

## **Yaşlılıq və yaşlılara qarşı münasibət**

**Rəna Vaqif qızı Nağıyeva**

*Azərbaycan Dövlət Pedaqoji Universiteti*

**E-mail:** rena.nagiyeva4@mail.ru

**Rəyçilər:** psixol.ü.f.d., dos.S.N. Heydərova,  
psixol.ü.f.d., dos. Ü.A. Əfəndiyeva

**Açar sözlər:** psixologiya, yaşlılıq, münasibət, davranış, ailə, insan, həyat, müasir

**Ключевые слова:** психология, старость, установки, поведение, семья, человек, жизнь, современная

**Key words:** psychology, old age, attitudes, behavior, semen, barrels, living, sown

Doğuş və ölüm kimi yaşlılıq ilahi qanunun tələbidir. Yaşlılıq həyatın ən çətin yaşdır. Uzun ömür Uca Allahın bir xeyir və nemətidir. Yaşlılığın uzunömürlülük üçün təqdir edilməsi qaçılmaz bir həqiqətdir. Həqiqət olaraq Peyğəmbərimiz (s.ə.): “Allah hər bir xəstəliyə bir müalicə verdi. Ancaq o, qocadır.” (Əbu Davud, Tibb, 1). Bundan əlavə, yaşamaq arzusu olan hər bir insanın qocalmaq istədiyi dövrdür. Yaşlılarımız dünənlə bu gün arasındakı körpüdür, mədəniyyətimizi və dəyərlərimizi gələcəyə aparmağa imkan verən ən dəyərli varlıqlarımızdır. Yaş təcrübənin rəmzidir. Yaşlanma başlanğıcdır. Bugünkü gənc sabahın ən yaşlısıdır. Yaşlanmaq bilməkdir, həyatda çox şey görməkdir.

Yaşlılıq xatirə deməkdir? Yaşlılıq yetkinləşmək, dözümlü olmaq, sevilmək, dünyəvi ambisiyalardan yaxa qurtarmaq, illərlə vücudumuzdan götürülmüş və ya alınan izlərdən narahat olmamaqdır.

Müasir həyat yeni davranış nümunələri meydana gətirdi. Müasir insan qocalığı qəbul etmək istəmir, qocalıqdan qaçmağa çalışır. Yaşlanmaqdan və qocalmaqdan qorxmaqda yanaşı, yaşlılarla eyni mühitdə olmaqdan çəkinir və qayğısını itirilmiş vaxt kimi görür. Bu dəyişiklikdən ailə ən çox pay aldı. Uşaqlar nənə və baba nənələrini görmədən böyüyürlər. Şirin nağıllarını və laylalarını dinləmədən yatırlar. Artıq bir çox evdə pambıq kimi sevən nənələr yoxdur. Dinimizə və adət ənənələrimizə uyğun olmayan şəkildə yaşlılıq, bir xəstəlik və yük kimi qəbul edildi. Bu münasibət qocalığı dərk etməyi, yaşlılarımızı anlamağı çətinləşdirir, nəsillər arasındakı əlaqəni zəiflədir və yaşlılarımızı təkliyə məhkum edir. Buna görə bir çox gözəlliyin həyatımızdan çəkildiyi və dəyər mühakimələrinin alt-üst edildiyi bir dünyada qocalığı anlamaq və yaşlı insanları xatırlamaq, problemlərini dinləmək və onlara münasibət və davranışlarımızı nəzərdən keçirmək insani bir məsuliyyətdir.

Yaşlanmada tutum

Həyatın hər dövrü fərqli bir psixologiya və müxtəlifliyə malikdir. Gözəlliklər də var. Yaşlanma bu dövrlərdən biridir. Sülh, qocalığı qəbul edən və ilahi təmkinli, qocalıq psixologiyasına hörmət göstərən insanlar üçün həyatın ikinci baharıdır. Əks təqdirdə, qocalıq qəbul etməmək, yaş roluna qatılmamaq həyatı çətinləşdirir və problemləri artırır.

Fizioloji yaşlanma problemləri insanın psixologiyasına təsir edir və tanış simaların ölümü ilə günbəgün təklik və ölüm qorxusunu artırır. Müxtəlif xəstəliklərdən əziyyət çəkən və sıxıntı içində olan yaşlı insanlarımız tez-tez ölümü xatırlayırlar və bəziləri yaşadıkları hadisələr nəticəsində ölüm arzulaırlar. Bundan əlavə, yaşlıların həyat həqiqəti olan ölümü qəbul etməsi, əlindəki nemətlərin dəyərini və xoşbəxt geri dönə biləcəyi bir çox imkanları nəzərə al-

madan, özü ilə barışmağın qarşısını alır. Ancaq yaşlı insanlarımızın özlərini ümitsiz, faydasız və sevən kimi qəbul etmələri təklif hissini artırır və ətraflarından uzaqlaşmalarına səbəb olur. İqtisadi problemlər və sağlamlıq problemləri ilə bölüşmək və dəstək axtarmaqda nöqsan halına gətirməklə yanaşı, həyatı daha dözülməz və çətinləşdirir. Yaşlıların təklif, ünsiyyət olmaması və ölüm qorxusundan yaranan bəzi ailə problemlərini fərdi münasibət dəyişikliyi ilə həll etmək mümkündür. İnsan xırda şeylərdən məmnun ola bilər. Uçan quş xatırlamaq, gəzmək, kitab oxumaq, dua etmək, ibadət etməklə xoşbəxt ola bilər. Ümidlərini yüksək tutan yaşlılarımız özlərini narahat edir və ətraflarını bədbəxt edirlər. Xüsusilə yaşlılar üçün iman yaxşı bir sığınacaqdır. Məscid barış ünvanıdır.

#### Yaşlıların tutumu

Yaşlıların ünsiyyət kanallarını açıq saxlamaları və təcrübələrinə əsaslanaraq dözümlü olmaları vacibdir. Yaşlı insanların ailə üzvləri ilə münasibətlərində təhqiramiz davranması, həyat yoldaşlarının alçalıcı davranışları ilə məşğul olması uyğun deyil. Uşaqları ilə qalan yaşlıların qayğısına qalınmalıdır. Yaşlı insanlar öz təcrübələrini bölüşmək istəyəcəklər, amma "çağırduğum kimi olacaq" və alternativsiz olmaz "kimi münasibətlər köhnə valideynin ləyaqətinə xələl gətirəcəkdir. Yaşlılar, xüsusən nəvələri olanlar bu məsələlərə dair qayğı və tərbiyə və təkliflərdə diqqətli olmalıdırlar. Onları nəvələrini sevdirmək istəsələr də, nəvələr üçün cavabdeh olan birinci dərəcənin ana və ata olduğunu unutmamalıdırlar. Güzəşt etmək, hadisələri gizlətmək və valideynlərin istəmədikləri işlərdə götürmədikləri şeyləri götürməməlidirlər. Bu münasibətlər, valideynləri görməməzlikdən gəldikdə, eqoist kimi davranmasına səbəb ola bilər.

#### Yaşlılara qarşı olan tutumumuz

Hər bir insan üçün fərqli mənə və əhəmiyyət ifadə edən qocalıq, həyatın çox xüsusi bir dövrüdür. Yaşlılarımız dünənlə bu gün arasında körpü quran və mədəniyyətimizi və dəyərlərimizi gələcəyə aparmağa imkan verən ən dəyərli varlıqlardır. Bu, insan həyatının diqqətə və ən çox sevilməsinə ehtiyac duyduğu dövrüdür. Yaşlı insanlarımız ailə üzvlərindən və ətraflarından isti maraqla, aktualıq, sevgi və hörmətə sahib olmaq istəyirlər və bu gözləmədədirlər. Çünki yaşlılarımız həyatı sevgi və maraqla davam etdirir. Yaşlı olmaq hörmət səbəbidir. Onlara hörmət və sevgi göstərmək üçün başqa bir şeyə ehtiyac yoxdur. Ömrünün son günlərini yaşayan yaşlı insanlar anamız ola bilər, bəlkə də atamız və ya qohumumuz. Həyatlarını sülh və əmin-amanlıq içində keçirmələrini təmin etmək onlara hörmət və sevgi məsələsidir. Bu gün qocalma nəticəsində ortaya çıxan problemlər sosial problemə çevrildi. İndiki yaşlı problemlərdə laqeydlilik əsas səbəbdir. Laqeydliyin səbəbi, insan münasibətlərimizin əsasını təşkil edən sevgi və hörmətin olmamasıdır. Bu iki mənəvi hissənin olmaması mərhəmətin olmamasını özü ilə gətirir. Mərhəmət hissi ürəkdən çıxdıqda, insan yaşlılara qarşı mərhəmət, hörmət və mərhəmətdən məhrum olur. Əslində, müasir insanlar mərhəmətin olmaması səbəbindən bir-birlərinə mərhəmət etmirlər, həyatı bölüşürlər və bir-birlərindən uzaqlaşır. Sonda insanlar məsələyə bağlı olmayan dəyərlərə əhəmiyyət vermir və maddi zövq vermirlər. Şəfqət hissi azalır və təhlükəsizlik hissi azalır. Valideynlər ailədəki sevgi və hörmət kimi dəyərlərin qlobal əsrin tələskənliyində yox olacağına və qayğıya ehtiyacı olduqda hörmət ediləcəyinə şübhə ilə yanaşırlar. Əslində, başqa xalqlarda eşitdiyimiz ailə dramları və yaşlıların amansızlığı bizdə görünməyə başladı. Yaşlı ağsaqqallar sadıq uşaqlar üçün bir xeyirdir. Məsləhətləri, fikirləri qızıl kimi dəyərlidir. Həyat çətinlikləri onların rəhbərliyi ilə asanlıqla aradan qaldırılır. Onlarsız həyatın dadı acı, rəngi bulanıqdır. Buna görə də, böyüklərimizə hörmət yalnız sözlə deyil, münasibət və davranış halına çevrilməlidir. Bundan əlavə, ağsaqqallarımız bizdən böyük bir şeylər istəməzlər. Sadə, lakin səmimi bir "salam", hətta xatirələrinin soruşulması belə

onlar üçün ən böyük, ən qiymətli hədiyyədir. Qapılarının döyülməsini istəyirlər, gözləri həmişə qapıdadır. Əllərindən öpəcək və xatirələrini istəyəcək birisi həmişə gözlənilir. Bu istəklərində haqlıdırlar da...

Yaşlılarla vaxt keçirməyi düşünməliyik. İstər evdə, istərsə də qocalar evində onlara sevgi və şəfqətlə yanaşmalı və fiziki cəhətdən varlığımızı hiss etdirməliyik. Onlar üçün təhlükəsiz və lazımlı fiziki mühit yaratmalıyıq. Ev işlərinə öz töhfələrini verməyə imkan verərək onları vacib hiss etdirməliyik. Xüsusilə ailə problemləri onlarla müzakirə edilməməlidir. Bu onlara qarşı nəzakətdir. Doğum günləri və evlilik günləri xatırlanmalı və sevgi hədiyyələri təqdim edilməlidir. Şəxsi dəvət və ekskursiyalardan uzaq olmamalıdırlar. Onlara qışqırmamalı və ürəklərinə zərər verən davranışlardan çəkinməliyik.

Qocalıqdan yaranan xəstəliklər onları sevə və uyğunsuz hala gətirə bilər. Bu, bizi anlaşıma və dözümlülükdən saxlamamalıdır. Xoş sözlər və davranışlarla ürəklərini qazanılmalıdır. Sözləri dəyərləndirilməli, sözləri kəsilməməli, düşünülməlidir. Unutmamalıyıq ki, onlara hörmətimiz özümüzə olan hörmətdir.

**Məqalənin aktuallığı.** Elm və texnikanın sürətlə inkişaf etdiyi dövrdə yaşlıların müasir cəmiyyətə qarşı tutumu, yaşlılara qarşı olan tutumun təhlil edilməsi və müəyyənləşən problemlərin aradan qaldırılması önəm qazanmışdır. Bu da məqalənin aktuallığını göstərir.

**Məqalənin elmi yeniliyi.** Elmi yenilik ondan ibarətdir ki, məqalədə yaşlıların psixoloji xüsusiyyətləri təhlil edilmiş, problem yaranmasına qarşı bir sıra amillər müəyyən olunmuşdur.

**Məqalənin praktik əhəmiyyəti və tətbiqi.** Məqalədən ali və orta ixtisas məktəblərinin müəllimləri, tələbələr, magistrantlar və doktorantlar istifadə edə bilər.

## Ədəbiyyat

1. S.Seyidov, M.Həmzəyev. Psixologiya: Ali məktəblər üçün dərslik. Bakı, 2007.
2. Ə.S.Bayramov, Ə.Ə.Əlizadə: Psixologiya: Ali məktəblər üçün dərslik. Bakı, 2002.
3. Abdurrahman Akbaş. Yaşlılıq. Ankara, 2010.
4. Mithat Durak. Yaşlılıq döneminde psikososyal gelişim. Chapter (PDF Available), 2012.

**Р.В. Нагиева**

## Старение и отношение к пожилым людям

### Резюме

Старость является неотъемлемой частью человеческой жизни. Это вечер жизни. Это неизбежная, нежелательная, нежелательная и проблемная фаза жизни. Но действительно интересно отметить, что каждый хочет прожить долгую жизнь, но не быть старым. По иронии судьбы, как бы ни была нежелательна старость, она обязательно придет в жизнь. Человек вынужден пройти через страдания и удовольствия этого века, как и другие фазы жизни, прежде чем покинуть этот смертный мир. В этой статье рассматриваются вопросы старения, способности пожилых людей и отношения к пожилым людям.

**R.V. Nagiyeva**

## **Elderly and elderly**

### **Summary**

Old age is an integral part of human life. This is the evening of life. This is an inevitable, undesirable, undesirable and problematic phase of life. But it is really interesting to note that everyone wants to live a long life, but not be old. Ironically, no matter how undesirable old age is, it will come to life. Man is forced to go through the sufferings and pleasures of this age, like other phases of life, before leaving this mortal world. This article addresses aging, older people's ability, and attitudes toward older people.

**Redaksiyaya daxil olub: 03.03.2020**