Naxçıvan Müəllimlər İnstitutu. Elmi əsərlər, 2025, № 1-2, s.142-145
Nakhchivan Teachers Institute. Scientific Works, 2025, № 1-2, p.142-145
Нахчыванский институт учителей. Научные труды, 2025, № 1-2, с.142-145

UOT: 159.922.7:159.955.6
https://doi.org/10.30546/670832.2025.01.1232

Yeniyetməlik dövründə yaşanan psixoloji hallar və yaş böhranı problemi haqqında

Müəllif(lər):

Əzizə Cəfərzadə
Naxçıvan Müəllimlər İnstitutu
Magistrant
E-poçt: ezizeceferzadee@gmail.com
https://orcid.org/0009-0009-8127-9747

Açar sözlər: yeniyetməlik, yaş böhranları, psixoloji hallar, kimlik axtarışı

Annotasiya. Yeniyetməlik dövrü, həm fiziki, həm də psixoloji baxımdan bir çox dəyişikliklərin baş verdiyi bir mərhələdir. Bu dövrdə yaşanan psixoloji hallar fərdlərin şəxsiyyət inkişafı, sosial əlaqələr, emosional tarazlıq və gələcək həyatla bağlı düşüncələrinə təsir edir. Yeniyetmələr, bu dövrün müxtəlif mərhələlərində bir çox çətinliklər və təcrübələr yaşayırlar. Tədqiq olunan problemin aktuallığı onunla şərtlənir ki, insan ömrünün bütün yaşlarında dəyişikliklər baş verir. Bu tədqiqatda yeniyetməlik dövründə psixoloji böhranların təsirlərini öyrənmək məqsədilə nəzəri və empirik metodların kombinasiyasından istifadə edilmişdir. Praktik və nəzəri əhəmiyyəti yeniyetməlik dövründə baş verən konfliktlər haqqında subyektiv qavrayışların müəyyən edilməsidir. Yeniyetmələrin məktəb praktikasında, konstruktiv vəziyyətdə olan qarşıdurmalarda, məktəb psixoloqları, valideynlər, müəllimlər və təlimçilərin fəaliyyətlərində istifadə edilə bilər Bu yazıda yeniyetməlik dövrü inkişaf psixologiyası baxımından müxtəlif inkişaf ölçüləri ilə müzakirə edilir və dövrün ümumi profili yaradılmağa cəhd edilir. Tədqiqatın məqsədi sosial-psixoloji mühitdə gələcəyə savadlı kadr hazırlamaq üçün yeniyetmələrə dəstək olmaqdır.

Psychological conditions and the issue of age-related crises during adolescence

Author(s):

Aziza Jafarzade
Nakhchivan Teachers Institute
Master student
E-mail: ezizeceferzadee@gmail.com
https://orcid.org/0009-0009-8127-9747

Key words: adolescence, age crises, psychological states, identity search

Abstract. Adolescence is a stage characterized by numerous physical and psychological changes. The psychological experiences during this period influence individuals' personality development, social relationships, emotional balance, and perspectives on their future. Adolescents go through various challenges and experiences at different stages of this phase. The relevance of the studied issue is based on the fact that changes occur at all stages of human life. Today, society requires individuals who are rational, educated, cooperative, and capable of making responsible decisions. However, since the physical and psychological transformations in adolescence lead to significant changes in a teenager's life, it is essential to take this period seriously. Regarding its practical and theoretical significance, the study focuses on identifying subjective perceptions of conflicts occurring during adolescence. The findings can be applied in school practices, constructive conflict situations, and in the work of school psychologists, parents, teachers, and trainers. This paper discusses adolescence from the perspective of developmental psychology, examining different dimensions of growth and attempting to outline a general profile of this stage. The primary aim of the study is to support adolescents in their social-psychological environment to prepare them as competent individuals for the future.

О психологических состояниях в подростковом возрасте и проблеме возрастного кризиса

Автор(ы):

Азиза Джафарзаде
Нахчыванский институт учителей
Магистрант
Э-почта: ezizeceferzadee@gmail.com
https://orcid.org/0009-0009-8127-9747

Ключевые слова: подростковый возраст, возрастные кризисы, психологические состояния, поиск идентичности

Аннотация. Подростковый возраст - это этап, на котором происходит множество изменений, как физических, так и психологических. Психологические состояния, пережитые в этот период, влияют на то, как люди думают о личностном развитии, социальных связях, эмоциональном балансе и будущей жизни. Подростки испытывают множество трудностей и переживаний на разных этапах этого периода. Актуальность изучаемой проблемы обусловлена тем, что изменения происходят во всех возрастах жизни человека. В этом исследовании использовалось сочетание теоретических и эмпирических методов с целью изучения последствий психологических кризисов в подростковом возрасте. Практическое и теоретическое значение имеет выявление субъективных представлений о конфликтах, происходящих в подростковом возрасте. Его можно использовать в школьной практике подростков, конфликтах в конструктивных ситуациях, в деятельности школьных психологов, родителей, педагогов и тренеров. В этой статье обсуждается подростковый возраст с точки зрения психологии развития с различными аспектами развития, и делается попытка создать общий профиль периода. Цель исследования - поддержка подростков в социально-психологической среде для подготовки грамотных кадров будущего.

Giriş. Şəxsin həyatında qarşılaşdığı bir çox psixoloji problemlər, bilavasitə onun müəyyən yaş dövrlərində yaşadığı travmalar, bu travmalarla bağlı keçirdiyi hisslər və emosional gərginliklər, ailə tərbiyəsi və digər psixososial amillərlə bağlıdır. Bu problemlər, xüsusilə yetkinlik dövründə daha aydın şəkildə özünü göstərir. İnsanın başqalarını aqressiya hədəfi kimi seçməsinin, daxili konfliktlərə meyilli olmasının, keçirdiyi daxili narahatlıqların və depressiv hallara meyilliyinin kökündə məhz müxtəlif yaş dövrlərində yaranmış psixoloji problemlər dayanır. Hər bir yaş dövrünün özünəməxsus xüsusiyyətlərini və psixoloji dəyişikliklərini bilmək, həmin dövrü yaşayan insanları daha yaxşı anlamağa və onlara uyğun yanaşmağa imkan yaradır. Bu cür psixoloji vəziyyətlərdən biri də böhran vəziyyətidir. Böhran – insanın daxili dünyası ilə ətraf mühit arasındakı narazılıqdan qaynaqlanan, uzunmüddətli psixoloji vəziyyətdir. O, insanın ən fundamental dəyərlərinə və həyati tələbatlarına təsir edir, güclü emosional gərginliklə müşayiət olunur və daxili dünyasında dominant mövqe tutur.

Yeniyetməlik dövrü insanın uşaqlıq və gənclik mərhələləri arasında keçid dövrüdür. Bu keçidin mahiyyətini məhz yeniyetməlik dövründəki inkişafın spesifik xüsusiyyətləri və məzmunu təşkil edir. Məlumdur ki, yeniyetməlik yaş dövrü tez-tez “keçid dövrü” və ya “böhranlı yaş dövrü” kimi xarakterizə edilir. Bu təsnifat təsadüfi deyildir, çünki yeniyetmənin orqanizmində baş verən psixofizioloji dəyişikliklər, münasibətlər sferasının yenilənməsi, özünə və başqalarına münasibətin dəyişməsi, davranış və rəftar modelinin yenidən qurulması şəxsiyyət inkişafına ciddi təsir göstərir. Bu dövrdə yeniyetmələr öz “mən”lərini daha dərindən dərk etməyə, yeni potensial imkanlarını və keyfiyyətlərini kəşf etməyə başlayırlar. Sözügedən amillər yeniyetmənin əqli, intellektual və mənəvi-psixoloji keyfiyyətlərinin inteqrasiyasını təmin edir, eyni zamanda, onun öz kimliyini təsdiq etməsinə, ideya və arzularının müəyyən istiqamətə yönəlməsinə səbəb olur.

Yeniyetmə dövründə yaranan böhranlar, əsasən, ictimai həyatın onlara verdiyi sosioloji tələblərlə əlaqəlidir. Yeniyetmə, böyüklər aləmində müəyyən mövqe tutmaq istədikdə, artan müstəqillik tələbatı ilə bu müstəqilliyi həyata keçirmək imkanları arasında ziddiyyətlər meydana çıxır. Valideynlər və böyüklər adətən bu böhranın qarşısını almaq üçün yeniyetmənin yeni tələbatlarını qarşılamağa çalışırlar. Lakin təcrübə göstərir ki, yeniyetmələr çox vaxt valideynlərini və böyükləri sərhədləri genişləndirməyə məcbur edirlər. Onlar icazə verilməyən davranışları nümayiş etdirərək öz güclərini yoxlamaq və şəxsi sərbəstliklərini artırmaq istəyirlər. Məhz belə qarşıdurmalar zamanı yeniyetmə özünü daha yaxşı tanımağa, qiymətləndirməyə və imkanlarını dərk etməyə başlayır, özünütəsdiq ehtiyacını ödəyir. Əgər bu proses baş verməzsə və yeniyetməlik dövrü tamamilə sakit, konfliktsiz keçərsə, sonradan, adətən 17-18 yaşlarında və ya daha gec yaş dövrlərində daha mürəkkəb və gecikmiş böhran halları meydana çıxa bilər. Bu isə gəncin uzun müddət infantil mövqedə qalması ilə xarakterizə olunur. Beləliklə, yeniyetmə nisbətən təhlükəsiz bir mühitdə müstəqillik uğrunda apardığı mübarizə sayəsində özünü dərk etmə və özünü təsdiqləmə tələbatlarını ödəyir. Bu proses nəticəsində yalnızca özünə inam formalaşmır, eyni zamanda, əxlaqi dəyərlər də inkişaf edir ki, bu da gələcəkdə qarşılaşacağı həyati çətinliklərin öhdəsindən daha asan gəlməsinə imkan yaradır.

Materiallar və metodlar. Bu tədqiqatda yeniyetməlik dövründə psixoloji böhranların təsirlərini öyrənmək məqsədilə nəzəri və empirik metodların kombinasiyasından istifadə edilmişdir. Yeniyetməlik dövrünün psixoloji və sosial xüsusiyyətlərini izah etmək üçün tədqiqatların, nəzəriyyələrin və statistik məlumatların öyrənilməsi məqsədilə elmi ədəbiyyatlar təhlil edilmişdir. Psixoloji inkişaf nəzəriyyələrinin tətbiqi Erik Eriksonun psixososial inkişaf mərhələləri, Jan Piagetin idrak inkişafı nəzəriyyəsi və Alfred Adlerin sosial maraq nəzəriyyəsi çərçivəsində yeniyetmələrin böhran vəziyyətlərini analiz etməyə əsaslanır.

Anket və sorğular yeniyetmələr arasında özünüdərketmə, sosial adaptasiya və müstəqillik meyilləri ilə bağlı sorğuların keçirilməsini nəzərdə tutur. Müşahidə metodu yeniyetmələrin gündəlik sosial mühitlərdə davranışlarının müşahidəsi və bu davranışların onların psixoloji vəziyyəti ilə əlaqəsinin təhlili üçün istifadə olunur. Klinik görüşlər zamanı yeniyetmələrlə fərdi müsahibələr aparılaraq onların böhranları necə keçirdiyi və psixoloji problemlərlə necə müba-

rizə apardıqları haqqında məlumat toplanmışdır. Sorğu zamanı istifadə edilən suallar uyğun olaraq razıyam, razı deyiləm, nə razıyam nə də narazı formasında variantları əhatə edir.

- Mən tapşırıqları vaxtında yerinə yetirirə
- Mən özümə qarşı məsuliyyətliyəm.
- Mən planlı və təşkilatlanmış şəkildə işləməyi sevirəm.
- Mən işləri yarımçıq qoymuram.

Verilən cavablara əsasən 41-60% nəticə əldə edən yeniyetmələrin sayı daha çoxdur. Bu göstəricilərə əsaslanaraq qeyd etmək lazımdır ki, yeniyetməlik yaş dövründə davamlılıq və məsuliyyət problemləri ilə daha çox qarşılaşılır.

Faiz göstəricisi	Yorum
0-40%	Aşağı vicdanlılıq səviyyəsi: məsuliyyət və planlılıq zəifdir.
41-60%	Orta səviyyə: bəzən məsuliyyətlidir, amma davamlı deyil.
61-80%	Yaxşı səviyyə: əksər hallarda məsuliyyətlidir və təşkilatlıdır.
81-100%	Yüksək vicdanlılıq: çox məsuliyyətli, planlı və etibarlıdır.

Bu metodların tətbiqi yeniyetməlik dövrünün psixoloji problemlərini daha dərindən anlamağa və bu problemlərin aradan qaldırılması üçün effektiv yanaşmalar inkişaf etdirməyə kömək edir.

Nəticələr və müzakirə. Yeniyetməlik dövrü şəxsiyyətin formalaşması baxımından kritik bir mərhələdir və bu dövrdə baş verən psixoloji və sosial dəyişikliklər gələcəkdə fərdin davranışlarına və qərarlarına ciddi təsir göstərə bilər. Müzakirə kontekstində yeniyetməliyin böhran xarakteri və onun fərdin sosial və emosional inkişafına təsiri dəyərləndirilmişdir. Tədqiqatlar göstərir ki, yeniyetmələrin müstəqillik ehtiyacı və böyüklər tərəfindən qoyulan məhdudiyyətlər arasında yaranan qarşıdurmalar onların psixoloji rifahına təsir edə bilər. Bağımsızlıq ehtiyacı ilə sosial nəzarət arasında balansın düzgün qurulmaması yeniyetmədə ya itaətkar, passiv davranışlara, ya da üsyankar və impulsiv reaksiyalara səbəb ola bilər. Məhz bu dövrdə özünü tanıma və özünütəsdiq ehtiyacları daha güclü şəkildə ortaya çıxır. Bu faktorlar yeniyetmələrin psixososial inkişafının əsasını təşkil edir.

Ayrıca, yeniyetmənin kimlik axtarışına yönələn prosesləri ilə sosial mühit arasında əlaqənin olması vacibdir. Əgər yeniyetmə ona uyğun sosial mühit tapa bilməzsə və ya böhranlarını düzgün idarə edə bilməzsə, bu, emosional qeyri-sabitlik, depressiya və sosial narahatlıq kimi problemlərə gətirib çıxara bilər. Bu səbəbdən böhranların aradan qaldırılması üçün ailə, müəllimlər və psixoloqların dəstəyi əhəmiyyətlidir. Yeniyetmənin psixoloji sağlamlığını qorumaq və onun şəxsiyyət inkişafını dəstəkləmək üçün emosional dəstək, sağlam ünsiyyət mühiti və psixoloji müdaxilə metodları mühüm rol oynayır.

Yekun nəticə. Yekun olaraq vurğulamaq lazımdır ki, yalnız yeniyetməlik dövründə deyil, insan həyatının müxtəlif mərhələlərində baş verən böhranlar mürəkkəb psixoloji struktura malikdir və öz təzahür formalarına görə fərqlənir. Böhran, insanın həyatının adi axarını pozaraq gündəlik fəaliyyətinə təsir edir və onun həyat tərzində ciddi dəyişikliklərə səbəb olur. Bu vəziyyət insanın indiyə qədər əhəmiyyət verdiyi və həyatının əsasını təşkil edən dəyərləri yenidən dəyərləndirməsini tələb edir, eyni zamanda, onun ətraf mühit və insanlar ilə münasibətlərini dəyişməyə yönəldir. Böhranlar, yalnız mənfi emosional təcrübə ilə deyil, eyni zamanda şəxsiyyətin inkişafına töhfə verən yenilənmə və transformasiya prosesi kimi də qiymətləndirilə bilər. Onların uğurla həll edilməsi insan üçün həyati əhəmiyyət daşıyır və nəticədə yeni, müsbət keyfiyyətlərin formalaşmasına şərait yaradır.

Qeyd edildiyi kimi, yeniyetməlik dövründə yaşanan böhranlar təbii prosesin bir hissəsidir. Bu böhranlar qısa müddətli olsa da, yeniyetmənin psixoloji inkişafı və şəxsiyyətinin formalaşması baxımından mühüm rol oynayır. Yeniyetmənin qarşılaşdığı mənfi amillər, onun inkişafı üçün yaradılan əlverişli və ya qeyri-əlverişli mühit, sosial əhatəsinin ona münasibəti, bu dövrün konstruktiv

və ya destruktiv xarakter daşımasına birbaşa təsir edir. Yeniyetmələrin emosional stabilliyi və sosial adaptasiyası üçün ailə və təhsil müəssisələri bu prosesdə mühüm rol oynayır. Bu səbəbdən, yeniyetmənin böyüdüyü ailə, təhsil aldığı pedaqoji kollektiv və onunla ünsiyyətdə olan digər insanlar bu dövrün psixoloji xüsusiyyətlərini nəzərə almalı və ona uyğun münasibət göstərməlidirlər. Çünki cəmiyyətin gələcəyi üçün sağlam, emosional və sosial baxımdan balanslı, məsuliyyətli fərdlərin yetişdirilməsi hər bir vətəndaşın mənəvi və ictimai məsuliyyətidir. Yeniyetmələrin sağlam inkişafına dəstək olmaq, onların gələcək həyatlarında daha güclü və uğurlu fərdlərə çevrilməsinə kömək edəcəkdir.

Ədəbiyyat

1. Abbasov, A.N. Ailə / A.N.Abbasov, Ə.Ə.Əlizadə. – Bakı: Maarif, – 1988. – 312 s.
2. Abbasov, A.N. Məktəb şagirdlərini ailə həyatına hazırlamağın bəzi məsələləri / A.N.Abbasov. – Bakı: Təhsil Nazirliyi, – 1989. – 41 s.
3. Bayramov, Ə.S. Psixologiya / Ə.S.Bayramov, Ə.Ə.Əlizadə. – Bakı: Çinar çap, – 1998.
4. Əlizadə, Ə.Ə. Uşaq və yeniyetmələrin cinsi tərbiyəsi / Ə.Ə.Əlizadə. – Bakı: Maarif, – 1986. – 224 s.
5. Əlizadə, Ə. Məktəblinin psixologiyası / Ə.Əlizadə, Q.Əzimov, E.Quliyev. – Bakı, – 2015, – 114 s.
6. Əlizadə, Ə.Ə. Müasir Azərbaycan məktəbinin psixoloji problemləri / Ə.Ə.Əlizadə. – Bakı:Pedaqogika, – 2004. – 431 s.
7. Əmrahlı, .L.Ş. Psixoloji xidmətin əsasları / L.Ş.Əmrahlı. – Bakı, – 2007. – 23s
8. Əliyev, Ə. Məktəbə psixoloji xidmət, problemlər, düşüncələr / Ə.Əliyev. – Bakı, – 1993.
9. Həmzəyev.M. Ünsiyyətin psixologiyası. Dərs vəsaiti / M.Həmzəyev, S.Əmraslanova. – Bakı, – 2007, – 180 s.
10. Həmzəyev, M.Ə. Yaş və pedaqoji psixologiyanın əsasları / M.Ə.Həmzəyev. – Bakı, – 2003, – 14 s.
11. Həsənov, A. Pedaqogika / A.Həsənov, Ə.Ağayev. – Bakı: Nasir, – 2007, – 494 s.
12. Həmzəyev, Ə.M. Pedaqoji psixologiya / Ə.M.Həmzəyev.– Bakı, – 1991.

Məqalə psixologiya üzrə fəlsəfə doktoru, dosent Salatın Hacıyeva tərəfindən təqdim olunmuşdur.

İlkin daxilolma – 23.01.2025, son daxilolma – 20.02.2025, qəbulolunma – 06.03.2025