

UOT 159.9

Kamilə Qinyaz qızı Kazımova

*Bakı Dövlət Universitetinin Psixologiya kafedrasının baş müəllimi,
psixologiya üzrə fəlsəfə doktoru
<https://orcid.org/0000-0001-6360-2322>
[https://doi.org/10.69682/azrt.2024.91\(2\).238-244](https://doi.org/10.69682/azrt.2024.91(2).238-244)*

Qərənfil Yaşar qızı Səmədzadə

*Bakı Dövlət Universiteti
<https://orcid.org/0009-0009-1175-5170>*

UŞAQLIQ TRAVMALARININ ALEKSİTİMİYAYA TƏSİRİ

Камила Гиньяз гызы Казимова

*старший преподаватель кафедры Психологии
Бакинского Государственного Университета,
доктор философии по психологии*

Гаранфил Яшар гызы Самадзаде

Бакинский Государственный Университет

ВЛИЯНИЕ ДЕТСКОЙ ТРАВМЫ НА АЛЕКСИТИМИЮ

Kamila Ginyaz Kazimova

*senior lecturer of the Psychology department Baku State University,
doctor of philosophy in psychology*

Garanfil Yashar Samadzade

Baku State University

ALEXITHYMY EFFECT OF CHILDHOOD TRAUMA

Xülasə. İstismar, laqeydlik və ya zorakılığa məruz qalma kimi təcrübələri əhatə edən uşaqılıq travması, hissləri tanıma, anlama və ifadə etməkdə çətinliklərlə xarakterizə edilən bir vəziyyət olan aleksitimiyanın inkişafı ilə sıx bağlıdır. Uşaqılıq travmalarının aleksitimiya üzərindəki təsirləri dərin və çoxşaxəlidir. Uşaqılıq dövründəki travmatik hadisələr çox vaxt emosional olaraq təzyiqə səbəb olur, insanın öz hisslərini müəyyən etmək və ifadə etmək qabiliyyətinə mane olur. Bu emosional təzyiq aleksitimik xüsusiyyətlərin ortaya çıxmasına təsir edə bilər. Uşaqılıq travmasının aleksitimiya təsiri şəxsiyyətlərə münasibətlərə və ümumi psixoloji sağlamlığa təsir göstərir, yetkinlik dövründə də davam edə bilər. Uşaqılıqdakı travmatik təcrübələr emosional tənzimləmə problemlərinə, daxili münaqişələrə və özünü qoruma mexanizmlərinin inkişafına mənfi təsir göstərir.

Açar sözlər: *uşaqılıq travmaları, aleksitimiya, istismar, laqeydlik*

Резюме. Детская травма, которая включает в себя такие переживания, как жестокое обращение, пренебрежение или насилие, тесно связана с развитием aleksitimii — состояния, характеризующегося трудностями в распознавании, понимании и выражении чувств. Влияние детской травмы на aleksitimii глубоко и многогранно. Травматические события в детстве часто вызывают эмоциональный стресс, препятствуя способности человека идентифицировать и выражать свои чувства. Это эмоциональное давление может влиять на появление aleksitimicheskikh черт. Влияние детской травмы на aleksitimii воздействует на межличностные отношения и общее психологическое здоровье и может сохраняться и во взрослом возрасте. Травматические переживания в детстве негативно влияют на проблемы эмоциональной регуляции, внутренние конфликты, развитие механизмов самозащиты.

Ключевые слова: *детская травма, aleksitimii, эксплуатация, пренебрежение*

Summary. Childhood trauma, which includes experiences such as abuse, neglect, or violence, is strongly associated with the development of alexithymia, a condition characterized by difficulties recognizing, understanding, and expressing feelings. The effects of childhood trauma on alexithymia are profound and multifaceted. Traumatic events in childhood often cause emotional distress, hindering a person's ability to identify and express their feelings. This emotional pressure can influence the emergence of alexithymic traits. The effects of childhood trauma on alexithymia affect interpersonal relationships and overall psychological health, and may persist into adulthood. Traumatic experiences in childhood negatively affect emotional regulation problems, internal conflicts, and the development of self-protection mechanisms.

Key words: childhood trauma, alexithymia, exploitation, neglect

"Travma" (τράυμα) sözü yunan dilindən "yaralanmaq" və "zərər vermək" deməkdir. Əvvəllər tibbi-cərrahiyyə elm sahələrində işlədilər bu termin, XVIII əsrdə psixiatriya və klinik psixologiyada, bir stimulun fərdin onun öhdəsindən gəlmək qabiliyyəti üzərindəki böyük təsirini göstərmək üçün istifadə edilmişdir. Çox az insanın həyatı travma ilə qarşılaşmadan keçə bilər. Adi çətinliklərdən fərqli olaraq, travmatik hadisələr qəfil və gözlənilməz olur. Bədənin xəsarəti və ya ölüm kimi, həyat üçün ciddi təhlükə yaradır, insanın nəzarətindən kənarında baş verir. Ən əsası, hadisələr insanın dünyada təhlükəsizlik hissini zədələyəcək və hər an bir fəlakətin baş verə biləcəyi hissini yaradacaq qədər travmatikdir.

Psixoloji travma ağır narahatedici və insan həyatında iz buraxan kədərli hadisələr nəticəsində yaranan emosional reaksiyadır. APA (Amerika Psixoloqlar Assosiasiyası) (1994) travma anlayışını fərdin ciddi xəsarət, ölüm, ölüm təhlükəsi və sağlamlığına təhlükə yaradan hadisələrə şahid olması və ya qarşılaşması kimi müəyyən edir. İnsanda bu hadisələr nəticəsində qorxu, acizlik, dəhşət hissləri inkişaf edir [4].

Maraqlıdır ki, travma anlayışının perspektivi və tərifi zamanla dəyişmişdir. Başqa bir şərhə görə, travma; bir fərdin fiziki və ya zehni rifahına davamlı təsir göstərən hadisə və ya silsilə hadisələrin nəticəsidir. Travma nəticəsində fərdin funksionallığında, fiziki, sosial, emosional və mənəvi rifahında pozulmalar baş verir.

Psixoloji problemlərə səbəb olduğu bilinən travma bir çox fərqli şəkildə baş verə bilər. Travmatik hadisələr zəlzələ, daşqın kimi təbii fəlakətlər, həmçinin yol-nəqliyyat və iş qəzaları gözlənilməz ölümlər, ağır/ölümcül xəstəliklərə yoluxma, işgəncələrə, zorakılığa, təcavüzə məruz qalma, müharibədə uzun müddət bombardmana məruz qalma, terrorçular tərəfindən girov saxlanılma, təcavüzə məruz qalma kimi və s. kimi insani hərəkətlərdən də yarana bilər.

Travmatik xatirələr, təbiətinə və etibarlılığına görə, əsrlər boyu psixiatriya sahəsində mübahisəli məsələ olmuşdur. Bəzi tədqiqatlar mənfi həyat təcrübələrinin neytral təcrübələrdən daha az yadda qaldığını göstərsə də, bunun əksini iddia edən tədqiqatlar da var. Brainerd, Stein, Silveira, Rohenkohl, və Reyna mənfi hadisələrin neytral hadisələrdən daha çox yanlış xatırlandığını müdafiə ediblər. Tədqiqatlarında yanlış xatırlamanın müsbət hadisələr üçün ən az, mənfi həyat hadisələri üçün ən çox olduğunu müəyyən ediblər. Onlar bu vəziyyətin emosional oyanışın yüksək olduğu travmatik həyat hadisələrində diqqətin azalması səbəbindən hafizənin əvvəlki kimi kodlaşdırılmaması və saxlanılması ilə bağlı olduğunu irəli sürmüşlər. Demək olar ki, mənfi emosional stimulun xatırlanması zamanı senzura tətbiq edilir və buna görə də hadisələr yanlış xatırlanır.

Araşdırmalarda məlum olur ki, insanın yetkin yaşda travmaya məruz qalması psixiatrik problemlərə səbəb ola bilər, bu vəziyyətin uşaqlıq dövründə yaşanması isə daha böyük risk daşıyır. Uşaqlıq travmaları, 18 yaşına çatmamış şəxslərin fiziki inkişafına, psixi sağlamlığına, emosional və cinsi laqeydlik, istismar kimi mənfi bir şəkildə təsir göstərən hadisə və vəziyyətlər olaraq qəbul edilməkdədir. Uşaqlıq travmalarına (psixoloji) səbəb olan şəxslər uşağa qayğı göstərən və ya ətrafındakı insanlar ola bilər. Bu insanlar uşağın inkişafına mane olan, onu məhdudlaşdıran müxtəlif hərəkətlər nümayiş etdirirlər. Göstərilən bu hərəkətlər isə uşağa əqli, fiziki, sosial və cinsi cəhətdən mənfi təsir göstərir, bununla da uşağın sağlamlığı və təhlükəsizliyi üçün təhlükə yaradır.

Uşaqlıq travmaları istismar və laqeydlik olaraq iki yerə bölmək olar. Ədəbiyyatda laqeydliyin və istismarın bir çox fərqli tərifləri vardır. Uşağın psixoloji və ya fiziki inkişafına mənfi təsir göstərən münasibət və davranışlara

istismar deyilir. Ümumdünya Səhiyyə Təşkilatının ən əhatəli tərifinə görə istismar, qəsdən və ya bilməyərək uşağın sağlamlığına, psixoloji, fiziki və sosial inkişafına mənfi təsir göstərən davranışlar olaraq təyin olunur. Uşağa qarşı olan laqeydlik isə uşağın geyim, qidalanma, sığınacaq, sevgi, sağlamlıq və təhsil kimi əsas ehtiyaclarına etinasız yanaşılması nəticəsində onun emosional, fiziki və sosial inkişafının qarşısının alınması kimi təyin edilə bilər. Laqeydlik və istismar arasındakı fərq ondan ibarətdir ki, laqeydlik passiv, istismar isə aktiv prosesdir. Buna görə də istismar uşağa qarşı şüurlu və bilərəkdən edilən, müşahidə edilə bilən aktiv hərəkətdir. Laqeydlik isə qaçığı göstərən təərəfindən uşağın ehtiyaclarının ödənilməməsi və uşağın lazımı səviyyədə qorunmaması nəticəsində yaranan passiv vəziyyətdir. Xüsusən də uşağın inkişafında gerilik olması, psixo-sosial uyğunlaşma problemləri yaşaması və təhsildə çatışmazlıqları aradan qaldırılması çətin olan uşaqların olması onların diqqətdən kənardə qaldığını göstərir. Uşaqların inkişafına və psixi sağlamlığına təsir göstərən laqeydlik və istismarın növləri var; fiziki istismar, cinsi istismar, emosional istismar və fiziki laqeydlik, cinsi laqeydlik, emosional laqeydlik.

Fiziki istismar. On səkkiz yaşına çatmamış şəxsə baxan ana, ata və ya tərbiyəçi, müəllim tərəfindən uşağa zərər vuran fiziki zorakılıq, uşağı yaralayan və ya yaralanmasına səbəb ola biləcək bədbəxt hadisə sayılmayan hər növ davranış və münasibət kimi müəyyən edilir. Fiziki zorakılıq ən çox yayılmış və diaqnozu ən asan olan istismar növüdür. Uşağın bədənindəki göyərmələr, əziklər, baş travmaları, əzaların sınığı və yerindən çıxması, yanığı izləri kimi uşağa zərər verən, uşağın fiziki və psixoloji cəhətdən tamlığına zərər verən davranışlar fiziki istismar olaraq qarşımıza çıxmağa bilər [7]. Bəzən ailələr, pedaqoqlar və ya ekspertlər uşağa qarşı səlahiyyət əldə etmək və ya qəzəbini boşaltmaq üçün fiziki zorakılığa əl atırlar. Bu fiziki zorakılıq uşağa təkcə fiziki ziyan vurmur, həm də uşağın zehni və emosional olaraq döyülməsinə səbəb ola bilər. Bəzi mədəniyyətlərdə zorakılıq təhsil vasitəsi kimi istifadə olunsada, ədəbiyyatda bunun əksini, cəzanın əslində çəkindirici bir üsul olmadığını bildirən çoxlu araşdırmalar vardır [12].

Cinsi istismar. Uşağın hələ nə baş verdüyünü qavraya bilmədiyini, inkişaf baxımından da

hələ belə bir vəziyyətə hazır olmadığı cinsi hərəkətə məcbur edilməsi onun, düşdüyü bu vəziyyətə adekvat reaksiya bildirmə bilmək səviyyəsində olmamasıdır. Başqa sözlə desək, uşaqlara qarşı edilən bu davranış onlardan alət kimi istifadə edərək böyük insanların cinsi həzzini təmin etməsidir [3]. Cinsi istismar uşaqlara qarşı olan istismarlar arasında müəyyən edilməsi ən çətin olan istismar növüdür. On səkkiz yaşına çatmamış şəxslərin cinsi, fiziki və əqli inkişafını hələ tamamlamadığı dövrdə baş verən istismarlar uşağın gələcək həyatında çox ciddi mənfi nəticələrə səbəb ola bilər. Uşaqlıqda baş verən bu neqativ hadisələr psixi və fiziki xəstəliklərə səbəb olmaqla yanaşı, beynin inkişafına da mənfi təsir göstərərək, sonrakı nəsillərdə də özünü göstərə bilər [10]. Cinsi istismara məruz qalan uşaqlarda xəyanət, acizlik, stiqma, depressiya, qorxu, qəzəb, uşağın özünə hörmətinin azalması, yuxusuzluq, maddə istifadəsi, iştahsızlıq, görmə hallüsinasiyaları, cinsi problemlər və s. kimi müxtəlif pozuntular baş verə bilər. Eyni zamanda, bu əlamətlər uşağın yaşına və cinsinə, istismar edən şəxsin istismara məruz qalan uşağa olan yaxınlığına, istismarın formasına, müddətinə və tezliyinə görə dəyişə bilər [16].

Emosional istismar – gündəlik həyatda ən çox rast gəlinən istismar növlərindən biridir. Bu istismar uşağın ailəsi, dayəsi və əhatəsindəki insanların uşağın şəxsiyyətinə xələl gətirən, emosional olaraq ona mane olan hərəkətlər göstərməsi kimi müəyyən edilir. Uşaqdan yaşına uyğun olmayan məsuliyyət gözləmək, uşağa qışqırmaq, onu alçaltmaq, uşağı rədd etmək, bacı-qardaşlar arasında ayrı-seçkilik etmək, uşağı alçaldıcı şəkildə təhqir etmək, uşağın emosional ehtiyaclarının ödənməməsi, uşağa ləqəb qoymaq və onu elə çağırmaq, uşağı evdə təkbaşına və ya başqa bir yerdə istəmədiyi halda tək buraxmaq, qorxutmaq, uşağı təhdidlərə məruz qoymaq, uşağı ətrafdakılardan asılı vəziyyətə salmaq və ya həddindən artıq qoruyucu münasibətlər göstərmək daxildir. Emosional istismara məruz qalmış uşaqlar əsasən öz hisslərini ifadə etməkdə və başqalarının hisslərini real və dəqiq şəkildə şərh etməkdə çətinlik çəkirlər. Bu tip istismara məruz qalan uşaqların bağlılıq münasibətləri də zədələne bilər, məruz qaldıqları istismar nəticəsində onlar neqativ emosiyalar içərisində olurlar və bu da onların həyatlarında baş verəcək hadi-

sələri adekvat qiymətləndirmələrinə mane olaraq yaşadıqları dünyanı pis bir yer kimi qəbul edirlər.

Fiziki laqeydlik. Fiziki laqeydlik uşağın normal qida və ya geyimlə təmin edilməməsi, müvafiq sağlamlıq xidməti, müşahidə və nəzarət təmin edilməməsi, həmçinin, tərək edilmə də daxildir. Məsələn, uşağın təcrid edilməsi, tək buraxılması və ya evdən qovulması tərək edilmə nümunəsi kimi verilə bilən fiziki laqeydliyin formalarıdır. Yurdakök və İnce fiziki laqeydliyi, baxımından məsul olan şəxsin uşağın sağlamlıq ehtiyaclarına laqeyd yanaşması və ya gecikdirməsi kimi təyin etmişlər. Məsələn, uşağın xəstəliyinə və ya zədələnməsinə məhəl qoymamaq və peyvənd olunmaması kimi hallar fiziki laqeydliyin olmasını göstərən amillərdəndir.

Emosional laqeydlik. Emosional laqeydlik valideynlərin və tərbiyəçinin uşağa adekvat emosional yaxınlıq və emosional dəstək göstərməməsi kimi müəyyən edilir. Yurdakök və İnceyə görə emosional laqeydlik uşağın sosial inkişafının dəstəklənməsinə maraq göstərməmək və onun emosional ehtiyaclarını ödəməmək, uşağın psixoloji ehtiyaclarına cavab verməmək, sosial qaydaları öyrənməkdən məhrum etməklə özünü göstərir [13].

Cinsi laqeydlik. Cinsi laqeydlik uşaqların ailəsi tərəfindən onların cinsi istismara qarşı müdafiəsiz qalması, bu vəziyyətə biganə münasibət göstərilməsi, uşağın cinsi inkişafına lazımi əhəmiyyət və qayğının göstərilməməsi kimi müəyyən edilir.

Uşaqılıq dövründə istismar və laqeydlikdən sonra uşağın biopsixo-sosial inkişafında neqativ amillər meydana gəlir. Travmatik hadisədən sonra yaranan problemlər qısa müddətdə görünə bilsə də, hadisənin təsirləri uzun müddət sonrada daha aydın hiss edilir. Zorakılığa və baxımsızlığa məruz qalan uşaqlarda müxtəlif psixiatrik əlamətlər müşahidə oluna bilər. Bununla belə, bir çox zorakılığa məruz qalan uşaqlarda (cinsi zorakılıq da daxil olmaqla) heç bir psixiatrik əlamət olmaya bilər. Hadisədən dərhal sonra heç bir psixiatrik əlamətin olmaması, uşağın sonrakı həyatında heç bir psixiatrik pozuntu inkişaf etməyəcəyi kimi şərh edilməməlidir. Bir dəfə belə zorakılığa məruz qalmağın uşağın inkişafına mənfi təsir göstərir. Bəzən unudulduğu güman edilən erkən uşaqılıq travmaları (psixoloji) zaman keçdikcə uşağın sonrakı yaş dövrlər-

rində mənfi nəticələrlə üzə çıxaraq, sosial və psixoloji problemlərə səbəb ola bilər.

Oriyentasiya problemləri də uşaqılıq travmalarına səbəb olan amillərdən biridir. Daxili və xarici olmaqla iki növ oriyentasiya problemi var. Daxili oriyentasiya problemləri uşaqlarla pis rəftarın ən ümumi nəticələrindən biridir. Bu mənada zorakılığa və baxımsızlığa məruz qalan uşaqlarda müşahidə olunan problemləri daxili və xarici olmaqla iki qrupda araşdırmaq məsələyə aydınlıq gətirəcək. Daxili oriyentasiya problemləri; təşviş, depressiya, tibbi səbəblərə görə olmayan somatik şikayətlər, sosial mühitdən uzaqlaşma kimi problemlərdir. Xarici oriyentasiya problemləri; kənardan müşahidə oluna bilən, dağıdıcı və zərərli davranışları ehtiva edən problemlərdir. Daxili oriyentasiya problemi olan uşaqlarda aqressivlik, davakarlıq və impulsivlik müşahidə olunur. Kiçik yaşda zorakılığa və laqeydliyə məruz qalan uşaqlarda xarici oriyentasiya problemləri tez-tez görülsə də, daha böyük yaşlı uşaqlarda və ya yeniyetmələrdə daxili oriyentasiya problemlərinə rast gəlinir. Buna görə də uşaqılıq travmaları ilə yetkinlik dövründə baş verən daxili oriyentasiya problemləri arasındakı əlaqəni araşdırmaq vacibdir.

Çində bir poliklinikaya müraciət edən 229 depressiya, 102 bipolyar, 216 şizofreniya xəstəsi və 216 sağlam nəzarət qrupu ilə aparılan araşdırmada depressiya xəstələrinin 55 %-i, bipolyar xəstələrin 61,8 %-i, şizofreniya xəstələrinin 47,2 %-si və sağlam olan şəxslərin 20,5 %-sində ən azı bir növ psixoloji travma müəyyən edilmişdir.

Xəstə qruplarında ən çox fiziki laqeydlik və emosional laqeydlik bildirilsə də, ən az cinsi istismar və fiziki istismar qeydə alınıb. Sağlam nümunə tərəfindən bildirilən ən çox uşaqılıq travmasının 11,4% ilə fiziki istismar olduğu müşahidə edilmişdir.

Örsel və digərlərinin (2011) psixiatrik xəstələrlə apardıqları araşdırmada uşaqılıqda emosional istismara məruz qaldıqlarını bildirən iştirakçılarda əhval və narahatlıq pozuntularına tez-tez rast gəlinəndiyi müəyyən edilmişdir. Uşaqılıqda cinsi istismarı bildirən qrupda alkoqol-maddə istifadəsi və intihara cəhdlərin yüksək olduğu aşkar edilmişdir [15, s.16]

Məhkəmə-tibbi ekspertiza üçün klinikaya göndərilən cinsi istismar qurbanı olan və 215 uşaq və yeniyetmələrlə (157 qız, 58 oğlan) apa-

rılan tədqiqatların nəticələrinə görə, tədqiq edilənlərin 81,9 faizində istismardan sonra ən az bir psixi pozuntunun inkişaf etdiyi müşahidə edilib. Bunlardan 33 %-də travma sonrası stress pozuntusu, 25,6 %-də kəskin stress pozuntusu, 25,1 %-də əsas depressiv pozuntusu, 2,8 %-də davranış pozuntusu aşkar edilib. Bildirilib ki, bir halda kəkələmə və gecə enurezi inkişaf edib [15, s.16]

Artıq qeyd etdiyimiz kimi uşaqlıq travmaları uşağın həyatında ciddi problemlərə səbəb ola bilər. Bu travmatik "təcrübələr" uşağın emosional sağlamlığına dərinlən təsir edə bilər və uzunmüddətli nəticələrə səbəb ola bilər. Uşaqlıq travmaları aleksitimiya kimi emosional pozuntuların inkişafına da təsir edə bilər. Aleksitimiya anlayışı ilk dəfə 1970-ci illərdə Sifneos tərəfindən emosional problemləri izah etmək üçün istifadə edilmişdir. Aleksitimiya emosiyaların koqnitiv emalı və tənzimlənməsində çatışmazlıqları əks etdirən bir şəxsiyyət xüsusiyyətidir. Aleksitimiya "a" – yox, "lexis" – söz, "tymos" – emosiya sözlərindən ibarət olan və emosiyaların yoxluğunu ifadə edən yunan terminidir. Bu anlayış bir çox tədqiqatçılar tərəfindən emosiyaları adlandırma, emosiyaları mənalandırma və emosiyaların ifadə edilməsinin çətinliyi kimi müəyyən edilir. Bu anlayış dilimizə tərcümə olunduqda bu anlayış müxtəlif mənalarda qarşımıza çıxır. Dereboyun fikrincə, bu, "hisslər üçün söz yoxluğu" deməkdir [8, s. 157]. Dökmenin fikrincə, "fikir köləliyi" mənasını daşıyır [1, s.27]. Bu anlayışın ilk zamanlarda psixosomatik xəstələrdəki simptomlarla əlaqəli olduğu düşünülsə də, sonradan bunun tək psixosomatik xəstəliyə sahib olanlarda olmadığı və fiziki və psixi pozuntularda da olduğu ortaya çıxdı.

Məlumdur ki, insanın həyatında hissələr mühüm yer tutur. İnsanı digər canlılardan fərqləndirən, onun cism - hadisələrə, başqa insanlara və özünə münasibətini ifadə edən hissələr, insanın ömür yolunda, onun hansı vəziyyətdə olmasını ifadə edən və buna əsasən insanın davranış tərzini şərtləndirərək (o cümlədən sevincli, kədərli, ikrah, nifrət, məmnun və s.) mənalı bir həyat sürməsinə şərait yaradır ki, bu da insan üçün həyatda öz məqsədini düzgün şəkildə müəyyənləşdirmək qədər mühüm əhəmiyyətə malikdir. Həyatda mühüm yeri olan hissələrin başa düşmək və mənalandırmaq çox vacibdir. Bu-

nunla belə, bəzi hallarda emosiyalarımızı başa düşməkdə və onları mənalandırmaq da çətinlik çəkə bilərik.

Aleksitimiya ilk olaraq insanın emosional aləmində və başqaları ilə münasibətlərin saxlanması zamanı yaşadığı çətinliklər kimi ortaya çıxır. Bu, insanın o an hiss etdiyi hissləri təsvir etməkdə və bu hisslərin nə olduğunu ayırd etməkdə çətinlik çəkməsi ilə xarakterizə olunan bir anlayışdır. Bu anlayış insanın hisslərini anlamaq, müəyyən etmək və ifadə etmək çətinliyi və buna görə də konkret düşünmə meylli və xəyal qurma qabiliyyətinin azalması ilə müşayiət olunan şəxsiyyət xüsusiyyətlərini izah edir. Şəxsiyyət xüsusiyyəti olaraq qəbul edilməklə yanaşı, insanın yaşadığı sıxıntıyı sözlə ifadə edə bilməməsi nəticəsində yaranan somatik simptomun inkişafı ilə cavab vermə üsulu kimi də şərh edilə bilər.

Aleksitimik şəxslərin xüsusiyyətləri, həyatlarında dəhşətli hadisələr yaşamış, xüsusən də davamlı və təkrarlanan travmalara məruz qalmış şəxslərin xüsusiyyətləri ilə olduqca oxşardır. Aleksitimiyanın müxtəlif psixiatrik pozuntularla əlaqəli olub olmaması tədqiq edilmişdir. Məsələn, daha yaxın zamanlarda aparılan tədqiqatlar aleksitimiyanın tək psixosomatik pozuntularla deyil, həm də digər somatik və psixiatrik pozuntularla əlaqəli olduğunu ortaya qoydu. Aleksitimiya ilə bağlı araşdırmaların əksəriyyətinin erkən psixoloji travmalarla əlaqəli olduğu da məlumdur. Bu mövzu ilə bağlı aparılan araşdırmalar, aleksitimiyanın uşaqlıq travmaları ilə əlaqəli olduğunu müəyyən etdi. Bununla belə, əksər tədqiqatlar uşaqlıqda cinsi və fiziki zorakılıqla bağlı olduğundan, uşaqlıq istismarı və laqeydlilik tarixi ilə aleksitimiyanın inkişafı arasındakı əlaqə tam olaraq başa düşülməmişdir. Bermond, B., Moormann, P. P., Albach, F. və Van Dijke, A. tərəfindən 2008-ci ildə aparılan, uşaqlıqda cinsi istismara məruz qalan şəxslərin aleksitimik xüsusiyyətlərini araşdıran tədqiqatda, uşaqlıqda şiddətli cinsi istismar tarixi olan şəxslərin cinsi istismar tarixi olmayanlarla müqayisədə Bermond-Vorst Aleksitimiya Şkalasının (BVAQ) hissləri müəyyən etmək, təhlil etmək və şifahi ifadə etmək kimi altmiqyaslarından daha yüksək bal alıblar [2]. Bu tapıntı Krystalın (1988) uşaqlıqda cinsi zorakılığın yetkinlikdə aleksitimiyanın inkişafında mühüm faktor olduğu fikrini dəstəkləyir.

Uşaqılıqda emosional istismar və aleksitimiyanın inkişafı arasındakı əlaqəni ilk dəfə 2009-cu ildə Evren, C., Evren, B., Dalbudak, E., Ozcelik, B. və Oncu, F. tərəfindən araşdırılan tədqiqatda, aleksitimik xüsusiyyətlər olan qrupda olmayanlara nisbətən emosional istismarı bildirmə nisbətinin daha yüksək olduğu aşkar edilmişdir [6].

Eynilə, emosional laqeydlik tarixinin aleksitimiyanın inkişafı baxımından rolunu araşdırarkən, psixoloji və fiziki cəhətdən sağlam fərdlərlə aparılan bir araşdırmada, uşaqılıq dövründəki emosional laqeydlik ilə aleksitimiyaya arasındakı müsbət və əhəmiyyətli bir əlaqə tapıldı.

Uşaqılıq dövründə laqeydlik və ya istismara məruz qalan şəxslərin psixoloji və fiziki cəhətdən mənfi təsirə məruz qaldığı bildirilir. Müxtəlif araşdırmalar nəticəsində belə qənaətə gəlinir ki, aleksitimiyası olan insanlar uşaqılıqda travmatik hadisəyə və ya vəziyyətə məruz qalıblar. Aleksitimiyaya ilə bəzi psixoloji pozuntular arasındakı əlaqə araşdırılmış və bu pozuntuların bir çoxunun travmatik təcrübələrlə əlaqəli olduğu qənaətinə gəlinmişdir.

Aleksitimiyaya ilə bağlı aparılmış tədqiqatların təhlilindən belə nəticəyə gəlmək olar ki, aleksitimiyanın etiologiyasında ilkin qayğı göstərənlərlə erkən münasibətlərin pozulması ilə uşaqılıq travmaları arasında korrelyasiya vardır. Aleksitimik əlamətlər həm psixoloji simptomlarla, həm də psixoloji travmalarla (emosional istismar və emosional laqeydlik) əlaqələndirilir. Aleksitimiyanın uşaqılıq travmalarının hər bir ölçüsü ilə əlaqəli olması, aleksitimiyanın vurğulanması lazım olan bir mövzu olduğunun göstəricisidir.

Uşaqılıq travmalarının təsirindən yaranan aleksitimiyaya uşaqlarda emosional hissləri ifadə etmək qabiliyyətinə ciddi təsir göstərə bilər. Bu mövzu haqqında aparılan tədqiqatlar göstərir ki, uşaqılıqdakı travmatik təcrübələr emosional tənzimləmə problemlərinə, daxili münaqişələrə və özünü qoruma mexanizmlərinin inkişafına kömək edir. Bu amillər insanın hisslərini ifadə etmə qabiliyyətini məhdudlaşdırır, aleksitimiyaya səbəb ola bilər.

Uşaqılıq travmaları ilə aleksitimiyaya arasındakı əlaqə mürəkkəb və çoxşaxəlidir. Ancaq bu təsirləri başa düşmək bu mövzuda işləyən peşə-

karların və terapevtlərin uşaqılıq travması yaşayan şəxslərə daha yaxşı yardım göstərə bilməsinə kömək edir. Müalicə və dəstək xidmətləri aleksitimiyaya və digər emosional problemlərlə mübarizə aparmaq istəyən şəxslər üçün vacibdir, çünki bu xidmətlər emosional ifadə bacarığını yaxşılaşdırmağa və insanların daha sağlam həyat sürməsinə kömək edə bilər. Bu mövzuda əlavə tədqiqatlar və emosional sağlamlıq haqqında məlumatlılığın artırılması uşaqılıq travmasının aleksitimiyaya təsirini daha yaxşı anlamağa və bu məsələ ilə bağlı profilaktik və müalicəvi tədbirlər hazırlamağa kömək edə bilər.

Uşaqlarda gələcək inkişaf dövrlərində aleksitimiyanın baş verməməsi üçün vaxtında mütəxəssislərlə birlikdə iş aparılaraq hər bir uşaqda psixoloji travmalar aşkar olunmalı və bu istiqamətdə terapiyalardan istifadə edilərək (travma terapiyası, hipnoterapiya, pozitiv terapiya və s.) onlara hisslərini tanıma və ifadə edə bilmə mövzusunda dəstək olunmalı, empatiya qabiliyyətlərinin inkişafı üçün isə başqalarının hisslərini anlama bacarığı öyrədilməli və inkişaf etdirilməlidir. Uşaqılıq travmalarına məruz qalmamaları və bu kimi travmaların təsirini azaltmaq və ya qarşısını almaq məqsədi ilə vaxtında profilaktik işlər aparılmalıdır.

Problemin aktuallığı. Mövcud tədqiqatlar uşaqılıq travmalarının aleksitimiyaya riskini artırdığını və bu riskin bir çox faktorla birlikdə qarşılıqlı əlaqədə ola biləcəyini göstərir. Uşaqılıq travmalarının aleksitimiyaya təsiri hər zaman aktual olduğu üçün bu mövzu ilə bağlı araşdırmalara ehtiyac çoxdur. Bütün bunları nəzərə alaraq bizdə öz məqaləmizi uşaqılıq travmalarının aleksitimiyaya təsirinə həsr etdik. Məlum oldu ki, uşaqılıq travmaları (fiziki istismar, cinsi istismar, emosional istismar və fiziki laqeydlik, cinsi laqeydlik, emosional laqeydlik) nəticəsində aleksitimiyaya daha da inkişaf edir.

Problemin yeniliyi. Bu sahədəki elmi yeniliklər, uşaqılıq travmalarının beyin inkişafı üzərindəki uzun müddətli təsirlərini və emosional tənzimləmə proseslərindəki dəyişikləri daha yaxşı anlamağımıza kömək edir.

Problemin praktik əhəmiyyəti. Məqalədən elmi yaradıcılıq işində bu mövzu ilə maraqlananlar, eləcə də ali və orta ixtisas məktəblərinin tələbə və magistruları, psixoloq və gənc tədqiqatçılar faydalana bilər.

Ədəbiyyat:

1. Ahmet Rıfat Şahin, Peptik Ülserli Hastalarda Aleksitimik Özellikler , Türk Psikiyatri Dergisi, 1992, 3 (1), 26-30,s.27
2. Bermond, B., Moormann, P. P., Albach, F. ve Van Dijke, A. (2008). Impact of severe childhood sexual abuse on the development of alexithymia in adulthood. *Psychother Psychosom*, 77, 260–262.
3. Çakmak D, Ögel K. Bağımlılık Yapıcı ve Uyarıcı Maddeler Hakkında Bilmemiz Gerekenler El Kitabı. 1. Baskı. İstanbul, Üçer Ofset, 2000: 120-180.
4. DSM-5, Diagnostic Criteria for "Posttraumatic Stress Disorder" (309.81), criterion A: "Witnessing, in person, the event(s) as it occurred to others...does not apply to exposure through electronic media, television, movies, or pictures, unless this exposure is work related."
5. Düzenli S. G. Üniversite öğrencilerinin çocukluk çağı travmaları ile aleksitimi arasındaki ilişkinin incelenmesi
6. Evren, C., Evren, B., Dalbudak, E., Ozcelik, B. ve Oncu, F. (2009). Child abuse and neglect as a risk factor for alexithymia in adult male substance dependent inpatients. *Journal of Psychoactive Drugs*, 41 (1), 85-92.
7. Güleç C, Köroğlu E. Psikiyatri Temel Kitabı. 2. Baskı. Ankara, Hekimler Yayın Birliği, 2007: 173-183.
8. İbrahim Ferhan Dereboy, Aleksitimi; Bir Gözden Geçirme , Türk Psikiyatri Dergisi 1, 1990, 3, 157-165, s.157.
9. Mukherjee K. Childhood trauma and its effects in adulthood
10. Özmen Ö. Uyuşturucu veya Uyarıcı Madde Suçları, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kamu Hukuku Anabilim Dalı, Yüksek lisans tezi, İstanbul: Bahçeşehir Üniversitesi, 2009.
11. Şenkal İ., Palabıyıkoglu R. Çocukluk çağı travmaları ve aleksitimi
12. Tarhan N. Bağımlılıkta Eski ve Yeni Yaklaşımlar. İçinde: Özten F (editör). Bağımlılık. İstanbul, Timaş Yayınları, 2011: 17-136.
13. Yurdakök, K. (2010). Çocuk istismar ve ihmali, tanım ve risk faktörleri. *Katkı Pediatri Dergisi*, 32 (5), 537-546
14. <https://yorkspace.library.yorku.ca/server/api/core/bitstreams/b2947e59-4868-4861-b6be-1cdeb44cc2bd/content>
15. <https://acikerisim.isikun.edu.tr/xmlui/bitstream/handle/11729/2169/2169.pdf?sequence=4&isAllowed=y#:~:text=Artan%20ya%C5%9F%20ile%20birlikte%20aleksitimi,artt%C4%B1k%C3%A7a%20aleksitimi%20d%C3%BCzeyleri%20de%20artmaktad%C4%B1r.>
16. Uyuşturucu bağımlılığı nedir? Ne yapmalı?" Jugendberatungund Jugendhilfe E.V. https://www.frankfurt.de/sixcms/media.php/738/Broschüre_NE_YAPMALI.pdf. 23 Kasım 2017

E-mail: kamile_kazimova@mail.ru
garanfil.samadzada@mail.ru

Redaksiyaya daxil olub: 23.04.2024