniyetmələrdə zərərə (travmatik vəziyyət də daxil olmaqla) neyropsix reaksiyaların spesifikliyinin üstünlük təşkil edən neyropsix reaksiya səviyyələrinin dəyişməsi ilə əlaqəli olduğunu inanırdı. Onlara 4 əsas belə səviyyə ayrılıb [2, s. 32]:

- Somatovegetativ (0–3 yaş);
- Psixomotor (3–7 yaş);
- Affektiv (5–10 yaş);

● Emosional-ideasion (11–17 yaş).

Vurğulamaq vacibdir ki, söhbət digər səviyyələrin cavab formalarının eyni vaxtda daxil olmasını istisna etməyən üstünlük təşkil edən cavab səviyyəsindən gedir. Cavab səviyyəsini nəzərə alaraq, müxtəlif yaş qruplarından olan uşaqlarda PTSP-nin müxtəlif əlamətlərini görmək və başa düşmək, adekvat tibbi və psixoloji yardım göstərmək daha asandır.

Uşaqlar və yeniyetmələr bütün bu amillərdən təsirlənir, lakin bəziləri xüsusi əhəmiyyət kəsb edir. Uşaq nə qədər kiçik olsa, travmatik bir vəziyyət zamanı baş verənləri dərk etmək bir o qədər çətinidir, o, böyüklərin davranışına, baş verənləri qavrayışına daha çox yönəldilmişdir. Uşaqlarda PTSP-nin nəticələrinin əksər affektiv təzahürləri valideynlərin reaksiyası ilə həyata keçirilir. Etibar etdiyiniz, hər zaman köməyə gələcək bir insandan ayrılıq uşaq üçün çox vaxt travmatik vəziyyətə çevrilir. Yalnız psixoloji travma aldığı anda deyil, həm də vəziyyətin həllindən sonra valideynlərdən ayrılması təsirlənmiş uşağın vəziyyətini pisləşdirir. Bu baxımdan ilk fürsətdə travmatik vəziyyətə düşmüş uşaqları ailələrinə qaytarmaq və artıq onları ayırmamaq lazımdır. Əgər şərait imkan verirsə, psixi travma qurbanlarına yerində yardım göstərilməlidir.

M.Maqqomed-Eminov posttravmatik pozulmaların mənşəyini izah

edən bir neçə əsas model müəyyən etmişdir [4, s. 50]. M.Maqomed-Eminovun ilk təsnifat modeli reaktiv adlanır. Onun əsas elementi stressorun gücü ilə baş verən pozulmanın intensivliyi arasında xətti əlaqədir. Reaktiv model çərçivəsində aparılan tədqiqatların əsas töhfəsi stresdən sonrakı pozulmalara səbəb olan obyektiv səbəbləri və neyrobioloji determinantları müəyyən etmək və təhlil etmək, həmçinin veteranların davranışlarının korreksiyasına və onların sosiallaşmasına yönəlmiş metodların işlənilməsindən ibarətdir. A.Marker öz konsepsiyasında post-travmatik stresin baş verməsi üçün şərait və amilləri vurğulayır [1, s. 73]:

- travmatik hadisə ilə bağlı amillər: zədənin şiddəti, onun idarə olunma bilməməsi, gözlənilməzliyi;
- qoruyucu amillər: baş verənləri dərk etmək bacarığı, sosial dəstəyin mövcudluğu, mübarizə mexanizmləri;
- risk faktorları: travma zamanı yaş, mənfi keçmiş təcrübə, psixi pozulmaların tarixi, aşağı sosial-iqtisadi səviyyə.

Travma subyektin ətraf mühitlə qarşılıqlı əlaqə azadlığını itirdiyi hər hansı bir vəziyyət hesab edilə bilər. Məzmun baxımından travmatik vəziyyətlər üç növ ola bilər [6, s. 12].

- fiziki tipli xəsarətlər (insan or-

qanizminə və onun fiziki dünyasına təsir edən hallar);

- narsistik tipli travmalar (başqa insanlarla münasibət zonası və EGO-nun formalaşması təsirlənir);
- sosial münasibətlər sistemində aid travmalar.

Tibbi praktikada ən başa düşülən və ən çox nəzərə alınan bir insana xarici təsir halları, canlılığın təsirləndiyi fiziki xəsarətlərdir. Belə hallara misal olaraq yanğın, təbii fəlakət, avtomobil qəzası, terror aktı ola bilər. Bu vəziyyətlərdə “fiziki sərhədlərin bütövlüyü” pozulur.

DSM-IV-ə görə PTSP-nin ən mühüm klinik simptomları bunlardır:

- travmatik hadisənin təkrarlanan təcrübələrinin qeyri-ixtiyari müdaxiləsi – xatirələr, yuxular, qorxu təsirinin qəfil başlaması, illüziyalar, halüsinasiyalar, dissosiativ epizodlar (sözdə flashbacklər);
- qaçınma davranışı və ümumi emosional karlıq – düşüncələrdən, birləşmələrdən xilas olmaq cəhdləri, travmatik hadisənin vacib anlarını xatırlaya bilməmək, həyata ümumi marağın azalması, dostlardan və yaxınlarınızdan uzaqlaşma hissi, məhdud imkanlar. müxtəlif emosional təcrübələr, qısaldılmış gələcək hissi yaşamaq;
- daimi fizioloji həddindən artıq

həyəcan – yuxunun pozulması, əsəbilik, diqqəti cəmləməkdə çətinlik, hipersayıqlıq, gözlənilməz stimula şişirdilmiş reaksiya.

Bütün bu simptomlar stress dövrü bitdikdən qısa müddət sonra baş verir, lakin altı aya qədər və ya daha çox gecikə bilər. PTSP-nin xroniki gedişində işləmək qabiliyyətinin olmaması, ümitsizlik hissi, əsəbilik və qəzəb partlayışları, aqressiv davranış epizodları, sistemativ olaraq peşəkar fəaliyyət göstərmək qabiliyyətinin

NƏTİCƏ

Bu prosesdə psixoterapevtik, psixofarmakoloji və reabilitasiya aspektlərini ayırd etmək olar.

Psixofarmakoloji terapiya klinik mənzərənin xüsusiyyətləri ilə müəyyən edilir, bu anda psixopatoloji simptomlarla baş verir. Onlardan ən kəskinini aradan qaldıran psixofarmakoterapiya psixoterapiya və reabilitasiya tədbirlərini asanlaşdırır.

PTSP üçün psixoterapiya ümumi reabilitasiya tədbirlərinin tərkib hissəsidir, çünki travma nəticəsində pozulmuş psixi fəaliyyəti reintegrasiya etmək lazımdır. Eyni zamanda psixoterapiya həyatın yeni koqnitiv modelinin yaradılmasına, travmatik təcrübənin affektiv şəkildə yenidən qiymətləndirilməsinə, öz şəxsiyyətinin dəyəri hissini və dünyada mövcud

itirilməsi, ictimai həyatdan kənarlaşdırılması, digər insanlarla münasibətlərin zəifləməsi ailə və dostluq əlaqələrinin pozulmasında özünü göstərən sosial uyğunsuzluğa səbəb ola bilər.

N.V.Tarabrinanın sözlərinə görə, hazırda müalicənin nəticəsi ilə bağlı müəyyən edilmiş fikir yoxdur. Müəllif qeyd edir ki, bəzi tədqiqatçılar PTSP-nin müalicə oluna bilən xəstəlik olduğuna inanır, digərləri isə onun simptomlarını tamamilə aradan qaldıra bilməyəcəyinə inanırlar.

olmağa davam etmək qabiliyyətini bərpa etməyə yönəlmişdir.

PTSP olan xəstələrin psixoterapevtik müalicəsinin məqsədi keçmişin həyəcanverici xatirələrini buraxmağa kömək etmək və sonrakı emosional təcrübələri travmanın xatırlatmaları kimi şərh etmək və xəstəyə indiki zamanla aktiv və məsuliyyətli şəkildə məşğul olmaq imkanı verməkdir. Bunu etmək üçün o, emosional reaksiyalarına nəzarəti bərpa etməli və həyatının və şəxsi tarixinin ümumi zaman perspektivində baş verən travmatik hadisə üçün düzgün yer tapmalıdır.

Qrup terapiyası travmadan sağ qalanlar üçün ən çox istifadə edilən terapiya növüdür. Çox vaxt müxtəlif fərdi terapiya növləri ilə birlikdə

həyata keçirilir. Hansı qrup terapiyasına üstünlük verildiyinə dair xüsusi tövsiyələr yoxdur. Bir-birindən fərqlənən istiqamətlər təklif olunur:

- təhsil problemlərinin həllinə və ya travmatik xatirələrin strukturlaşdırılmasına yönəlmiş açıq tipli qruplar;
- müəyyən bir tapşırığı yerinə yetirməyə, travmanın öhdəsindən gəlmək bacarıqlarını inkişaf etdirməyə, şəxsiyyətlərarası dinamika ilə işləməyə yönəlmiş müəyyən bir quruluşa malik qruplar.

İdrak-davranış, psixotərbiyə, psixanalitik, psixodramatik qruplar, özünə kömək qrupları, yuxu təhlili, arteterapiya və bir çox başqalarını əhatə edən qrup terapiyasının bir çox sahələrinə ümumi baxış A.Allen və S.L.Bloom (1994) tərəfindən olmuşdur. Qrup formatı nə olursa olsun, qrup terapiyası müəyyən terapevtik məqsədlərə nail olmaq məqsədi daşıyır:

- travmanı təhlükəsiz məkanda təkrar yaşayan terapevt (və qrup) ilə bölüşmək (bu halda terapevt prosesi məcbur etmədən xəstəni izləməlidir);
- oxşar təcrübələri olanlarla eyni qrupda işləmək, bu da öz təcrübələrinin universallığını hiss etməyə imkan verir;
- qrupun hər bir üzvünün travmatik təcrübəsinin unikallığına

baxmayaraq, təcrid, yadlaşma hisslərindən qurtulmaq;

- sosial dəstək və emosional təcrübəni digər insanlarla bölüşmək imkanı təmin etmək;
- ümumi problemlərin aydınlaşdırılması, travmanın nəticələri ilə mübarizə üsullarının öyrədilməsi və şəxsi travmanın həllini tələb etdiyini başa düşmək;
- dəstəkləyici və həvəsləndirici effekt verən intensiv təsirlərin başqalarının necə baş verdiyini müşahidə etmək;
- kömək edən birinin rolunda olmaq imkanı (dəstək verir, özünə inam yaradır, özünə hörmətini bərpa edə bilər);
- qrupun digər üzvlərinin həyatlarını öyrənmək və bununla da diqqəti təcrid hisslərindən və mənfi, özünü təhqir edən fikirlərdən uzaqlaşdırmaq imkanı;
- təqsir və utancın azalması, inamın inkişafı, kədər və itkini bölüşmək bacarığı;
- “sirr”lə işləmək bacarığı – özünüz haqqında məlumatı terapevt-dən başqa biri ilə bölüşmək (məsələn, qohumluq əlaqəsinin qurbanları üçün);
- qrup ideologiyasının, qrup üzvlərinə stresli hadisəni fərqli, daha optimist şəkildə qavramağa imkan verən dilin mənimsənilməsi;

– qrupun hər bir üzvü ilə baş və-rən dəyişikliklərin reallığı haq-qında öz fikirlərini formalaş-dırmaq imkanı əldə etmək.

PTSP üçün koqnitiv-davranış (dav-ranış) psixoterapiyası. PTSP psixote-rapiyasının bu formasının mərkəzi hissəsi PTSP simptomlarını tədricən azaltmaq üçün xəstənin travmatik yaddaş şəkilləri ilə qarşılıqlıdır. Xüsusilə qaçınma davranışlarını ara-dan qaldırmaq, həmçinin geri dönüş-lərin və həddindən artıq oyanmanın intensivliyini azaltmaq üçün təsirli olur.

PTSP müalicəsində davranış tera-piyasından istifadə etmək üçün bir neçə variant var. Bu gün ən məşhur olanları, xəstəyə səbəb olan vəziyyətlərin öhdəsindən gəlməyə kömək et-mək üçün nəzərdə tutulmuş “açılış müdaxilələri” (Exposure-Based Inter-ventions, EVG) və göz hərəkətləri vasitəsilə travmatik təcrübələrin de-sensitizasiyası və işlənməsi (EMDR), qorxu və Narahatlıq İdarəetmə Təli-mi (AMT), bu müddət ərzində xüsu-si bacarıqların köməyi ilə narahatlıq hissələrini idarə etməyi öyrənir.

Ədəbiyyat:

1. Калмыкова Е.С., Миско Е.А., Тарабрина Н.В. Особенности психотерапии посттравматического стресса // Психологический журнал. 2001. №4. С. 70-80.
2. Ковалёв В.В. Семиотика и диагностика психических заболеваний у детей и подростков. М.: Медицина, 1985. 288 с.
3. Леонова А.Б. Психопрофилактика стрессов [Текст] / А.Б.Леонова, А.С.Кузнецова. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1993. – 123 с.
4. Магомед-Эминов М.Ш. Личность и экстремальная жизненная ситуация // Вестник Московского университета. 1996. №4. С. 47-61.
5. Никольская И.М., Добряков И.В. Уровни защитной системы человека в контексте оказания психологической помощи // Психология совладающего поведения: материалы II Международ. научно-практ. конф., Кострома, 23-25 сент. 2010 г. Кострома: КГУ им. Н.А.Некрасова, 2010. С. 102-104.
6. Петрова Е.Ю., Самсонова Е.В. Как предупредить негативные последствия стресса у детей. М.: Академия, 2010. С. 11-12.
7. Тарабрина Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса. М., 2001. 240 с.
8. Черепанова, Е.М. Психологический стресс: помоги себе и ребенку [Текст] / Е.М.Черепанова. М., 1997.

**MANIFESTATIONS OF POSTTRAUMATIC
STRESS DISORDER AND WAYS
TO OVERCOME PTSD**

Mətanət Ələkbərova

ABSTRACT

Post-traumatic stress disorder is a psychological trauma or mental health condition caused by fear, despair, often unusual and unexpected events. If these events lead to the death or threat of injury to a person or a loved one, feelings of fear, dread, and helplessness may arise. After symptoms and signs of post-traumatic stress disorder appear, getting effective treatment as soon as possible is critical to reducing symptoms and improving function. Post-traumatic stress disorder can cause disruptions in work, relationships, health, enjoyment of daily activities, in short, an individual's entire life, and increases the risk of other mental health problems. These include major anxiety and depression, alcohol and drug use disorders, suicidal thoughts and actions, and eating disorders.

Məqalə Odlar Yurdu Universitetinin “Psixologiya, pedaqogika və sosial fənlər” kafedrasının iclasında müzakirə edilərək çapa məsləhət görülmüşdür (Protokol №10).

Rəyçi Müşfiq Mustafayev, psixologiya üzrə fəlsəfə doktoru, dosent.
Məqalə redaksiyaya 12 yanvar 2023-cü ildə daxil olmuşdur.

REDAKSİYA HEYƏTİ

Baş redaktor:

Əliyev B.H. (*AMEA-nın müxbir üzvü, psixol.e.d., prof., Azərbaycan*)

Baş redaktorun müavini:

Seyidov S.İ. (*psixol.e.d., prof., Azərbaycan*)

Məsul katib:

Mustafayev M.H. (*psixol. üzrə fəls. d., Azərbaycan*)

REDAKSİYA ŞURASI

Əliyeva K.R. (*psixol. e.d., prof., Azərbaycan*)
Əlizadə H.Ə. (*ped. e.d., prof., Azərbaycan*)
Əliyev R.İ. (*psixol. e.d., prof., Azərbaycan*)
Baxşəliyev Ə.T. (*psixol. e.d., prof., Azərbaycan*)
Qurbanova G.K. (*psixol. e.d., prof., Azərbaycan*)
Mehmet Engin Deniz (*psixol. e.d., prof., Türkiyə*)
Turan Akbaş (*psixol. e.d., prof., Türkiyə*)
Xudiyakov A.İ. (*psixol.e.d., prof., Rusiya*)
Qədirova R.H. (*psixol. e.d., prof., Azərbaycan*)
Şəfiyeva E.İ. (*psixol. e.d., prof., Azərbaycan*)
İbrahimbəyova R.F. (*psixol. üzrə fəls. d., prof., Azərbaycan*)
Cabbarov R.V. (*psixol. e.d., dos., Azərbaycan*)
Rüstəmov E.M. (*fəlsəfə üzrə fəls. d., Azərbaycan*)

Redaksiyanın ünvanı: AZ 1069, Bakı şəhəri, Z.Bünyadov 38, II mərtəbə.
Telefon: 5629961

Lisensiya: AVN№022487. Qeydiyyat nömrəsi V 287, 19 aprel 1999-cu il.
Azərbaycan Respublikası Mətbuat və İnformasiya Nazirliyi
www: psixologiyajurnali.az.

E-mail: psixologiyajurnali@gmail.com; psixologiyajurnal.az@bk.ru

Formatı 70x100 ¹/₁₆. Fiziki çap vərəqi: 5,0.

Tiraj: 300. Sifariş 193.

Qiyəti müqavilə ilə.

“Təhsil Nəşriyyat-Poliqrafiya” müəssisəsinin mətbəəsində çap edilmişdir.