

UOT 159.9

YENİYETMƏLİK DÖVRÜNÜN YAŞ VƏ PSIXOLOJİ PROBLEMLƏRİ

Sevda Ağasəlim qızı Məsimzadə
Bakı Dövlət Universitetinin dissertantı
ORCID: 0009-0005-4329-7873
E-mail: sevdamesimzade@mail.ru

Açar sözlər: yeniyetməlik, yaş faktoru, fizioloji proses, psixoloji xüsusiyyətlər.

Ключевые слова: подростковый возраст, возрастной фактор, физиологический процесс, психологические особенности.

Key words: adolescence, age factor, physiological process, psychological characteristics.

İnsan doğulduğu gündən cəmiyyət həyatına daxil olur, sosiallaşır və özünəməxsus inkişaf mərhələsi keçir. İnsanın inkişafında bioloji, sosial və psixoloji olmaqla bir çox amillər iştirak edir. Yeniyetməlik dövründə psixoloji böhranı və fizioloji dəyişiklikləri anlamaq üçün yeniyetməlik dövrünü və bu zamana qədər olan dövrlərin normal inkişafını bilmək vacibdir. İnsan hələ ana bətnində ikən bir çox xarici mühit təsirlərinə reaksiya verməkdədir. Belə ki, ananın yaşadığı kədər doğulmamış körpənin hərəkətlərinin azalmasına, ananın yaşadığı sevinc anlarında isə hərəkətliyində artmanın olması ən bariz misallardan biridir. Bu proseslər beyinin orqanik inkişafının təzahürü olaraq ortaya çıxır. Bir insanın şəxsiyyət kimi formalaşmasında yeniyetməlik dövrünün əvəzsiz rolu vardır.

Müasir dövrdə yeniyetmələr arasında aqressiv davranış geniş yayılıb və artmaqdadır. Belə yeniyetmələr cəmiyyətə olan dəyər və münasibətləri deformasiyaya uğradır. Egoizm, ətrafdakıların hisslərinə laqeydlik, neqativ davranış belə yeniyetmələrin tipik xüsusiyyətlərindəndir.

İnsanın şəxsiyyət kimi formalaşmasında yaş mərhələlərinin rolu.

Təsadüfi deyil ki, insanın inkişafını nəzərdən keçirərkən aşağıdakı mərhələlərə bölürlər:

1. Körpəlik dövrü (2 yaşa qədər);
2. Uşaqlıq dövrü - məktəbə qədər (2-6 yaş);
3. Məktəb dövrü (6-12 yaş);
4. Yeniyetməlik (12-18 (22) yaş);
5. Yetkinlik (22 yaş sonrası).

Bu dövrlər həm insanın fiziologiya baxımından inkişafına, həm də psixoloji inkişafı nəzərə alınaraq ayırd edilmişdir. Əgər hər bir dövrə ayrı-ayrı nəzər salsaq, bir-birindən ayırd edilməsinin şahidi olmaq o qədər də çətin olmayacaqdır. Bir az daha incələyəcək olarsaq, 2 yaşına qədər olan bir körpənin anasından tam olaraq asılı olduğunu, həmin yaşda bir insandan gözlədiyimiz yemə və tualet davranışlarının tamamilə anaya bağlı olduğunu görürük. Bu dövrdə olan insan anadan ayrı özünü hiss etməz, anadan ayrı qaldığı vaxtlar həyəcanı yüksək, çox vaxt ağlamaqla keçirər. Çünki, özünü ananın bir parçası olaraq görür və ana ayrıldığı vaxt tərkdilmiş kimi hiss etməkdədir. İnsan 6 yaşına gəlincə artıq bir çox şeyi, rahatlıqla gəzməyi, oynamağı, yeməyi, tualetini eyni zamanda öz fikrini qismən ifadə etməyi artıq öyrənmişdir. Bu dövrdə bir insan ata anadan ayrı bir fərd olduğunu anlamaqda, eyni zamanda ailənin ayrılmaz bir parçası olduğunu zənn etməkdədir. Yaxşı və pis olan şeyləri təxmin edə bilir, ancaq bu

sifətlər özünün deyil eyni zamanda ata və ananın düşüncəsinə əsasən formalaşır. 12 yaşına gəlmiş bir insan ona verilən tapşırıqları yerinə yetirir, xarakterin əsası qoyulur, yaxşı və pisi bir birindən ayıra bilir. Tapşırıqları yerinə yetirməyəndə necə cəzalanacağını ön görür. Konkret təfəkkür formalaşır, məntiqə əsaslı düşüncə formalaşır. Yeniyetməlik dövrü isə insanın inkişaf mərhələləri arasında həm fiziki, həm hormonal, həm zehni cəhəti ilə ən çox dəyişikliyə məruz qalan və eyni zamanda çox sürətlə baş verən bir çox dəyişikliyi əhatə edir. Bu və başqa yönəri ilə yeniyetməlik insan inkişafında ən ciddi mərhələ sayılır. Yeniyetməlik mərhələsi öz daxilində 3 hissəyə ayrılır:

1. erkən yeniyetməlik;
2. orta yeniyetməlik;
3. gec yeniyetməlik.

Hər bir dövrün özünə məxsus xarakterik cəhətləri vardır. Yeniyetməliyin başlanğıcında hormonal proseslərin dəyişməsi ilə insanın xarici görünüşü dəyişir, qızlarda qadın bədən quruluşu formalaşır, menstrual dövr başlayır, oğlanlarda səs dəyişməsi, kişi bədən quruluşu formalaşmağa başlayır. Bu zaman ətrafların eyni zamanda bədənə simmetriyası pozulur, hərəkətlərdə kobudluq ortaya çıxır. Bu dəyişiklik eyni zamanda zehni dəyişikliklərlə birgə baş verir. Öz cinsinə aid davranışlar qabarmağa başlayır, əks cinsə qarşı maraq yaranır. Şəxsiyyət formalaşmağa başlayır. 16 yaşlarına çatan birisi artıq yetkin insanlar qədər, yaxşı və pisi bir birindən ayırd edə bilir, kədərin sevincin nə olduğunu, nifrətin sevginin nə olduğunu anlayır. Yeniyetməliyin sonuna doğru isə artıq öz hisslərinə hakim olmağı, lazım gəldiyində onları cilovlamağı bacarır. Bütün burada sadaladığım proseslər və sadalamaqda kitabların belə yetərsiz qaldığı məqamlar nəticə etibarı ilə bir insanın şəxsiyyət olaraq formalaşmasına səbəb olur. Bu dövr və eyni zamanda bura qədər olan mərhələlərdə genetik faktorların üzərinə formalaşan ailə daxili münasibətlər, bağça, məktəb, məhəllə, universitet mühiti kimi faktorlar bir şəxsiyyətin formalaşmasında mühim rola malikdirlər. Əgər təkrar mərhələlərə göz atacaq olarsaq, məktəbə qədər dövrdə uşaqların çox tərifişlənməsi, etdiyi istənilən davranışların üzərində çox dayanılması, sevilməyən davranışlarının görməzdən gəlinməsi, eyni zamanda təqlid qabiliyyətləri inkişaf etdiyinə görə nümunə olunması bu mərhələni normal başa vurmağa kömək olacaqdır. Məktəb dövrü uşaqlıq zamanı isə bir öncəki sadalananlarla yanaşı cəza tətbiq edilməsi, ancaq bu cəzanın uşağın özünə qarşı olmadığını sadəcə etdiyi yanlış davranışa görə verildiyinin vurğulanması vacibdir. Təbii ki, cəza yaşa uyğun verilməlidir. Eyni zamanda musiqi, idman incəsənət kimi müxtəlif sahələrə təşviq edilməli, kurs və məktəblərə yönləndirilməlidir.

Yeniyetməlik dövründə psixoloji problemlər.

Müasir dövrümüzün dinamikliyi zəminində yeniyetmələrin problemlərinin psixoloji istiqamətdə tədqiq olunmasında yeni cəhətlər özünü büruzə verir. Yeniyetməlik problemlərinə gender aspektindən yanaşma da mühüm əhəmiyyət kəsb edir. Yeniyetmələrin problemlərinə gender baxımından yanaşma onların şüurunun, davranışının formalaşmasında böyük əhəmiyyət kəsb edir. Müasir dövrdə yeniyetmələr üçün ümumi cəhət, onların şəxsiyyət kimi formalaşmasında maksulinizasiyanın və feminizasiyanın ön plana çıxmasından ibarətdir. Bu mövqedən çıxış edərək, kişinin güclü, müstəqil, aktiv, aqressiv, şəxsi nəailiyyətlərə yönəlmiş və s. qadının isə zərif, dözümlü, zəif, asılı, emosional, nəzakətli, ailənin maraqlarına istiqamətlənmiş olmasına xüsusi diqqət yetirilir.

Yeniyetməlik dövrünün özü yüksək risk qrupunu təmsil edir. Bu özünü bir sıra amillərdə göstərir:

1. Psixotermonal proseslərdən başlayaraq, “Mən” konsepsiyasının yenidən qurulması ilə tamamlanan, yeniyetməlik dövrünə keçmənin çətinlikləri;

2. Yeniyetmənin təqdim etdiyi sosial mövqenin qeyri-müəyyənliyi və məhdudluğu;

3. Sosial nəzarətin mexanizmlərinin yeniləşməsi ilə şərtlənmiş ziddiyyət: “normalar və bö-yüklərə itaətkarlıqla əsaslanmış heç bir təsir gücünə malik olmayan uşaq nəzarət formaları, böyük nəzarət vasitələri isə təxmin edilən şüurlu intizam və özünə nəzarət isə ya hələ yoxdur və ya hələ möhkəmlənməyib”.

İnsanın inkişafında bioloji, sosial və psixoloji olmaqla bir çox amillər iştirak edir. Bu nöq-teyi nəzərdən psixoloqlar hesab edirlər ki, uşaq və yeniyetmələrin inkişafında iştirak edən ən mühüm sosial qrup ailədir. Ailə sosial mövqenin formalaşmasına təsir edən ən vacib amil-lərdən biridir. Hər bir ailə ümumi cəhətlərlə yanaşı eyni zamanda özünəməxsus və unikal xü-susiyyətlərə malikdir. Yeniyetməlik dövrü ailənin bütün üzvlərinin sosial, şəxsi və ailəvi mü-nasibətlərin sınağa çəkildiyi dövrdür.

Şəxsiyyətin formalaşmasında valideynin rolu əvəzsizdir. Övlada qayğı ilə birgə valideyn-lər yeniyetmənin “Mən” konsepsiyasının, hissələrinin, həyat planlarının, təkəllürün formalaş-masında mühüm rol oynayır. Valideynlər arasında tərbiyə ilə bağlı razılıq pozulursa, yeniyet-məyə mənəvi, psixoloji cəhətdən yaxın, onun dayağı olan insanların mübahisəsi, xüsusilə bu mübahisəyə onun səbəb olması yeniyetməni narahat edir. Bəzən yeniyetmələrdə olan əsəb gərginliyinin, həyəcanın, aqressiyanın yaranmasında məhz belə situasiyalar az rol oynamır. Yeniyetmə üçün ailə üzvləri arasındakı münasibətlərin necə olması, valideynlərin ona münasibəti çox vacibdir. Bəzi hallarda yeniyetmənin aqressiv davranışına valideynlərin kobud cəza növlərini seçmələri də səbəb olur. Ailədə fiziki zorakılıq yeniyetmədə valideynlərinə, özünə, yaşdlarına qarşı neqativ hisslər yaradır. Aqressivlik problemi ilə rastlaşan bir çox valideynlər yeniyetmələrin problemləli olması ilə razılaşmaq istəmir. Bəzi valideynlər tez-tez birə bir sualla müraciət edirlər: “Niyə mənim övladım qəddardır?”, “Qızımın mənə kobud cavab verməsinə nə səbəb ola bilər?” və s. Hörmətli valideynlər, əgər sizin ailədə aqressiv yeniyetmə varsa, əv-vəlcə öz davranışınıza tənqidi yanaşmağa çalışın. Aqressiv davranış modeli barəsində ilk biliklərini də yeniyetmələr ailədə mənimsəyirlər. Bəzi tədqiqatçılar yeniyetmə aqressiyasının səbəblərini yeniyetməlik dövründə yaranan fizioloji dəyişiklikdə görür. Cinsi yetişkənlik dövründə endokrin vəzilərinə olan dəyişikliklər nəticəsində yeniyetmənin davranışında emosional reaksiyalar üstünlük təşkil etməyə başlayır. Yeniyetmənin aqressiv davranışının səbəblərini araşdırarkən, nəticə aydındır: aqressiv davranışın yaranmasında bioloji, psixoloji və sosioloji amillər mühüm rol oynayır.

Yeniyetmədə aqressiyanın təzahürünə təkə uşağın inkişafında olan problemlər deyil, həm də situativ amillər də təsir göstərə bilər. Məsələn, bu başqalarının yeniyetmələrə verdiyi qiymət, qisas almaq və ya nəyin isə qarşılığını vermək arzusu ilə bağlı meydana çıxır. Yeniyetməlik dövründə aqressiya bir çox hallarda ətrafdakıların davranışına cavab reaksiyası və ya “qisas” arzusu ilə bağlı ola bilər. Əgər yeniyetmənin aqressiv hərəkətə cavab vermək imkanı olursa, nəticədə yeniyetmədə frustrasiya halı yüksəlir, lakin aqressiv motivin səviy-yəsi ləngiyir.

Yeniyetmələrin əsas psixoloji problemlərini aradan qaldırılması üsulları kimi istifadə edilə bilər:

1. Yeniyetməlik dövrünün normal inkişafı olaraq ailədən uzaqlaşma, dost qruplarına ya-xınlaşmanı nəzərə aldığımızda ailənin məsuliyyət verməsi, xüsusi ilə pul xərcləməsi, geyimi, otağı, dərsləri baxımından artıq yeniyetmənin ixtiyarına verilməli, müəyyən müddətlərlə

hesabat alınmalıdır.

2. Yeniyetməlik dövrünün təlatümlü keçməsi eyni zamanda bir çox psixi xəstəliklər üçün də zəmin hazırlamaqdadır. Davranışların gözlənilməz istiqamətdə dəyişməsi, aqressivliyin həddən artıq artması, dərslər müvəffəqiyyətinin çox düşməsi, zərərli vərdişlərə meyilliyin yaranması yeniyetmələrin ailələri, mühiti, məktəbi üçün SOS signalı daşımaqdadır. Bu dəyişiklərin erkən vaxta hiss edilməsi, anlayışla öhdəsindən gəlinməsi üçün yeniyetmə ilə birgə çıxış yolumunun tapılması bir çox halda geri dönüşlü bir proses olmaqdadır. Psixi xəstəlikləri daha çox depressiv simptomlarla anlayırıq. Depressiv simptomların ən az 2 həftədən uzun sürməsi nəzərdə tutulur. Depressiv simptomlar davranış pozuntularından, şizofreniya xəstəliyinə qədər bir çox psixiatrik xəstəlikdə bürüzə verdiyinə görə diqqət edilməlidir.

3. Depressiv simptomlar ağırlaşdıqda insanın düşüncələrindən biri də özünə zərər vermək, intihara meyilliyin yaranmasıdır. Təbii ki, bu proses heç bir zaman anidən özünü göstərmir. Çox zaman ətrafdakılar dəyişikliyi hiss edir, vaxtında edilən yardımla intihar fikri yaranmadan depressiv simptomlar geriləyir. Baş verən dəyişmələr zamanında aşkar edilmədikdə, intihar düşüncələri artıq yeniyetmənin əsas düşüncələri halına gəlir. Dolayısı ilə bu fikirlər hər hansı bir formada ifadə də olunur. Bunun üçün ifadə edilən intihar fikri, ifadə formasından asılı olmayaraq ya zarafat ya ciddi mütləq şəkildə diqqətə alınmalı, bu fikirlər keçənə və yardım üçün istiqamətləndirilənə qədər insan yalnız buraxılmamalıdır.

Problemin aktuallığı. Cəmiyyətdə həm psixoloji həm də fizioloji sağlam şəxsiyyətin formalaşmasında yeniyetməlik dövründə yaşanan psixoloji problemlərin təsiri danılmazdır. Bu problemləri yalnızlıq istəyi, işləmək istəksizliyi, can sıxıntısı, narahatçılıq, qaydalara qarşı dirəniş, cinsiyyətə hədsiz maraq, həssaslığın artması, özgüvənsizlik kimi psixoloji hallar ilə müşahidə edirik. Bu kimi halların baş verməməsi üçün nizamlı əməl edilən qaydalara riayət etmək vacibdir.

Problemin elmi yeniliyi. Yeniyetmələrin əsas psixoloji problemlərini aradan qaldırılması üsulları vasitələrini əks etdirməkdir. Yetkinlik - fərdin qarşı cinslə yaxınlaşması və bu yaxınlaşmanın nəticəsi olaraq, fiziki və hissiyyət baxımından doyuma çatması kimi adlandırılmaqdadır. Yetkinlik sadəcə fizioloji inkişafı ilə bağlı deyil, hissi və zehni inkişafı da əlaqədardır. Uşaqlıqda başlayan yetkinlik qavramı, yeniyetməlik dövründə pik nöqtəyə çatır. Bu problemlərin öyrənilməsinə gələcəkdə də ehtiyac vardır.

Problemin praktik əhəmiyyəti və tətbiqi. Yeniyetməlik dövründə böyümə və bədən dəyişikliklərinin davranış və qaydalar üzərindəki təsirlərini yaş dövrü ardıcılığı ilə qeyd etməkdir.

Ədəbiyyat

1. Azərbaycan müəllimi. - 2014. - 30 may. - s.9.
2. S.İ. Seyivov, M.Ə. Həməzəyev. Psixologiya: Ali məktəblər üçün dərslik. Bakı, 2013, 466 s.
3. Q. Əzimov, Psixologiya: Ali məktəblər üçün dərslik. Bakı, 2016, 367 s.
4. <http://org.az>

C.A. Масимзада

Возраст и психологические проблемы подросткового возраста**Резюме**

В развитии человека участвуют многие факторы, в том числе биологические, социальные и психологические. Чтобы понять психологический кризис и физиологические изменения в подростковом возрасте, важно знать период подросткового возраста и нормальное развитие периодов, предшествующих этому периоду. Эти процессы появляются как проявление органического развития мозга. Подростковый возраст имеет незаменимую роль в формировании человека как личности. Агрессивное поведение среди подростков широко распространено и в настоящее время увеличивается. Такие подростки деформируют ценности и отношение к обществу. Эгоизм, безразличие к чувствам других, негативное поведение – типичные характеристики таких подростков.

S.A. Mesimzade

Age and Psychological Problems of Adolescence**Summary**

Many factors, including biological, social and psychological, are involved in human development. In order to understand the psychological crisis and physiological changes during adolescence, it is important to know the period of adolescence and the normal development of the periods leading up to this time. These processes appear as a manifestation of the organic development of the brain. Adolescence has an indispensable role in the formation of a person as a personality. Aggressive behavior among teenagers is widespread and increasing in modern times. Such teenagers deform the values and attitudes towards the society. Egoism, indifference to the feelings of others, and negative behavior are typical characteristics of such teenagers.

Redaksiyaya daxil olub: 27.02.2024