Yeniyetməlik dövründə yaşanan çətinliklər

Aygün Etibar qızı İsmayılova
Azərbaycan Dövlət Pedaqoji Universiteti
E-mail: ismailova-aygun@inbox.ru

Rəyçilər: psixol.ü.f.d., dos. Ü.A. Əfəndiyeva,
psixol.ü.f.d. L.M. Qurbanova

Açar sözlər: yeniyetməlik dövrü, çətinliklər, valideyn, orqanizm, şəxsiyyət, problem, uşaq
Ключевые слова: подростковый возраст, трудности, родитель, организм, личность, проблема, ребенок
Key words: adolescence, difficulties, parent, organism, personality, problem, child

Hər yaş dövrünün özünəməxsus çətinlikləri vardır, lakin uşağın bir şəxsiyyət kimi formalaşmasında yeniyetməlik dövrü daha çətin mərhələ hesab olunur. Yeniyetməlik dövrü yaş dövrləri arasında ən böhranlı və problemli bir dövrdür. Səməd Seyidov və Muxtar Həmzəyevin elmi redaktorluğu ilə çapdan çıxan "Psixologiya" adlı kitabda yeniyetməlik yaş dövrü haqında qeyd olunur: "Yeniyetmə yaşı 10-11 yaşdan 14-15 yaşa qədər olan vaxtı əhatə edir. Bu dövr bir il tez və ya gec başlaya və qurtara bilər. Yeniyetməlik dövrünü "keçid", "təhlükəli", "dönüş" və s. dövrü də adlandırırlar. Həmin dövrdə oğlan və qızların fiziki və psixi inkişafında müxtəlif keyfiyyət dəyişmələri baş verir" (2, s. 468).

Yeniyetməlik dövründə orqanizmin bioloji yetkinləşməsində bir sıra dəyişikliklər olur. Sümüklər sürətlə inkişaf edir. Buna görə də yeniyetmələrin xarici görkəmi qəribə olur. Bu dəyişiklikləri və qəribəlikləri hiss edən yeniyetmə narahat olur, buna görə kompleks yaşayır və baş verən bu bioloji dəyişikləri ətrafındakı insanlardan gizlətməyə çalışır.

Xarici görkəmlərindən əlavə, bu yaş dövründə başqa dəyişikliklər də olur. Məsələn, şəxsiyyətin formalaşmasında mühüm dəyişikliklər olur. Yeniyetmələrin şəxsiyyətinin fomalaşmasına yaşadığı mühit, ünsiyyət qurduğu insanlar, təhsil həyatı və sairə amillər təsir göstərir. Bu kimi amillərin təsiri nəticəsində yeniyetmələr gələcəkdə ya mənəvi cəhətdən yüksək şəxsiyyətli bir insana çevrilir, ya da əxlaqi, mənəvi dəyərləri zəif olan bir insan olur. Daha çox isə hər şey yeniyetmənin özünün daxili aləmindən, iradi keyfiyyətlərindən asılıdır. Yeniyetmə şəxsiyyətinin ziddiyyətləri barədə A. Freyd qeyd edirdi ki: "Yeniyetmələr son dərəcə eqoistdirlər, özlərini kainatın mərkəzi və marağa layiq olan yeganə varlıq sayırlar, eyni zamanda həyatlarının sonrakı heç bir mərhələsində onlar belə sadiqliyi və özünü qurban verməyi bacarmırlar. Onlar ehtiraslı məhəbbət münasibətlərinə ona görə girirlər ki, onu qəfil başladıqları kimi qəfil də kəssinlər. Onlar bir tərəfdən entuziazmla cəmiyyət həyatına qoşulur, digər tərəfdən tənhalıq hissinə bürünürlər. Onlar liderə kor-koranə itaətlə hər hansı bir hakimiyyətə üsyan arasında tərəddüd edirlər. Onlar eqoist və materialistdirlər. Eyni zamanda ülviliyə və idealizmə tapınırlar. Onlar asketdirlər, eyni zamanda ən primitiv xarakterli düşkünlüyə qapıla bilərlər. Hədsiz kövrək olmalarına baxmayaraq bəzən digər insanlara münasibətdə kobudluq göstərirlər...." (5, s. 241).

Güclü, yaxşı keyfiyyətlərə malik olan yeniyetmələrin yetişməsində ailə tərbiyəsinin də mühüm rolu vardır. Ümumiyyətlə, isə bu yaş dövrü həm, yeniyetmələr, həm də valideynlər üçün çətin bir dövrdür. Çünki bu yaş dövründə yeniyetmələrin düşüncələrində qeyri-sabitlik müşahidə olunur. Fikirlərini tez-tez dəyişirlər, duyğuları çox coşğulu olur, xəyallar aləmində

olurlar, reallıqdan uzaqlaşırlar və çox vaxt yalqız qalmaq istəyirlər. Valideynlər övladlarının bu hərəkətlərini anlayışla qarşılamalı, onlara təzyiq etməli deyillər. Bəzən tək qalıb, xəyallar aləminə dalan yeniyetmənin valideyni çox narahat olur. Onlar fikirləşir ki, övladlarının nəsə bir ciddi problemi vardır. Düzdür bəzən problemləri olduğu üçün tək qalmaq, yaxınlarından uzaq olmaq istəyirlər. Çox vaxt isə yeniyetmələrin tək qalıb, xəyala dalmaqlarının səbəbi özlərini daha yaxından tanımaq və gələcək həyatları ilə bağlı planlar qurmaqdır.

Uşaqların, xüsusilə də yeniyetmələrin ən yaxın dostu ailəsi, valideynləri olmalıdır. Əgər valideyn öz övladına lazım olan qayğını göstərməsə, sevgi verməsə, onunla dost olmasa, o zaman uşaq ailədən uzaqlaşacaq və ətrafdakı başqa insanlarla dost olmağa çalışacaqdır. Dostluğu, sevgi və qayğını başqa yerdə axtaracaqdır. Ətraf mühitin, dostların yeniyetmələr üzərində təsiri çox olur. Əgər bunlar yaxşı olmasa yeniyetmə də yaxşı olmayacaqdır. Bunun səbəbkarı da valideyndir.

Uşaqlar çox vaxt valideynlər tərəfindən təzyiqə məruz qalırlar. Valideynlər istəyirlər ki, övladları onların istədikləri kimi yaşasın, onların dediklərini etsinlər. Ancaq bu təbii ki, düzgün yanaşma deyildir. Uşaqları, xüsusilə də, yeniyetmələri öz düşüncələrində sərbəst olmağa imkan yaratmaq lazımdır, onlara zorla hansısa fikri qəbul etdirmək olmaz. Yeniyetmələri dinləmək, onların qarşılaşdığı çətinlikləri başa düşmək və bu problemlərin həllində onlara dəstək olmaq gərəkdir. Yeniyetmə qarşılaşdığı çətinliyin öhdəsindən gələ bilmədiyi halda və ya istədiyi, arzuladığı bir şeyin olmadığında o, intiharı belə düşünə bilər. İntihar halları daha çox yeniyetməlik yaşında olur. Yeniyetmə hətta zarafatla belə olsa da intihar edəcəyini desə, bu fikrini diqqətlə yanaşılmalı, ehtiyatlı olunmalıdır.

"Son zamanlar intihar mövzusu gündəmdə olan mövzulardan biri sayılır. Hər il intihar bir çox insanların seçiminə çevrilir. Ən təhlükəlisi isə odur ki, intihar cavanlaşır – uşaq və yeniyetmələrin də həyatına son qoyur. Dünya üzrə statistikaya nəzər salsaq görərik ki, intihar halları daha çox yeniyetmələr arasında olur. Çünki bu yaşlarda onlar daha həssas olduqları üçün qaranı ağ, ağı qara kimi görürlər. Bu dövrdə onlar baş verən hər hansı bir çətinliklə üzləşən zaman problemdən çıxış yolunu tapa bilmədikləri, onu həll edə bilmədikləri üçün bu yola əl atırlar. Bu səbəbdən də yeniyetmələr intiharın nə olduğunu və onunla necə mübarizə aparılacağını bilməlidirlər" (6).

"Yeniyetmələrin intihar cəhdlərini şərtləndirən əsas amillərdən biri də onlarda öz valideynləri və həmyaşıdları ilə şəxsiyyətlərarası münasibətlərin pozulmasıdır. Aparılan araşdırmalardan da məlum olub ki, valideyn ilə övlad arasında yaranan boşluq, valideynlərin müntəzəm olaraq öz övladlarının psixoloji durumu ilə maraqlanmaması və yeniyetmələrin valideyn imkanlarını aşan istəkləri ən aktual problemlərdəndir. Belə yeniyetmələr, valideynləri də daxil olmaqla konflikt yaşadıqları şəxslərə özlərini öldürəcəkləri ilə bağlı təhdidlər edirlər, ümidsizliklə bağlı davranış nümayiş etdirirlər, ətrafında olan şəxslərlə münasibətləri zəiflədirlər, ölümlə bağlı musiqi və ya şeirlərə meyl edirlər. Bu kimi davranış nümayiş etdirən şəxslərə qarşı bir qədər həssas yanaşmaq lazımdır. Belə ki, onlar hər hansı bir problemini söyləməyə çalışdığı zaman onları dinləmək, fikirlərinə hörmət etdiyinizi hiss elətdirmək, onlara şəxsiyyət kimi davrandığınızı nümayiş etdirmək lazımdır. Bütün bunlar intihar düşüncəsinin aradan qalxmasına köməklik edir" (6).

"İntiharı son çıxış yolu kimi seçən insanlara ediləcək müxtəlif yardım formaları vardır. Bunlardan biri onları tək qoymamaq və intihar düşüncəsindən başqa alternativ yolları axtarmağa yardım etməkdir. Bir psixoloq kimi ətrafınızda, ailənizdə problemi olan şəxsləri müşahidə etmək və onları dərdlərini sizinlə bölüşdürməyə cəsarətləndirmək lazımdır. Digər bir yardım forması isə bu şəxslərdə xüsusən də yeniyetmələrdə intiharı şərtləndirən faktorların – hal-

hazırda emosional vəziyyətin depressiv və ya həyəcanlı olması, ümidsizlik və s. kimi halların mümkün olduğu qədər tez aradan qaldırılmasına kömək etmək və gələcəyə doğru reallaşa bilən ümidlər verməkdir. Yeniyetmələrdə intihara cəhd hallarının qarşısının alınmasının ən effektiv yollarından biri də məktəblərdə psixologiya dərslərinin keçirilməsi və bu dərslərdə yeniyetmələrə onları gələcəkdə gözləyə biləcək çətinliklərdən çıxış yolu barədə məsləhətlərin verilməsi ola bilər. Çətinliklərə sinə gərərək uğur qazanmış görkəmli şəxslərin həyatından misal gətirməklə yeniyetmələrdə həyat eşqinin yüksəlməsinə və onların da gələcəkdə uğur qazana biləcəkləri ümidlərinin yaranmasına köməklik göstərmək olar" (6)

Psixoloqlar hesab edirlər ki, yeniyetmə davranışı, həm sosial, həm də psixoloji aspektdə ailə şəraitindən mühüm şəkildə asılıdır. Bəzən bu asılılığın xarakteri dəyişə bilər. Sosioloq E.K. Vasilyevin (1975) tədqiqatları bu baxımdan maraq doğurur. O qeyd edir ki: "Belə ki, əvvəllər yeniyetmənin təlim müvəffəqiyyəti ailənin maddi durumundan asılı idisə, indi yeniyetmənin təhsil həyatında valideynlərin bilik səviyyəsi mühüm rol oynayır" (3, s. 231).

Bu fikirlə qismən razılaşmaq olar. Ali təhsili olmayan valideyn də çox istəyir ki, övladı yaxşı təhsil alsın, elmə, biliyə yiyələnsin. Bəzən isə ali təhsili olan, yüksək elmi biliyi olan valideynin övladı təhsilində uğurlu olmur. Bunu səbəbi isə lazımı diqqətin olmamasıdır. Valideyn daima övladının həm təhsil həyatına, həm düzgün tərbiyə olunmasına nəzarət etməlidir.

Yeniyetmələr bəzən valideynlərinin fikirləri ilə razılaşmırlar, öz istədiklərini edirlər. Bu zaman valideyn ona qarşı müxtəlif cəza tətbiq edir. Bu cəzalar da müxtəlif cür ola bilir.

"Dünyanın 15 şəhərində müxtəlif yaşlı uşaqlarla aparılan anonim anketləşdirmə nəticəsində məlum olmuşdur ki, valideynlərin 60%-i fiziki cəzanı tərbiyə üsulu kimi tətbiq edir. Fiziki cəza vasitələri arasında 85%-ni çubuqla döyülmə, 9%-ni küncdə saxlama, (bəzən bu növ dayanma noxud, duz və ya kərpic üzərində olur), 5%-ni üzrə və ya başa zərbə və s. i. a. təşkil edir" (4, s. 4).

Çox vaxt isə bu cəzaların heç bir xeyiri olmur. Ona görə də yeniyetmələrlə ümumi dil tapmağa çalışmaq lazımdır. Bu yaş dövründə onlar tənbəl, şıltaq, özündən razı, dəcəl, və s. xarakterdə olurlar.

Yeniyetmələrin psixoloji davranışlarını, psixi inkişafını mütləq nəzərə alınmalıdır. Ə.Ə. Qədirov və N.Ə. Xəlilov qeyd edirlər ki, "Yeniyetmənin psixi inkişafı onun özünüdərketməsi ilə bağlıdır. Bu yaşda yaşlılıq hissinin meydana gəlməsi uşağın özünüqiymətləndirməsinə əsaslı təsir göstərir. Yeniyetmənin özünə, öz şəxsi həyatına, şəxsiyyətinin xüsusiyyətlərinə maraq yaranır. Çox vaxt ilk dövrlərdə yeniyetmənin özünüqiymətləndirməsi faktik imkanlarına kollektivdəki real mövqeyinə uyğun gəlməsə də bunun sayəsində o, bir növ özü üçün öz "mən"ini kəşf edir. Yüksək özünüqiymətləndirməsi olan yeniyetmələr tez-tez ətrafdakılarla konflikt şəraitində olurlar" (1. s. 25).

Bu dövrdə ən çox rast gəlinən psixoloji narahatlıqlardan bir depressiyadır. Depressiyalar qısamüddətli və uzunmüddətli ola bilir. Uzunmüddətli depressiyada olan yeniyetmə intihar etməyi belə fikirləşir. "Bir çox hallarda yeniyetmədə özünə qapanma, özünə verilən qiymətin aşağı düşməsi hallarına və nəticədə onun depressiyalı situasiyalara düşməsinə gətirib çıxara bilər. Tədqiqatlar zamanı məlum olub ki, həyəcanlı depressiv vəziyyətlər intihara gedən yolun başlanğıcıdır. Ona görə də, uşaqlarda və yeniyetmələrdə depressiyanın olmasını inkar etməyin özü həqiqəti görməməzliyə vurmaq deməkdir. Çünki bu cür uşaqların köməyə ehtiyacı vardır, dərdləşməyə adam axtarırlar" (6).

Valideynlər hər zaman uşağının dəyərli olduğunu ona hiss etdirməlidirlər. Körpəlikdən sevgi ilə böyüyən uşaqda həmişə yüksək keyfiyyətlər olur. Həmin uşağın xarakteri də güclü olur və psixoloji problemləri az olur.

Məqalənin aktuallığı. Yeniyetməlik dövründə olanlar bəzi hallarda psixoloji çətinliklərlə üzləşirlər. Bunların arasında intihar hallarına daha tez-tez rast gəlinir. Məqalədə də məhz bu mövzuya toxunulduğundan onu aktual hesab edə bilərik.

Məqalənin elmi yeniliyi. Elmi yenilik ondan ibarətdir ki, məqalədə yeniyetmə şəxsiyyətinin ziddiyyətlərinin təsnifatı verilir, bununla bağlı bəzi alimlərin apardığı tədqiqatların nəticələri konkret nümunələrlə göstərilir, ailədə uşaqların valideynlər tərəfindən təzyiqə məruz qalmasının psixoloji fəsadları açıqlanır.

Məqalənin praktik əhəmiyyəti və tətbiqi. Məqalədən orta ixtisas və orta ümumtəhsil məktəblərinin müəllimləri, tələbə və magistrantlar, eləcə də praktik psixoloqlar istifadə edə bilərlər.

Ədəbiyyat

1. Qədirov Ə. Yaş psixologiyası. Bakı, 2001.
2. Psixologiya / S.İ.Seyidov və M.Ə. Həmzəyevin elmi redaktorluğu ilə. Bakı, 2007.
3. Васильев В.Л. Юридическая психология, СПб., “Питер Ком”, 1998.
4. Устыдимся взрослые! Исповедь наказанных детей специально для родителей //Семья, 1988, № 3.
5. Фрейд А. Детский психоанализ. - СПб.: Питер, 2003.
6. http://pcc.az/blog/?p=1470.

А.Э. Исмаилова

Проблемы в подростковом возрасте

Резюме

Подростковый возраст считается одним из самых сложных психологических этапов жизни человека. Начало и конец взрослой жизни показывают различия между людьми. У этого возраста тоже есть свои проблемы. В переходный период в подростковом возрасте возникают комплексы, что негативно сказывается на поведении подростков. На этом этапе родители должны быть осторожны и помогать своим детям преодолевать их сложности.

A.E. Ismailova

Challenges during adolescence

Summary

Adolescence is considered one of the most difficult psychological stages of human life. The beginning and the end of adulthood show differences between individuals. This age also has its own problems. In the transitional period as adolescence, complexes emerge, which adversely affect adolescents' behavior. At this point, parents need to be careful and help their children overcome their complexity.

Redaksiyaya daxil olub: 18.02.2021