

Ülkər Ələvsət qızı Qurbanova

Bakı Dövlət Universiteti

Müəllim

ulker_sahverdiyeva@mail.ru

AİLƏDƏKİ EMOSİONAL VƏZİYYƏTİN KÖRPƏLƏRDƏ PSIXOLOJİ MÜDAFİƏ MEXANİZMİNİN FORMALAŞMASINA TƏSİRİ

Xülasə

Körpəlik yaş dövrü uşağın fiziki, əqli və emosional cəhətdən ən sürətli inkişaf etdiyi dövrdür. Ailə və uşaq arasında qurulan güvənli bağlılıq münasibətləri uşağa sağlam bir psixoloji inkişaf bəxş edir. Təhlükəsiz bağlılıq emosional sağlamlığın bir hissəsidir. Hər bir insanda mövcud olan və qarşılaşdığı hadisələrə qarşı nümayiş etdirdiyi müdafiə mexanizmlərinin formalaşması uşaq illərinə gedib çıxır. Hal-hazırda uşaq psixologiyası və psixoterapiyasında psixoloji müdafiə problemi ən aktual və müzakirə olunan məsələlərdən biridir. Uşağa psixoloji müdafiə mexanizmlərini düzgün formalaşdırmağa kömək edən valideyn onun şəxsiyyətinin inkişafına, sosial uyğunlaşma qabiliyyətinin artmasına, habelə psixi pozğunluqların qarşısının alınmasına kömək edir. Uşaqların sağlam ailədə böyüməsi üçün ilk növbədə həmin ailədə ana atanın bir-biri ilə şəxsi münasibətləri çox önəmlidir. Valideynlərin özünün də övladlarına sağlam davranışlar sərgiləməsi, onların şəxsi xarakter xüsusiyyətlərindən və bir-birlərinə olan münasibətlərindən qaynaqlanır.

Açar sözlər: valideyn münasibətləri, ailədaxili ünsiyyət, psixoloji müdafiə, körpələrdə psixoloji müdafiə, emosional vəziyyət, müdafiə mexanizmləri

Ulker Alovat Gurbanova

Effect of the emotional situation in the family on the formation of psychological defense mechanisms in babies

Abstract

Infancy is the period when a child develops the most physically, mentally and emotionally. Reliable communication between family and child gives the child a healthy psychological development. Safe attachment is part of emotional health. The formation of defense mechanisms that each person has and demonstrates against the events they face goes back to childhood. Currently, the problem of psychological protection in child psychology and psychotherapy is one of the most pressing and discussed issues. A parent who helps the child to form psychological defense mechanisms correctly helps to develop his personality, increase his ability to adapt socially, as well as prevent mental disorders. In order for children to grow up in a healthy family, first of all, the personal relationship of parents in that family is very important. The fact that parents themselves show healthy behavior to their children stems from their personal characteristics and attitudes towards each other.

Key words: parental relationships, family communication, psychological defence, psychological defense in infants, emotional state, defence mechanisms

Giriş

Uşaqlik dövrü hər bir insanın həyat yolunun, fərdi inkişafının, başlanğıcı və əsasıdır. Uşaqlar böyüklərə mənasız görünə biləcək problemlərlə maraqlanır və onlarla həyəcanlanırlar, böyüklərin hiss etmədiyi çətin və xoşagəlməz ziddiyyətlərə düşürlər. Yetkinlərin dünyası pragmatik və rasionaldır. Bu, proqnozlaşdırıla bilən, strukturlaşdırılmış və müəyyənləşdirilmişdir. Uşaqların dünyasının isə dəqiq sərhədləri yoxdur. Buna görə də uşaqlar emosiya və duyğularla doludur. Təəssüf ki, onlar çox vaxt bu duyğularını sözlə ifadə edə bilmirlər və nəticədə daha yetkin və təsirli müdafiə strategiyalarına əl

atırlar. Bu zaman onlara yetkinlər, onlardan gördükləri davranışlar, müdafiə mexanizmləri, özünü ifadə üsulları köməyə çatır.

Körpəlik yaş dövrü uşağın fiziki, əqli və emosional cəhətdən ən sürətli inkişaf etdiyi dövrdür. Bu dövrdə uşağın təkcə fiziki ehtiyaclarını ödəmək yetərli sayılmır. Hələ heç bir bacarıq və vərdislərinin formalaşmaması səbəbindən uşağın özünə qulluq edən şəxsə qarşı emosional bağlılığı hər zaman diqqət cəlb edən məqam olmuşdur. Bu bağlılıq əsasında ona xidmət edən şəxslə ünsiyyəti körpənin zehni və emosional cəhətdən inkişafı üçün çox əhəmiyyətlidir [2;24] . Ailə və uşaq arasında qurulan güvənli bağlılıq münasibətləri uşağa sağlam bir psixoloji inkişaf bəxş edir. Ailənin , əsasən ana uşağa davranışları, sərbəstlik və müdafiə mexanizmləri, rəğbətləndirmə və cəza sistemləri uşağın özü haqqında fikirlərin formalaşmasına kömək edir. Körpəlik dövründə formalaşan ana obrazı uşağa təkcə özünü deyil, bütün həyatı boyu qarşılaşdığı “başqalarını” anlamağa kömək edir. Uşaq başqa insanlara baxarkən ananın yaratdığı linzalardan istifadə edir [4;281] .

Mary Ainsworth tərəfindən müəyyən edilmiş körpə ilə ana arasında yaranan “Etibarlı bağlılıq” uşağın inkişafında ciddi əhəmiyyətə malikdir və bu da ananın mülayim, həssas, uşağın tələbatını ödəməyə hazır olması və ünsiyyət qurmaq qabiliyyətinin düzgünlüyü ilə əlaqədardır. Təhlükəsiz bağlılıq emosional sağlamlığın bir hissəsidir. Uşağa "valideynin" onun üçün daim yaxınında olacağına əminlik verir və sonrakı həyatında düzgün münasibətlər sisteminin yaradılması üçün zəmin yaradır [3;31].

Hər bir insanda mövcud olan və qarşılaşdığı hadisələrə qarşı nümayiş etdirdiyi müdafiə mexanizmlərinin formalaşması Z.Freydin qeyd etdiyi kimi, uşaqlıq illərinə gedib çıxır [1;26] . Körpəlikdən başlayaraq psixoloji müdafiə sistemi böyüklərin təqlidi, onların uşağa münasibəti, evdəki emosional mühitin təsiri ilə formalaşır. Məsələn, tarixdə diktatorlar və insanlara zülm etmiş dövlət başçıların uşaqlıq illərinə nəzər salsaq, acizlik və acizlikdən doğan qəzəbin mövcudluğunu, heç vaxt hörmət olunmayan bir uşaqlıq keçirdiklərini və uşaqlıqda əldə edə bilmədiklərini sonradan qazandıqları böyük güc sayəsində etməyə çalışdıqlarını, bu zaman da özlərinə hörmət qazanmaq üçün hər növ (mənfi-müsbət) üsullardan istifadə etdiklərini görürük.

Bir çox psixoloji xəstəlik və problemlərin əsas mənbəyi neyrobioloji faktorlar və ətraf mühitə reaksiya kimi formalaşmasına baxmayaraq, burada əsas üstünlüyü ailədaxili münasibətlər və orada yaşanmış təcrübələr tutur. Çünki öyrənməyə başladığımız ilk yer ailə və valideynlərdir. İnsanlar burada təbii ehtiyacların necə ödəndiyini, əsas dəyərlər, çətinliklərlə necə mübarizə aparma yollarını görərək, öyrənərək və onlarla qarşılaşaraq öyrənir. Beləliklə uşağın emosional, kognitiv, fiziki cəhətdən sağlam inkişafı üçün ailə daxilindəki psixoloji mühit çox ciddi önəm daşıyır. Ana-ata münasibətlərinin bir uşaq üzərində hansı təsirlərə səbəb olduğu bir çox araşdırmalar nəticəsində aşkarlanmışdır. Bu münasibətlərdəki neqativliklərin , etinasızlıq və yanlış davranışların bir uşaq üzərində necə bir emosional istismara səbəb olduğu ailələr tərəfindən çox da bilinən bir mövzu deyil. Bu hallar uşaqlarda necə müşahidə olunur və bunun uşaqlarda şüuraltı istifadə olunan müdafiə mexanizmləri ilə əlaqəsi var mı? sualına bu məqaləmizdə cavab tapmağa çalışacağıq.

Ana-ata-uşaq üçlüyünü nəzərdən keçirdikdə əvvəlcə araşdırılması ilk əvvəl vacib olan mövzu emosional laqeydlik və psixoloji istismardır. İstismar prosesi valideynlərin rəftar və davranışları ilə şüurlu və şüursuz olaraq həyata keçirilir. Bu problem Dünya Səhiyyə Təşkilatı tərəfindən bir yetkin şəxs tərəfindən bilərək və ya bilməyərək edilən, uşağın sağlamlığına, fiziki və psixoloji cəhətdən inkişafına neqativ yöndə təsir edən davranışları –uşaq istismarı olaraq adlandırılmışdır [5;82] .

Bunun əksi olaraq uşaqlarda mənlilik şüurunun inkişaf etməsi və uşağın özünə inamının yüksək olması üçün , ailə üzvlər arasında mülayimlik, hörmət, sevgi, tolerantlıq çərçivəsində , mehriban münasibətlər ön planda olmalıdır. Valideyn münasibətlərinin uşağın inkişafında, özgüvənin formalaşmasında, müdafiə mexanizmlərinin yaranması və inkişafındakı əhəmiyyəti aparılan bütün tədqiqatlar tərəfindən vurğulanmışdır. Nəzərdən keçirilmiş mənfi - şüurlu və ya şüursuz münasibət və davranışlar uşaqlarda ciddi laqeydliyə və emosional zorakılığa səbəb olduğu aşkarlanmışdır [6 ; 692] .

Ümumiyyətlə mənfi valideyn münasibətlərini dörd başlıqda birləşdirmək olar. Araşdırma biləri, bunlar ; impulsiv (qayğısız), həddindən artıq qoruyucu, qeyri-sabit və avtoritar olaraq qruplaşdırılır. Bu

mənfi münasibətlər sistemi olan valideynlərə qarşılıq olaraq sağlam uşaq inkişafı üçün demokratik münasibət sərgiləyən valideyn münasibəti düzgün münasibətdir.

İmpulsiv (qayğısız) valideyn - Valideynlər tərəfindən uşağın qidalanmasında və sağlamlıq xidmətlərinin ödənilməsində pozulmalar, müxtəlif səbəblərdən uşağa qarşı istəksizlik, laqeydlilik, yad münasibət müəyyən edilmiş ailələrdir. Bu ailələrdə uşağı danlamaq, fiziki zədə və ya psixoloji travma yaradacaq davranışlar, lazımsız yerə cəzalandırmaq, laqeydlilik, uşağı tərk etmək və ya uzaqlaşdırmaq kimi təhdidlərdə qorxutmaq, uşağı pis ifadələrlə çağırma tərzində davranışlar görünür. Bəziləri analar uşaqları ilə fiziki yaxınlıq qurmur, onları qucağında saxlamaz və nəvaziş etməzlər. İlk fürsətdə uşağa başqasının baxması ilə öz həyatlarına qayıdirlər.

Həddindən artıq qoruyucu valideyn - Bu yanaşmada olan valideynlər uşaqları ilə həddindən artıq maraqlanır və onlar haqqında hər bir detallı özləri etmək istəyirlər. Övladlarına olan sevgilərini həddən artıq nəzarətlə birləşdirərək özləri həyata keçirmək istəyirlər. Övladlarının fərdi və müstəqil yaşamasına imkan vermirlər.

Bu münasibəti yaradan amillərə misal olaraq ata-ananın yaşının çox olması, evin kiçik övladı olmaq, evin tək oğul və ya qızı olmaq, uşağın ölə bir uşaqdan sonra doğulması, ağır xəstəlik keçirmiş olması, ana-atanın öz uşaqlıq dövrlərində yetərincə sevgi və qayğı görməmiş olmaları və s. kimi səbəblər bu münasibəti doğuran amillərə aiddir. Xüsusilə ananın uşağı həddindən artıq himayə etməsi, heç kəsə münasibətinə izn verməməsi əslində ananın gizli və ya naməlum psixi pozğunluğunun nəticəsi də ola bilər [2 ;86].

Qeyri-sabit valideyn - Bu cür valideynlər övladlarına bəzən çox sərt, avtoritar bir münasibət göstərəkən, bəzən də çox mülayim, xoşrəftar ola bilirlər. Onların qayda-qanunlarının çərçivəsi qeyri-müəyyəndir, qaydaların tətbiqində sabitlik və davamlılıq yoxdur. Valideynlərin sərgilədiyi bu qərarlı və tutarsız davranışlar qeyri-səlam bir şəxsiyyətin inkişafına səbəb ola bilər. Uşaq özünü sübut etmək və diqqəti cəlb etmək üçün özünü mülayim, yaxşı xasiyyətli, itaətkar və ya əksinə öz mənliliyini sübut etmək, müstəqilliyini göstərmək üçün əsəbi, dalaşqan, üsyankar davranışlar formalaşdırır. Hər şeydən əvvəl bu cür ailələrdə balanslı və sağlam şəxsiyyət strukturunun inkişafı üçün uşaqdan çox şey tələb olunur. Bu cür valideyn münasibəti uşağın şəxsiyyətinin inkişafına xələl gətirir.

Avtoritar valideyn - Bu cür valideynlər tələblərinin övladları tərəfindən əmr kimi qəbul edilməsini və qeyd-şərtsiz yerinə yetirməsini gözləyirlər. Ailə münasibətləri məsafəli və səthidir. Onların hadisələrə yanaşması birtərəflidir, hadisələri həmişə öz mühakimələri və prizmaları nöqtəyindən qiymətləndirirlər. Avtoritarlıqlarını qorumaq üçün hər zaman övladları ilə məsafə saxlayırlar. Bəzi araşdırmalar həddindən artıq təzyiq altında böyüyən uşaqların valideynlərinə nifrət etdiklərinə görə əsəblərini idarə etməkdə çətinlik çəkdiyini, kiçik bir mübahisədə belə tez özündən çıxma hallarının olduğunu və bəzi əsassız qorxu və narahatçılıq kimi halların mövcud olduğunu ortaya çıxarmışdır [7;59].

Uşaqların sağlam ailədə böyüməsi üçün ilk növbədə həmin ailədə ana atanın bir-biri ilə şəxsi münasibətləri çox önəmlidir. Valideynlərin özünün də övladlarına sağlam davranışlar sərgiləməsi, onların şəxsi xarakter xüsusiyyətlərindən və bir-birlərinə olan münasibətlərindən qaynaqlanır. Ancaq bir çox valideynlər də öz uşaqlıqlarında sıxışdırılmış emosional tələbat və ehtiyaclarının, yaşadıkları problemlərin əvəzini fərqində olaraq və ya olmayaraq övladlarından çıxır, valideynlərində gördükləri yanlış-xətəli münasibətləri övladları ilə ünsiyyətdə saxlayırlar. Bu şərtlərdə uşaq yaşına uyğun olan təbii ehtiyaclarını özündə tamamlaya bilmir. Nəticədə, kənarlaşdırılan ehtiyaclar şüursuzluq sahəsinə sıxışdırılır və bu insan sonradan fərqinə varmadan həmişə keçmişində yaşayan və ya bir çox müdafiə mexanizmindən tez-tez istifadə edən şəxsiyyətə çevrilir, bu zaman artıq onda psixopatoloji problemlərin toxumları səpilmiş olur [8 ;246].

Hal-hazırda uşaq psixologiyası və psixoterapiyasında psixoloji müdafiə problemi ən aktual və müzakirə olunan məsələlərdən biridir. Bu sahədə işlənmiş ən başlıca klassik əsər Anna Freyding "Mən psixologiyası və müdafiə mexanizmləri" adlanan monoqrafiyasıdır. İlk dəfə 1936-cı ildə Rusiyada, yazıldıqdan 50 il sonra nəşr olunmuşdur. Onun fikrincə, uşaqların emosional həyatı böyüklərin emosional həyatından daha az mürəkkəb və şəffaf olduğu üçün onu müşahidə etmək mümkündür. Onun fikrincə uşaq, başqasına ondan daha çox diqqət yetirildiyini görərsə, o zaman istər-istəməz kin və qısqanclıq hiss edir, əksinə onun istəkləri yerinə yetirilərsə, bu şübhəsiz ki onu sevindirir. Və ya etdiyi

mənfi davranış üçün cəza gözləyir, eyni zamanda qaçılmaz olaraq narahatlıq hiss edir. Beləliklə, valideyn uşağın bu xüsusi hadisələrə necə reaksiya verəcəyini təxmin edir. Bəzən bu cür gözləntilərin əksinə olaraq, müşahidə tamamilə fərqli mənzərəni göstərə bilər. Məsələn, uşaq böyüklərin xəyal qırıqlığı gözlədiyi məqamda laqeydlik göstərir və ya üzülmək əvəzinə şən əhval-ruhiyyə nümayiş etdirir. Bu zaman nə olur? Normal prosesi pozan hal baş verir. "Mən" qoruyucu funksiyalarını yerinə yetirərək, müdaxilə edir və affektin çevrilməsinə səbəb olur. Bu cür müşahidələrin təhlili psixoloqa uşağın "Mən" sistemi tərəfindən qəbul edilmiş xüsusi müdafiə texnikası haqqında məlumat verir. Təəssüf ki, yerli ədəbiyyatda hələ də uşaqların psixoloji müdafiəsi problemi ilə bağlı hər hansı sistemləşdirilmiş məlumatı ehtiva edən mənbə yoxdur. Bu xüsusiyyətlər adətən müəllifləri maraqlandıran bir çox digər problemlər sırasında nəzərdən keçirilir və əksər hallarda ailədə uşağın düzgün tərbiyə edilməməsinin səbəbi kimi şəxsiyyətin anormal inkişafı vurğulanır [9;117]. Burada əsas diqqət uşağın psixikasındakı təzahürlərin öyrənilməsinə deyil, psixoloji müdafiə mexanizmlərinin formalaşmasında valideynlərlə uşaqlar arasında münasibətlərin roluna yönəldilir. Bundan əlavə, müdafiə mexanizmlərinin öyrənilməsi ehtiyacı daha çox əqli geriliyi olan uşaqlar və inkişafın kritik dövrlərində olan uşaqlar (adətən məktəbəqədər və yeniyetməlik dövrü) ilə əlaqələndirilir. Psixoloji müdafiə praktikada öyrənilməkdənsə, müzakirə edilir, məqalə və monoqrafiyalarda əldə olunan biliklər ümumiləşdirilmir. İlkən səbəb tədqiqat obyektinin özünün mürəkkəbliyidir, bununla əlaqədar olaraq tədqiqatçılar kompleks araşdırmanı rəhbər tutmalıdırlar. Çünki müdafiə mexanizmləri müxtəlif və individualdır, üzərində araşdırma aparmaq qəliz məsələdir [10]. Bundan əlavə, psixoloji müdafiənin nəticələrinin analizi real stimulların və reaksiyaların , müxtəlif zaman və məkanlardan asılı olaraq bir-birindən fərqlənməsi ilə çətinləşir. Bütün bunlar ədəbiyyatlardakı hissə-hissə məlumatların, xüsusi faktların birləşdirilməsini və eyni zamanda uşaqlarda psixoloji müdafiənin müəyyənləşdirmək və şərh etmək məsələsini çətinləşdirir. Adətən, psixoloji müdafiə mexanizmləri və qoruyucu davranış strategiyaları haqqında nəticə körpələrdə müşahidəsi əsasında və biraz yuxarı yaş dövrlərindəki uşaqlarda bəzi proyektiv üsullardan (məsələn, Luscher rəng testi, proyektiv müsahibə texnikası, Rosenzweig rəsinin uşaq versiyaları, Blacky və Pata Negra hesabı testləri, TAT testləri və s.) istifadə əsasında müəyyən edilir [12]. Bu üsullardan səmərəli istifadə zamanı psixoloqdan fərdi psixoloji müdafiə mexanizmlərinin mənası (məzmunu) haqqında yüksək təsəvvürə malik olması tələb olunur. Bu metodikalar həmçinin inkişaf gecikməsinin vaxtında qarşısını almağa və uşağın emosional reaksiya səviyyəsi haqqında məlumat almağa imkan verir.

Nəticə

Uşaqlarda psixoloji müdafiə sisteminə nəzər salarkən biz daha çox subyektdən (psixoloji müdafiə) deyil, obyektə (konkret körpə-uşaq) başlayan bir yanaşmadan istifadə etdik. Uşağa psixoloji müdafiə mexanizmlərini düzgün formalaşdırmağa kömək edən valideyn onun şəxsiyyətinin inkişafına, sosial uyğunlaşma qabiliyyətinin artmasına, habelə psixi pozğunluqların qarşısının alınmasına kömək edir. Beləliklə araşdırmamızdan belə qənaətə gəlirik ki, ailədəki emosional vəziyyət uşaqlarda psixoloji müdafiə mexanizminin formalaşmasına təsir edir, valideyn davranışındakı müsbət və ya mənfi müdafiəedici xüsusiyyətlər, uşaqlarda psixoloji müdafiənin inkişaf istiqamətini müəyyən edir.

Ədəbiyyat

1. Freyd, S.: Müdafiə nöropsikozları, Amorrortu Editores (A.E.), III cild, Buenos Aires, 1976 , s-26.
2. Çağdaş, A. Anne-baba-çocuk iletişimi. Ankara: Eğiten Kitap. 2012 ,s-24.
3. Gander MJ, Gardiner HW (Yay ıma Hazırlayan: Prof. Dr. Bekir Onur),Çocuk ve Ergen Gelişimi, İmge Kitabevi, Ankara, 2001, s-31
4. Carver C, Scheier M: Perspectives on psychology, Cambridge University Press, 1998, p 281
5. Doğanlı, B., ve Karaörs, G. Çocuk istismari ve sosyal devlet kapsamında çocuk istismarina yönelik alınan önlemler. The Journal of International Scientific Researches.2017 , s-82
6. Baumrind, D. New directions in socialization research. American Psychologist.1980, p 692

7. Graham-Bermann, S. A., ve Levendosky, A. A. The social functioning of preschool-age children whose mothers are emotionally and physically abused. Journal of Emotional Abuse .1997 , p 59
8. Miller, A. The Drama of the Gifted Child (Das Drama des begabten Kindes, 1979) İstanbul Yayıncılık 2015. s-246.
9. Çumakova.E.V. Psixologičeskaya zaşıta liçnosti v sisteme detsko-roditelskovo vzaimodeystviya / Diss. kand. psixol. nauk. — SPB.: SPBQU, 1999. S-117
10. <https://www.simplypsychology.org/defense-mechanisms.html>
11. <https://az.unistica.com/psixoloji-mudafiə-mexanizmləri>
12. <https://az.nsp-ie.org/tests-proyektivos-1985>
13. <http://pcc.az/blog/?p=7685>

Rəyçi: dos. Səxavət Əliyeva

Göndərilib: 25.02.2022

Qəbul edilib: 30.03.2022