

**PSIXOLOGİYA
ПСИХОЛОГИЯ
PSYCHOLOGY**

**ÜMUMİ PSIXOLOGİYA
ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ
GENERAL PSYCHOLOGY**

UOT 159.9

**YENİYETMƏLİK YAŞ DÖVRÜNDƏ NARSİZMİN PSIXOLOGİYAYA
ZƏRƏRLƏRİ**

Mətanət Fariz qızı Həsənova

Azərbaycan Dillər Universitetinin

psixologiya və pedaqogika kafedrasının baş müəllimi

E-mail: metaneth2@gmail.com

ORCID: 0000-0003-4998-6895

Açar sözlər: yeniyetmə, valideyn, tərbiyə, hörmət, tənqid, şəxsiyyət

Ключевые слова: подросток, родитель, воспитание, уважение, критика, личность

Key words: teenager, parent, upbringing, respect, criticism, personality

Narsizm insanın özünü unikal bir fərd kimi qəbul etdiyi, özünü başqalarından üstün hesab etdiyi psixi vəziyyətdir. Narsistlik əlamətləri müşahidə edilən insan minimal tənqiddə dözmür, iradları şəxsi təhqir kimi qəbul edir. Ümumiyyətlə, narsizm özünə hörmət, həddindən artıq özünü sevmə və eqosentrizm kimi tərifləri ehtiva edir və psixologiyada patoloji narsizm və normal narsizm kimi iki şəkildə qiymətləndirilir.

Bəzi araşdırmalara görə, narsizm sadəcə bir şəxsiyyət növü deyil, hər kəsdə müxtəlif dərəcələrdə ifadə olunan bir xarakter xüsusiyyətidir. İlk dəfə bu hadisənin elmi tədqiqinə başlayan Ziqmund Freyd insanların əlverişsiz şəraitin təsiri altında nevrozun daha mürəkkəb formalarına və psixikanın digər patoloji vəziyyətlərinə çevrilən ilkin narsizm əlamətləri olduğunu qeyd etmişdir [2].

Ziqmund Freyd ilk dəfə narsizmi bir şəxsiyyət növü kimi nəzərdən keçirmişdir. Freydə görə, narsistik şəxsiyyət tipi cinsi enerjilərinin özlərinə yönəlməsidir. Sonrakı illərdə narsizmin yaranması və xüsusiyyətləri ilə bağlı çoxlu araşdırmalar aparılmışdır. Otto Kernberg və Heinz Kohut narsistik şəxsiyyət pozulması üçün mühüm nəzəriyyələr irəli sürdülər [3].

Freydin dinamikası ilə irəliləyən Kernberqin nəzəriyyəsinə görə narsizm, fərdlərin valideynlərinin onları tərk edəcəyi və ya üç yaşına qədər həyatlarında itirəcəyi ilə bağlı narahatlığını aradan qaldırmaq üçün uşaqlıqda formalaşan müdafiə mexanizmidir [3].

Amerika psixiatrlarının "Psixi pozulmaların diaqnostik və statistik təlimatı" kitabına görə, narsistik şəxsiyyət pozulmasının beş əlaməti var. Aşağıda qeyd edilən bu əlamətlərdən ən azı 3-ü şəxsiyyətdə müşahidə edilərsə o narsist olaraq qiymətləndirilir [5].

— Belə insanlar şişirdilmiş formada özünə qarşı kənardan yüksək əhəmiyyət hissi istəyirlər. Əsasən də, tez-tez nailiyyətlərini və istedadlarını şişirdilmiş təqdim edirlər. İnsanların az da olsa, onların hərəkətlərinə heyran olmasını gözləyirlər.

— Narsistlər sərhədsiz güc, uğur, gözəllik və ya ideal sevgi fantaziyaları ilə məşğuldur. Hətta narsist hər yeni tərəfdaşa həyatının sevgisi olduğunu söyləyərək aşiq ola bilər.

— İşdə narsist, ona görə, hamıdan ağıllı, hətta dahidir. Onlar kollektivdə başqaları kimi olmadığını inandıqları üçün iş mühitinin ona uyğun olmasını tələb edirlər.

— Bir çox hallarda öz məqsədlərinə çatmaq üçün başqa insanlardan istifadə edirlər. Amma xidmətlərinə görə təşəkkür etmək istəməzlər və bunu yalnız qəbul edilmiş etik norma çərçivəsində edirlər.

— Narsist insanlar başqalarına qarşı empatiya qurmaqda çətinlik çəkir. Belə insanlar öz hissləri ilə başqalarının hissləri arasında müqayisə apara bilmirlər [3].

İntensiv cinsi yetkinləşmə və inkişaf, orqanizmin yenidən qurulması ilə xarakterizə olunan yeniyetməlik yaş dövrü 10-11 və 14-15 yaş mərhələlərini əhatə edir. Bu dövrdə əsas psixi yeni törəmə olaraq məntiqi şüur, qeyri-sabit emosional sfera: emosiya və əhvalın idarə olunmaması, müstəqillik və fərdiyyətin özünü təsdiqi - böyüklərlə münasibətli münasibətlərin meydana gələ bilməsi kimi psixoloji xüsusiyyətlər formalaşır.

Yeniyetməlik dövründə istər fiziki, istərsə də psixi inkişaf həm sürətlə, həm də bütün sahələrdə həyata keçirilməyə başlayır. Bu dövrdə uşaq şəxsiyyətinin inkişafında bir çox yeniliklər baş verir ki, onların təmsalında şagirdin təlim və tərbiyəsində, hərəkət və davranışında kobudluq, inadkarlıq, insanlardan qaçmaq və s. xüsusiyyətlər meydana gəlir. Belə aqresiv davranışlar yeniyetmələri əhatə edən mikro mühitdə əsas tərbiyəedici qüvvələr olan valideynləri və müəllimləri narahat edir. Uşaq tədricən valideynlərindən uzaqlaşır, öz qapalı həyatını yaşamağa başlayır.

Yeniyetməlik yaş dövründə aparıcı fəaliyyət növü tədqiqatçılar tərəfindən müxtəlif formada qeyd edilir. Elkoninə görə, aparıcı fəaliyyət növü yaşlıları ilə ünsiyyət, yaşlılıq hissi, Feldşteyn isə sübut edirdi ki, yeniyetmələrin aparıcı fəaliyyəti - ictimai faydalı fəaliyyətdir. Bunların hər ikisi Elkonin və Feldşteyn razılığa gəlirlər ki, yeniyetməlik yaş dövründə aparıcı fəaliyyət ictimai fəaliyyət prosesində həmyaşlıları ilə ünsiyyət fəaliyyətidir. Psixoloq Sxomlinski bu dövrü məhz şəxsiyyət anlayışının meydana gəlməsi ilə bağlı “vətəndaşın doğulması” dövrü adlandırır [7].

Şəxsiyyət elementlərinin formalaşdığı yeniyetməlik yaş dövründə müşahidə edilə biləcək şəxsiyyət pozulmalarından biri də narsistik şəxsiyyət pozulmasıdır. Yeniyetmələrin psixoloji sferasının qeyri-adekvatlığı və həmçinin emosional sahədə olan dəyişkənliklər bu pozulmanın daha çox müşahidə edilməsinə əsas verir.

Psixoloji və psixiatrik praktikada narsizmin həddindən artıq inkişafı şəxsiyyət sferasında kənarçıxmalar və xarakter vuruqları baxımından nəzərdən keçirilir. Eyni zamanda, bir çox elm adamları hər bir şəxsiyyətdə narsistik hisslərin olduğunu, lakin əsas məsələnin bu xüsusiyyətin inkişaf səviyyəsi və insan həyatının ümumi keyfiyyətinə necə təsiri olduğunu qeyd edirlər. Narsizmin özünü ifadə etmək xüsusiyyətlərinə görə onu dağıdıcı və konstruktiv, patoloji və normativ növlərə bölmək olar.

Qazanılmış narsizm tərbiyənin nəticəsidir. Narsist valideynlik üçün iki model var. Narsist uşaq heç bir şəkildə ana və atanı sevindirə bilməyən uşaqdır. Onlar üçün nə etsə, pisdir.

Valideynləri onu danlayır, utandırır, biabır edir, ona məhəl qoymur. Bəzən yaxşı bir iş görübsə, onu tərifləyəcəklər və uşaq yenidən özünə qarşı tərif və sevgi qazanmaq üçün hər şeyə hazırdır. Narsizm özünü bir müdafiə mexanizmi kimi göstərir, yəni körpə sevilmədiyini, rədd edildiyini unutmalı, ideal uşaq obrazını yaratmalıdır ki, valideynləri ona diqqət yetirsinlər.

Narsist başqa bir modelə görə tərbiyə oluna bilər: valideynlər övladının uğur qazandığını görmək istəyirlər, bunun üçün çox səy göstəririlər və uşaq istədikləri ideal obrazdan kənara çıxanda o, valideynləri incitməyə başlayır, tərifləməyi dayandırır və hətta onu təhqir etməyə başlayırlar. Sonra uşaqda valideyn gözləntilərinə cavab verməli olduğu anlayışı yaranır, yalnız bundan sonra o, valideynləri tərəfindən seviləcək, buna görə də ona görə öz arzularını və istəklərini unutmalıdır.

Əvvəllər narsizmin yalnız kişi şəxsiyyət xüsusiyyəti olduğu düşünülürdü, lakin son tədqiqatlar göstərdi ki, həm kişilər, həm də qadınlar arasında eyni dərəcədə yayılmışdır. Narsistik əlamətlər adətən anadangəlmə keyfiyyət deyil, yalnız müəyyən inkişaf şəraitində patoloji formalar əldə edir, bununla belə, sinir sistemi səviyyəsində irsi ilkin şərtlər ola bilər, məsələn, diqqət defisitliyi və hiperaktivlik sindromu bu tip şəxsiyyət pozulması üçün əsas ola bilər. Uşaqılıqda demək olar ki, heç vaxt baş vermir. İlk əlamətlər yeniyetməlikdən, ən çox isə yetkinlik dövründə görünməyə başlaya bilər. Bu, psixoloji travmanın alınması, refleksiyanın inkişafı, sosial mühit və tərbiyə ilə bağlıdır.

Əksər yeniyetmələr öz inkişafının və şəxsi tərəqqinin təbii və sağlam komponenti kimi narsistik xüsusiyyətlər nümayiş etdirirlər. Hər kəsin müəyyən dərəcədə narsistik xüsusiyyətləri var. Sağlam bir narsizm dərəcəsi insanlara öz nailiyyətlərindən həzz almağa və şəxsi həyatlarında məmnunluq tapmağa kömək edir. Narsizm əlamətləri digər psixi xəstəliklərlə birlikdə mövcud ola bilər, bu da diaqnoz qoymağı çətinləşdirir. Ən çox görülən arasında antisosial şəxsiyyət pozulması, sərhəd şəxsiyyət pozulması, isterik şəxsiyyət pozulması və şizoid şəxsiyyət pozulması ilə birlikdə olanlar daxildir [5].

Narsizmin müalicə prosesi çox mürəkkəb və ya mümkünsüzdür. Çox vaxt narsistlər nəyisə səhv etdiklərindən heç vaxt şübhələnmirlər, çünki nəyəsə görə özlərini günahlandırmağa meylli deyillər. Beləliklə, əgər belə insanlar bir mütəxəssis tərəfindən görülmüşsə, bunun səbəbi əlaqəli problemlər ola bilər: depressiya, bipolyar pozulma, alkoqolizm və s. Psixoterapiya belə xəstələrə müsbət təsir göstərir. Düzgün qurulmuş seanslar insana yaxınları ilə münasibət qurmağa, tənqidləri qəbul etməyi öyrənməyə, qarşısına real hədəflər qoyub onlara nail olmağa kömək edə bilər.

Narsist şəxsiyyət pozulması olan insanlar tez-tez psixoterapevtik köməyə müraciət edir, meditasiya, yoqa və ekstremal idman növləri ilə məşğul olurlar. Belə insanlar meditasiya vasitəsi ilə müxtəlif mənəvi təcrübələri özlərindən keçirərək, hiss vasitəsilə öz "mən"ini tapmaq istəyirlər.

Problemin aktuallığı. Müasir psixologiyada narsistik şəxsiyyət tipi olaraq fərqləndirilir. Lakin müasir dövrümüzdə daha çox narsizmi xarakterdə olan psixoloji xüsusiyyət olaraq görülür. Tədqiqatımızın aktuallığı məhz bu anlayışın daha çox yeniyetməlik yaş dövründə müşahidə edilməsi ilə bağlıdır. Çünki yüngül narsizm xüsusiyyətləri yeniyetməlik yaş dövrünün əlaməti olaraq qəbul edilə bilər. Narsistik şəxsiyyət pozulması empatiya hissinin olmaması, hər şeyin ən yaxşısına layiq olduqlarına inanaraq, lakin arxa planda ciddi şəkildə gizli zəifliyi olan

insanları təsvir etmək üçün istifadə edilən termdir.

Problemin elmi yeniliyi. Narsistik əlamətləri yeniyetməlik yaş dövrünün təzahür xüsusiyyəti kimi təhlil edərək yeniyetmənin psixologiyasına olan təsirini araşdırmaq.

Problemin praktik əhəmiyyəti və tətbiqi. Problemin mahiyyəti və işlənmə vəziyyətini təhlil edərək narsizmin psixoloji xüsusiyyət və şəxsiyyət pozulması tipi olaraq qiymətləndirmək. Yeniyetməlik yaş dövründə psixologiyanın əsas xüsusiyyətlərini araşdırmaq və müşahidə edilən narsizm əlamətlərinin tədqiq etmək.

Ədəbiyyat

1. Əlixanova, G.H., Baxşəliyev, Ə.T. Təlim fəaliyyətində temperament tiplərinin nəzərə alınması. Metodik vəsait // - Bakı: ADPU-nun nəşriyyatı, -2019, - 398 s.
2. Əzimli, Q.M. Yaş və pedaqoji psixologiyanın müasir problemləri. // - Bakı: 2006. 234 s.
3. Zamanov, A.D., Əliyeva, H.İ., Əlixanova, G.H. // Psixoloji xidmətin diadası. Metodik vəsait. Bakı: - Azər nəşr, - 2012. 79 s.
4. Freud S, On Narcissism: An Introduction, Standard Edition, Cild 14
5. Cooper, M. A. Narcissism. Essential Papers On Narcissism, New York
6. Балцевич В.А. Семья и молодежь: профилактика отклоняющегося поведения. - СПб.: Университетское, 2005.
7. Седикидес, С., Рудич, Е.А., Грегг, А.П., Кумасиро, М., Русбалт С. (сентябрь 2004). "Нормальные ли нарциссы психологически здоровы?: имеет значение самооценка" Журнал личности и социальной психологии. 400-416 с.
8. Страхов И.В. Психологические основы педагогического такта. Саратов: 2011.
9. <https://psixologiyainstitutu.az/2022/10/20/yeniyetm%C9%99l%C9%99rin-s%C9%99xsiyy%C9%99tin%C9%99-psixoanalitik-yanasmalar/>

M.F. Həsənova

Yeniyetməlik yaş dövründə narsizmin psixologiyaya zərərləri Xülasə

Narsistik simptomları olan bir insan, şərhləri şəxsi təhqir kimi qəbul edərək, ən kiçik bir tənqiddə belə dözə bilmir. Bu fenomeni ilk dəfə elmi şəkildə araşdıran Ziqmund Freyd qeyd etmişdir ki, insanlarda narsizmin ilkin əlamətləri özünü göstərir və bu əlamətlər mənfi halların təsiri altında daha mürəkkəb nevroz və digər patoloji ruhi vəziyyətlərə çevrilir. Freydin dinamikasına əsaslanan Kernberqin nəzəriyyəsinə görə, narsizm, uşaqlıqda inkişaf edən və fərdin valideynləri tərəfindən tərk edilmək və ya itirilmək narahatlığını üç yaşına qədər aradan qaldırmaq üçün inkişaf edən bir müdafiə mexanizmidir. Yeniyetməlik dövründə həm fiziki, həm də zehni inkişaf bütün sahələrdə sürətlə başlayır. Yeniyetmələrin əksəriyyəti inkişaflarının və şəxsi böyümələrinin təbii və sağlam bir komponenti kimi narsistik xüsusiyyətlər nümayiş etdirirlər. Narsistik şəxsiyyət pozğunluğu olan insanlar tez-tez psixoterapiyaya müraciət edir, meditasiya, yoqa və ekstremal idman növləri ilə məşğul olurlar. Belə insanlar hisslər vasitəsilə "mən"i tapmağa çalışır, meditasiya vasitəsilə müxtəlif mənəvi təcrübələr yaşayırlar.

M.F. Hasanova**Психологический вред нарциссизма в подростковом возрасте
Резюме**

Человек с нарциссическими симптомами не терпит даже минимальной критики, воспринимает замечания как личное оскорбление. Зигмунд Фрейд, первым начавший научное изучение этого явления, отмечал, что у людей есть первичные признаки нарциссизма, которые под влиянием неблагоприятных обстоятельств перерастают в более сложные формы невроза и другие патологические состояния психики. Согласно теории Кернберга, которая опирается на динамику Фрейда, нарциссизм — это защитный механизм, формирующийся в детстве для преодоления тревоги индивида по поводу того, что родители бросят его или потеряют в своей жизни к трем годам. В подростковом возрасте начинается как физическое, так и умственное развитие, причем быстро и во всех областях. Большинство подростков проявляют нарциссические черты как естественный и здоровый компонент своего развития и личностного роста. Люди с нарциссическим расстройством личности часто обращаются к психотерапии, занимаются медитацией, йогой и экстремальными видами спорта. Такие люди стремятся обрести «я» через чувства, переживая различные духовные опыты посредством медитации.

M.F. Hasanova**The psychological harms of narcissism during adolescence
Summary**

A person with narcissistic symptoms does not tolerate minimal criticism, perceives remarks as a personal insult. . Sigmund Freud, who first began the scientific study of this phenomenon, noted that people have primary signs of narcissism, which, under the influence of unfavorable circumstances, develop into more complex forms of neurosis and other pathological states of the psyche. According to Kernberg's theory, which proceeds with Freud's dynamics, narcissism is a defense mechanism formed in childhood to overcome the anxiety of individuals that their parents will abandon them or lose them in their lives by the age of three. During adolescence, both physical and mental development begins to take place both rapidly and in all areas. Most adolescents demonstrate narcissistic traits as a natural and healthy component of their development and personal progress. People with narcissistic personality disorder often seek psychotherapy, engage in meditation, yoga, and extreme sports. Such people seek to find their "self" through feeling, experiencing various spiritual experiences through meditation.

Redaksiyaya daxil olub: 03.03.2026