

**Gülşən Fərhad qızı Aşurova**  
Qərbi Kaspi Universiteti  
Magistrant  
gulsen\_qlyv@mail.ru

## **AİLƏ YENİYETMƏ ŞƏXSİYYƏTİNİN FORMALAŞMASINDA TRAVMA MƏNBƏYİ KİMİ**

### **Xülasə**

Yeniyyətlik dövrü mürəkkəb bir dövr hesab olunur, çünki bu dövr sosial münasibətlərdə və cəmiyyət qarşısındakı məsuliyyət səbəbindən beyinə və hormonal inkişafa təsir edən əhəmiyyətli dəyişiklikləri ehtiva edir. Yeniyyətlər ən vacib olan intim münasibətlərini qurur, öz şəxsiyyətlərini və həyat tərzini formalaşdırırlar. Bu sahələrdə travmanın təsiri dərin ola bilər və gələcək planların dağılmasına və depressiv davranışlara səbəb ola bilər. Travmatik hadisənin idarəolunmaz xatirələri yeniyyətləri intim-şəxsi münasibətlər zamanı sosial təmaslardan geri çəkilməyə sövq edə bilər. Bu kimi zorakılıq hallarının hədəfi olan insanda nəticə olaraq dərin inamsızlıq yaranır ki, bu da intim münasibətlərdə ümumiləşdirilir.

**Açar sözlər:** ailə münasibətləri, psixoloji travma, konflikt, yeniyyətə şəxsiyyəti, sosial problemlər

**Gulshan Farhad Ashurova**

### **Family as a source of trauma in the formation of adolescent personality**

#### **Abstract**

Adolescence is considered a complex period because it includes significant changes in social relationships and in the responsibilities to society, which affect the brain and hormonal development. Teenagers establish their most important intimate relationships and shape their personality, their identity and their lifestyle. The effect of trauma in these areas can be profound and may lead to future plans shattered, and the risk of depression behaviors. Intrusive and uncontrollable memories of the traumatic scene can disturb intimate relationships and push teenagers to retreat from social contacts. Being the target of a trauma produced by man, as in the case of violence or rape, causes a profound lack of trust in the benevolence of the human race, which is often generalized in intimate relationships.

**Key words:** family relations, psychological trauma, conflict, adolescent identity, social problems

#### **Giriş**

Valideyn-övlad münasibətləri bütün dövrlər üçün aktual məsələlərdən olmuşdur. Yeniyyətlik böyümənin ən çətin dövrlərindən biridir. Bu dövrdə

yetkinlik başlayır, özünüdərk və müəyyən düşüncə tərzini formalaşdır, uşaq tədricən "uşaq dünyası"ndan çıxır və "böyüklərin dünyası"na daxil olur.

Yeniyyətlik dövrü təkcə uşağın yetkinləşməsi deyil həmçinin bütün ailə üzvlərinin sosial baxımdan yetkinləşməsi prosesidir. Yeniyyətlər üçün əsas xarakterik cəhət onların müstəqilliyə can atmasıdır. O, açıq şəkildə valideynlərinə etirazını bildirir, bəzən isə bu çıxışları kobud və sərt şəkildə edir. Bunun nəticəsidir ki, ailə daxilində münaqişələr başlayır hansı ki, bu münaqişələr yeniyyətlərin sonrakı həyatında və şəxsiyyət kimi formalaşmasında əhəmiyyətli dərəcədə rol oynayır. Bu baxımdan yeniyyətlik dövründə firavan ailələrdə də müəyyən qədər çətinliklər yaranır. [7, s 14]

Ailə cəmiyyətin ən kiçik vahidi kimi ortaq keçmişə və gələcəyə malik və qarşılıqlı əlaqədə olan fərdlərdən ibarət sistemdir. Ailə həm də istehsalın və istehlakın məhsuludur hansı ki, burada sosial və emosional münasibətlər tənzimlənir. Uşaq ailəyə gəldikdə, bu, nəslin davamı və gələcək planları üçün təminat mənbəyi kimi görülür. Ailə institutunda uşağın iştirakı ilə xüsusilə valideynlər üçün çətin bir dövr başlayır. Uşağın dünyaya gəlişi ilə ailədə uşağa qayğı, nəzarət, sosial və psixoloji dəstək prosesi

başlayır. Uşağa veriləcək dəstək inkişafın ən mürəkkəb mərhələsi olan, yetkin həyatına ilk keçid olaraq təyin olunan yeniyetməlik dövründə xüsusi əhəmiyyət kəsb edir. [5]

Uşaqlar doğulduqları andan etibarən valideynlərinə həddən artıq məsuliyyət yükləyirlər. Uşaqların varlığı ilə ailədəki fərdlərin rolları dəyişir, onlar həyat yoldaşı olmaqdan əlavə valideyn olmağın məsuliyyəti ilə də yüklənmiş olurlar.

Təsadüfi fikir ayrılığı dünyanın demək olar ki, hər bir ailə sistemində baş verir. Demək olar ki, bütün uşaqlar və yeniyetmələr valideynlərinin nə vaxtsa mübahisə etdiyini görürlər. Münasibətlərin optimal həlli yollarına nail olmaq bütün yeniyetmələr üçün vacib məsələdir.

Ailədaxili konfliktlər hər zaman şəxsiyyətlərarası zorakılıq demək deyil. Tez-tez baş verən mübahisələrə digər valideyn haqqında pis danışmaq, xəyanətləri müzakirə etmək, maliyyə sıxıntılarını barədə mübahisələr və s. daxildir. Bu kimi mübahisələr kiçik görünsə də ömür boyu davam edən yaralar açə bilər. [2]

Yüksək konfliktli vəziyyətlərdə olan ailələr tez-tez ayrılıq və boşanma zamanı əlavə çətinliklərlə üzləşə bilərlər. Bu çətinliklərə aşağıdakıları misal göstərə bilərik:

- Uşaqların 30%-i evdə zorakılığın şahidi olur ki, yüksək konfliktli evlərdə yaşayan uşaq və yeniyetmələr üçün münasibətlər və qeyri-sabit vəziyyətlərdən qaynaqlanan uzunmüddətli psixoloji təsirlərdən əziyyət çəkmə potensialı təbii fəlakətlərlə üzləşmiş uşaqlara bənzəyir. Əslində, emosional və ya fiziki zorakılığa məruz qalmış və ya valideynin, baxıcının, bacı-qardaşın emosional və ya fiziki zorakılığının şahidi olan uşaqlar üçün travmanın təsiri daha ağır ola bilər.

- Yüksək münasibətlər ailələrdə olan uşaqlar daha böyük sosial problemlərlə üzləşirlər. Tədqiqatlar sübut edib ki, uşaqlar təxminən altı aydan etibarən valideynlərin münasibətinə cavab olaraq daha yüksək narahatlıq səviyyəsi nümayiş etdirirlər. Belə olduğu halda yeniyetmələrin narahatlığı artır, sosial münasibətlərdə çətinlik çəkir, məktəbdə kifayət qədər möhkəm olurlar.

Valideynlər arasında düşmənçilik yaşayan uşaqların yeniyetməlik dövründən başlayaraq öz münasibətlərində məmnunluq səviyyəsinin aşağı olduğu, bəzilərinin isə ailə strukturları, evlilik və ümumiyyətlə münasibətlər haqqında mənfəi fikirlər bildirdiyi göstərilir.

- Yeniyetmələrin Psixi Sağlamlığı və Boşanma. Ayrılıq və boşanma ailə sistemində dəyişikliklərə səbəb olur. Əksər valideynlər ailədəki dəyişiklikləri nisbətən konstruktiv şəkildə idarə edə bilərlər lakin bunu bütün ailələrə şamil etmək olmur. Boşanma prosesi uşaqların xüsusilə də yeniyetmələrin psixi sağlamlığına güclü zərbə endirir. Evdə xroniki stress keçirən uşaq və yeniyetmələrin psixi sağlamlıq problemlərinə daha həssas olduğu göstərilmişdir. [3]

Ailə yeniyetmənin travma almasına bir sıra yollarla təsir göstərə bilər. Bunlara aşağıdakıları misal göstərə bilərik:

1. Ailə öz üzvünü psixi travmaya həssaslaşdırən amil kimi. Buraya fərdin travmaya həssaslığını müəyyən edən şəxsi keyfiyyətlərini misal göstərə bilərik. Sinir sisteminin zəifliyi ilə psixi travmanın kütləviliyi arasında tərs mütənəsbət əlaqə var. Sinir sistemi nə qədər həssasdırsa, bir o qədər az intensiv travma onun fəaliyyətinin pozulmasına gətirib çıxarır.

Ailə müxtəlif yollarla həssaslaşdırıcı amil kimi çıxış edir:

- Psixi travmaya tab gətirmək qabiliyyətinin formalaşması yolu ilə. Valideynləri tərəfindən əzizlənmək yeniyetmələri incitmir lakin ailədən kənarında olduqları hallarda baş verən hadisələrə qarşı onlarda həssaslıq yaranır. Lakin özlüyündə hipoqoruma psixikaya zərər vermir. Ancaq eyni zamanda, insanın iradi keyfiyyətlərinin formalaşması çətinləşir və onu həssaslaşdırır, məsələn, alkoqolizmə qarşı.

- Psixi müqavimətin təsiri ilə. Dözülməz psixoloji gərginlik təkcə travma faktoru ola bilməz, həm də insanın müxtəlif psixolojik hadisələrə qarşı müqavimət qabiliyyətini zəiflədə bilər;

- Bir insanın patogen bir vəziyyət haqqında təsəvvürünün formalaşması və onun qiymətləndirilməsi vasitəsilə. V.N. Myasişev dəfələrlə bir insanın patogen bir vəziyyət haqqında təsəvvürünün və bu vəziyyəti qiymətləndirməsinin böyük əhəmiyyətini qeyd etmişdir.

Ailə reallığın müxtəlif aspektləri haqqında öz üzvlərinin təsəvvürlərinin formalaşmasında mühüm rol oynayır. Buna uyğun olaraq, insanın onlar haqqında ailə üzvlərinin üstünlük təşkil edən təsiri altında formalaşan təsəvvürünün obyektiv olaraq travmatik olduğu ortaya çıxə bilər. Beləliklə, zehni geriliyi olan bir yeniyetmə üçün məktəbdəki uğursuzluqlar özlüyündə patogen bir vəziyyət deyil. Ancaq bütün

ailənin və xüsusən də ona bir az ümid bağlayan valideynlərin bu uğursuzluqlara müəyyən münasibəti səbəbindən onlar bunu travmatik hadisə kimi qəbul edirlər.

2. Ailə psixi travmanın təsirini gücləndirən amil kimi (xronifikasiya). Psixi travma həm fərdin, həm də ailənin müxtəlif reaksiyalarına səbəb ola bilər. Bəzi hallarda bunlar əks reaksiyalardır. Onlar psixi travmanın və onun nəticələrinin tez bir zamanda aradan qaldırılmasına yönəlib. Bəzi hallarda isə reaksiya əksinə ola bilər. Bu və ya digər şəkildə zədəni stimullaşdırır, ağırlaşdırır və aradan qaldırılmasını çətinləşdirir. Bu, təkrarlanan xəsarətlərlə psixikanın əvvəlkinin nəticələrini aradan qaldırmağa vaxt tapmadan yenisinin meydana çıxması ilə özünü göstərir. Buna görə də hər bir yeni zədə əvvəlkinin üzərinə gəlir.

3. Travmaya qarşı fərdi üsulların formalaşmasında ailənin rolu. Psixi travma insanı bir növ ona qarşı çıxmaq ehtiyacı qarşısında qoyur. Fərd buna uyğun olaraq rəşional əks, qoruyucu (repressiya, proyeksiya), dağıdıcı (infantilizasiya, fiksasiya) üsulları seçə bilər. Ailə travmaya cavab vermək üsullarının “seçilməsi”ndə böyük rol oynayır [6]

Ailə münasibətlərinin müddəti özü uzun müddət fəaliyyət göstərən, tez-tez və təbii olaraq təkrarlanan psixi travmaların formalaşması üçün əlverişli şərait yaradır. Yeniyetmənin psixoloji travmasında ailəni təhlil etsək görərik ki, ailədə stabil patogen vəziyyət hökm sürür. Belə olduqda fərd ailə həyatını ümumilikdə travma kimi qəbul edir. Travmatik təcrübə ailə vəziyyətinin nəticəsi olur. Bu halda yeniyetmə ailədaxili münasibətlərindən həddindən artıq narazılıq hissi keçirir və bu hiss həm asudə vaxt sahəsində ümumi maraqların olmaması, həm də şəxsiyyətlərə münasibətlərində uğursuzluqlara gətirib çıxarır. Bütün bunlarla yanaşı yeniyetmədə özünüqiyəmətləndirmə səviyyəsinin aşağı düşməsi, rəğbət ehtiyaclarının ödənilməməsi kimi hallara səbəb olur. [8, s 43]

Psixi travma, hər şeydən əvvəl, mərkəzində müəyyən bir emosional vəziyyət olan psixi təcrübədir. Travmatik təcrübənin strukturunda emosiyaların mərkəzi yeri təbiidir. Bu, həm emosiyaların psixi proseslərin təşkilində və inteqrasiyasında mühüm yeri, həm də fərdin psixi və somatik sistemləri arasındakı əlaqədə rolu ilə bağlıdır. [12]

Mütəxəssislər psixi travmanın müxtəlif səbəblərini müəyyənləşdirmişlər. E.Petrova (klinik psixoloq, geştalt terapevt) travmanın aşağıdakı növlərini müəyyənləşdirmişdir:

1. Fiziki travma (insan orqanizminə və onun fiziki dünyasına təsir edən hallar);
2. Narsistik travma (digər insanlarla münasibətlər zonası və subyektivliyin formalaşması)
3. Sosial travma (sosial münasibətlər sisteminə aid) [10].

Məzmun baxımından travmatik vəziyyətlər sosial və ya fiziki zorakılıq halları, həyat şəraitinin kəskin dəyişməsi, təbii fəlakətlər və digərləri ola bilər.

Patogen vəziyyət müxtəlif insan münasibətlərində yarana bilər: ailə, xidmət, əmək, təhsil və s. Ailə münasibətləri bir qayda olaraq, hər bir insanın həyatında əhəmiyyətli rol oynayır. Belə ki, insanın psixi pozğunluqlarının yaranmasında bu kimi patogen vəziyyətlərin rolu danılmazdır. Patogen vəziyyətlərin və psixotravmatik təcrübələrin yaranmasında ailənin aparıcı rolu bir sıra hallarla müəyyən edilir:

1. Şəxsi münasibətlər sistemində ailə münasibətlərinin aparıcı rolu. Ailə, həyatın ilk dövrlərində, insan gələcəyinin inkişaf üçün fərdin daxil olduğu ən vacib sosial qruplardan biridir. Ailədə baş verən hadisələr iş, qonşuluq, yoldaşlıq münasibətlərinə bilavasitə təsir göstərir.

2. Ailə münasibətlərinin çox şəxəli olması və onların yaxın əlaqəsi. Məişət, istirahət, emosional münasibətlər, ailə həyatının cinsi-erotik sferası - bunların hamısı bir-biri ilə sıx bağlıdır. Onlardan birində az-çox əhəmiyyətli dəyişiklik etmək cəhdi digərlərində dəyişikliklərin “zəncirvari reaksiyasına” səbəb olur.

Məhz bu xüsusiyyətinə görə də ailənin hər hansısa bir üzvü ailədə baş verən çətinliyi görməzdən gələ bilmir.

3. Ailə üzvünün müxtəlif ailədaxili təsirlərə, o cümlədən travmatik təsirlərə münasibətdə xüsusi açıqlığı və həssaslığı. Ailədə fərd ən çox digər ailə üzvlərinin təsirinə məruz qalır; o zaman onun zəiflikləri və çatışmazlıqları ən açıq şəkildə özünü göstərir. [11]

Kompleks Travma, uşaqların tez-tez erkən uşaqlıq dövründə travmatik hadisələrə məruz qalmasını təsvir edir. Bu hadisələr adətən intensiv xarakter daşıyır, uşaqlıq və yeniyetməlik illəri və ondan sonrakı dövrlərdə də uzunmüddətli təsirlərə səbəb olur.

Kompleks travma keçirmiş uşaqlar emosional zorakılıq, fiziki zorakılıq, cinsi zorakılıq, maliyyə zorakılığı, tərkdilmə, yüksək konfliktli boşanma, laqeydlik və ya hücumdan əziyyət çəkmiş ola bilər. Travmaya cavabdeh şəxslə hələ də təmas varsa, kompleks travma daha da ağırlaşma bilər. Bu, ailə evində və ya uşağın daha geniş mühitində baş verə bilər. Travmatik hadisələr valideynlər və ya digər qayğı göstərənləri əhatə edə bilər.

Kompleks travma keçirmiş uşaqlar böyük hisslər, sarsıntı, inamsızlıq və çətin emosiyalarla mübarizə üsullarını inkişaf etdirirlər. Təəssüf ki, bu mübarizə strategiyalarından bəziləri yeniyetməlik, erkən yetkinlik və sonrakı dövrlərdə uyğunsuz olur və müxtəlif çətinliklərə səbəb olur.

Kompleks travma diaqnozu müxtəlif yaş dövrlərində qoyula bilər.

Yeniyetmələrdə kompleks travmanın simptomlarını aşağıdakı kimi səciyyələndirmək olar:

- Şiddətli günahkarlıq və utanc hissi
- Yuxusuzluq və ya dərin yuxu
- Fiziki simptomlar: başgicəllənmə, ürəkbulanma, mədə ağrıları və s.
- Aqressiya
- Evdə və məktəbdə davranışlarının dəyişməsi
- Narahatlıq və qorxu
- Özünəqapanma
- İntihar düşüncələri və hiper sayıqlıq
- Müdaxilə edən fikirlər
- Obsessiv davranışlar
- İştahsızlıq və ya həddindən artıq çox yemək
- Maddə istifadəsi
- İnternet və ya oyun asılılığı
- Yüksək riskli cinsi davranışlar
- Adi haldan daha aşağı özünə qulluq səviyyəsi
- Depressiya
- Münasibətlərdə inam yaratmaqda çətinlik və s. [4]

Müntəzəm olaraq qızgın ailə münasibətlərinin şahidi olan yeniyetmələr yaşadıklarına nisbətən tərkdilmə və rədd edilmə qorxusunu daha çox bildirirlər. Tərkdilmə ilə bağlı həddindən artıq qorxunun sonrakı həyatda ciddi psixi sağlamlıq problemlərinin xəbərçisi olduğu sübut olunmuşdur [9, s 78].

### Nəticə

Ailə ilə bağlı müxtəlif ədəbiyyat məlumatlarının ümumiləşdirilməsi göstərir ki, ailə ilə bağlı çoxsaylı travmatik təcrübələr arasında dörd növ vəziyyət xüsusilə mühüm rol oynayır:

1. Qlobal ailə narazılığı vəziyyəti. Bu təcrübənin yaranmasına səbəb olan patogen ailə vəziyyəti insanın ailəyə münasibətdə şüurlu və ya şüursuz gözləntiləri ilə ailənin faktiki həyatı arasında kəskin uyğunsuzluqdur. Bu uyğunsuzluğun nəticəsi olaraq ailədaxilindəki fərdlərdə müxtəlif psixoloji və psixosomatik xəstəliklərin təzahür etməsi xarakterikdir.

2. "Ailə narahatlığı". Ailə üzvlərinin hər birində və ya birində tez-tez zəif tanınan və zəif lokallaşdırılmış narahatlığın spesifik halları özünü biruzə verir. Bu tip narahatlığın xarakterik xüsusiyyəti ailə ilə əlaqəli qorxuların və şübhələrin olmasıdır. Bunlar ailə üzvlərinin sağlamlığı, onların yoxluğu və ya itirilməsi, gec qayıtması, toqquşmalar, ailədə yaranan münaqişələrlə bağlı qorxulardır. "Ailə narahatlığının" əsasında, bir qayda olaraq, bir insanın ailə həyatının onun üçün çox vacib bir aspektində zəif dərk edilmiş qeyri-müəyyənliyi dayanır. Bu halın mühüm tərəfləri həm də acizlik hissi, ailədə baş verən hadisələrin gedişatına müdaxilə etmək, onu düzgün istiqamətə yönəldə bilməmək hissidir.

3. Ailənin dözülməz psixi və fiziki stressi; Həddindən artıq nevroloji vəziyyət psixotravmatik vəziyyətə gətirib çıxarır.

4. Günah vəziyyəti. Ailənin digər üzvlərinə, bütövlükdə ailəyə münasibətdə günahkarlıq hissi də ailədəki müxtəlif münasibətlər səbəbindən əhəmiyyətli dərəcədə intensivliyə çata bilər ki, bu da insanın

xarakter xüsusiyyətləri ilə birlikdə travmatik faktora çevrilə bilər. Bu zaman fərd özünü başqalarına maneə, ailədə baş verən bütün uğursuzluqların günahkarı (həqiqətən və ya xəyali) hiss edir və digər ailə üzvlərinin münasibətini məzəmmət etmək, günahlandırmaq kimi qəbul etməyə meyilli olur [1].

Beləliklə, ailə psixi travmanın mühüm mənbəyi kimi çıxış edir. İlk növbədə, bu, birbaşa iştirakdır. Ailə fərdin psixogen təcrübələrinin ən əhəmiyyətli mənbələrindən biridir. Bundan əlavə, ailənin travmatizasiya prosesində dolayı iştirakının müxtəlif yolları mövcuddur, bunun sayəsində üzvlərinin travmaya qarşı həssaslığını, travmanın nəticələrinin müddətini və müalicəvi təsirlərə qarşı müqavimətini müəyyən edir.

### Ədəbiyyat

1. Elektron resurs: “Semya kak istochnik psikhicheskoy travmy lichnosti”, Leonid Maksimenko.
2. Zemska M. Sem'ya i lichnost, M., ed. Tərəqqi, 1999, 133 s.
3. Semya i formirovaniye lichnosti/ red. Bodalev A.A., M., red. Maarifçilik, 1989, 206 s.
4. Andreeva A.D., Voxmyanina T.V., Voronova A.P., Chutkina N.I. / red. Dubrovina M.V./ Rukovodstvo prakticheskogo psixologa. Psikhicheskoye zdorovye detey i podrostkov. M., 1995
5. Benjamin Kolodzin. “Kak zhit posle psikhicheskoy travmy”Şans" 1997.
6. “Psixologicheskiye problemy sovremennoy semy”. MDU 2018.
7. “Semya i sovremeniye sotsium” (seriya: semya i deti v sovremennom mire) Sankt-Peterburq 2017.
8. [https://studbooks.net/734401/psixologiya/semya\\_faktor\\_psixologicheskoy\\_travmy](https://studbooks.net/734401/psixologiya/semya_faktor_psixologicheskoy_travmy)
9. <https://thewaveclinic.com/blog/parents-in-conflict-and-the-children-who-live-through-the-trauma/>
10. <https://works.doklad.ru/view/vYAlfTSA304/all.html>
11. <https://www.scirp.org/journal/paperinformation.aspx?paperid=73425>
12. <https://studfile.net/preview/7771274/page:6/>

**Rəyçi: psixologiya.ü.f.d. A. Abbasova**

Göndərib: 26.02.2022

Qəbul edilib: 31.03.2022