

UOT 159.9.

**Rəna Nurəddin qızı Qasımova**  
Azərbaycan Dövlət Pedaqoji Universitetinin  
Ümumi psixologiya kafedrasının baş müəllimi.  
<https://orcid.org/0009-0005-2097-3787>  
[https://doi.org/10.69682/azrt.2024.91\(3\).146-149](https://doi.org/10.69682/azrt.2024.91(3).146-149)

## YENİYETMƏLƏRDƏ AQRƏSSİYAYA SƏBƏB OLAN AMİLLƏR

**Рена Нураддин гызы Гасымова**  
старший преподаватель кафедры общей психологии  
Азербайджанского Государственного Педагогического Университета

## ФАКТОРЫ, ВЫЗЫВАЮЩИЕ АГРЕССИЮ У ПОДРОСТКОВ

**Rena Nuraddin Khasumova**  
senior lecturer of the department of General psychology of  
Azerbaijan State Pedagogical University

## FACTORS CAUSING AGGRESSION IN TEENAGERS

**Xülasə.** Bu məqalə yeniyetmələrdə aqressiyanın artmasına səbəb olan amillər haqqındadır. Yeniyetməlik dövründə uşaqlar emosional olaraq qeyri-sabit olurlar. Psixoloqlar bunun səbəbini ilk növbədə bioloji amillərlə əlaqələndirirlər - hormonal dəyişiklik, bədəndə gedən yeniliklər, yetkinlik. Buna baxmayaraq, bəzən emosional hallar radikal forma ala bilər və aqressiyaya çevrilə bilər. Və əgər yeniyetmə öz inadkarlığı, üsyanı, aqressiyası ilə baş-baş qalarsa, bu, onu cinayətə və ya qarşısı alınmaz digər mənfi hallara sürükləyə bilər.

**Açar sözlər:** yeniyetməlik, aqressiya, aqressivlik, zorakılıq, emosional vəziyyət, psixologiya

**Резюме:** В данной статье рассматриваются факторы, которые приводят к повышению агрессивности у подростков. В подростковом возрасте дети эмоционально нестабильны. Психологи связывают причину этого прежде всего с биологическими факторами – гормональными изменениями, изменениями в организме, половым созреванием. Тем не менее, иногда эмоциональные ситуации могут принять радикальную форму и перерасти в агрессию. И если подросток останется наедине со своим упрямством, бунтарством, агрессивностью, это может привести его к преступлению или другим негативным ситуациям, которых невозможно избежать.

**Ключевые слова:** подростковый возраст, агрессия, агрессивность, насилие, эмоциональное состояние, психология

**Summary.** This article examines the factors that lead to increased aggressiveness in adolescents. During adolescence, children are emotionally unstable. Psychologists attribute the reason for this primarily to biological factors - hormonal changes, changes in the body, puberty. However, sometimes emotional situations can take a radical form and develop into aggression. And if a teenager is left alone with his stubbornness, rebellion, and aggressiveness, this can lead him to crime or other negative situations that cannot be avoided.

**Key words:** adolescence, aggression, aggressiveness, violence, emotional state, psychology

Yeniyetmələr uşaqlıqdan yetkinliyə keçidin həyəcanverici dövrünü yaşayırlar. Yeniyetmə yaş dövründə unikal şəxsiyyət xüsusiyyətlərini və bacarıqlarını inkişaf etdirdikcə maraqlı kəşflərlə dolu yaş dövrü ola bilər. Digər tə-

rəfdən, erkən yeniyetməlikdən gəncliyə gedən yol bəzi çətinliklərlə müşayiət olunur. Yeniyetmələrin beyni kiçik uşaqların və ya böyüklərin beynlərindən əsaslı şəkildə fərqləndiyinə görə, yeniyetmə yaş aralığında onların unikal psixolo-

giyasını anlamaq münasibətlərinizi gücləndirməyə və onlar böyüdükcə onlara daha yaxşı dəstək olmağa kömək edə bilər.

Aqressiya insanın birgəyaşayış normalarına zidd olan, hücum hədəflərinə zərər vuran, insanlara fiziki və mənəvi zərər vuran və ya psixoloji diskomfort yaradan motivasiyalı dağıdıcı davranışdır.

Yeniyyətlərdə aqressiv davranış, özünə zərər vermək, evdən çıxmaq, bir qayda olaraq, başqalarının hərəkətlərinə və davranışlarına mənfi reaksiyadır.

Yeniyyətməlik yetkinlik və emosional dəyişikliklərin baş verdiyi dövrdür, amma uşağın psixikası həmişə bu dəyişikliklərə vaxtında uyğunlaşa bilmir. Bədən sürətlə dəyişir, hormonal sistem yenidən qurulur. Yəni, emosiyalar aşır, lakin yeniyyətmə onların öhdəsindən gəlməkdə çətinlik çəkir, o, heç də həmişə onları idarə etmək və cilovlamaq iqtidarında olmur. Hər hansı bir hadisə onun öz uğur və ya uğursuzluğu ilə əlaqədar olaraq qəbul edilir. Beləliklə, yeri gəlmişkən, sosial şəbəkələrdən real asılılıq və orada mümkün qədər çox dost qazanmaq istəyi, uğurlarına dair şübhələr uşağın ağır diskomfort yaşamasına, özünə hörmətin azalmasına səbəb olur və əsəbilik və narahatlıq əlamətləri ilə özünü göstərə bilər. Bu yaşda uşaqlar emosional labillik ilə xarakterizə olunur - yəni onların əhval-ruhiyyəsi tez və bəzən heç bir səbəb olmadan dəyişir. Gah ağlayır, gah gülür, gah da ətrafdakı hər kəslə xoş, sevgi dolu, mərhəmətli, səmimi davranır, sonra heç bir səbəb olmadan kobudluq edib incitməyə, qəlb qırmağa başlayır.

Narahatlıq, kobudluq, dostları ilə yola getməmək komandada uyğunlaşmanın pozulmasına gətirib çıxarır. Nəticədə həmyaşıdları ilə effektiv və uğurlu ünsiyyət qura bilməyən yeniyyətmələr kənarda qalanlar kateqoriyasına düşür. Belə uşaqlar tənhadırlar, dostları yoxdur və sosial mühitlə bağlı problemləri var. Belə yeniyyətmələr davranışları, ünsiyyət tərzini, hətta xarici görünüşü ilə seçilir.

Aqressiv davranışın əsas səbəblərinə bioloji (müxtəlif növ xəstəliklər) və sosial-psixoloji (təbiiyyət, ailədə aqressiya, antisosial qruplar, informasiya mühitinin təsiri və s.) aiddir.

Yeniyyətmələrin üsyankar, inadkar və hətta bəzən qəzəbli olması qeyri-adi davranışlar deyil.

Bəs qəzəb aqressiv davranışa çevrildikdə valideynlər nə etməlidirlər? Və yaxud da nə vaxt yeniyyətlərdə aqressiya onların psixi sağlamlıq vəziyyəti üçün müalicəyə ehtiyacı olduğuna işarədir?

Aparılmış bir araşdırmada böyüklər və yeniyyətlərə müxtəlif insanların fotosəkilləri göstərilib. Eyni zamanda, tomoqrafda subyektlərin beyin fəaliyyətinə nəzarət edilib. Məlum oldu ki, yeniyyətlər başqa insanların emosiyalarına böyüklərdən daha aktiv reaksiya verirlər. Üstəlik, oğlanlar və qızlar neytral ifadəli insanların simalarında belə təbəssüm, istehza, qəzəb və aqressiya görməyə meyillidirlər. Bu, bir çox yeniyyətlərin niyə göz yaşlarına boğulduğunu və ya əksinə, əsəbiləşə biləcəyini izah edir, əgər onlara “bir şəkildə” baxsanız, onların beyni emosiyaları, duyğuları xəyal edəcək və yeniyyətmənin sinir sistemi buna çox şiddətli reaksiya verəcəkdir.

Yeniyyətmə aqressiyası, təcavüzü müxtəlif yollarla, o cümlədən şifahi təcavüz, fiziki zorakılıq və anti-sosial davranışlarla özünü göstərə bilər. Təcavüzkar yeniyyətmə davranışları aşağıdakıları əhatə edə bilər:

- Qışqırmaq
- Etik olmayan ifadələr
- Sarkazm və təhqir kimi şifahi təhqiramiz danışıq üslubu
- Fiziki zorakılıq
- Evdən qaçıb gecəni evdən kənardə qalma kimi nəzarətdən kənar davranışlar
- Bulinq və kiber zorakılıq
- Qeybət və şayiələr yaymaq
- Əmlakın zədələnməsi (avtomobillərin açarlarının vurulması, təkərlərin kəsilməsi və s.)

Yeniyyətlərdə aqressiya bəzən impulsiv aqressiya və ya instrumental aqressiya kimi təsnif edilir.

➤ Impulsiv aqressiya affektiv aqressiya və ya emosional aqressiya kimi də tanınır. Adətən nəzarətsiz və kortəbii olur.

➤ Instrumental aqressiya koqnitiv aqressiya kimi də tanınır. Bu hallarda, yeniyyətmənin aqressiv davranış üçün planı, niyyəti və ya məqsədi olur.

İmpulsiv yeniyyətmə aqressiya nümunələri, bacı-qardaşı əsəbləşdikdə itələmək və ya hiss etdiklərini açıq şəkildə ifadə edə bilmədikdə valideynə qışqırmaq ola bilər.

Instrumental aqressiya nümunəsi bir dost qrupu daxilində təkrarlanan təcavüzkar davranışları ola bilər.

Depressiya, narahatlıq, travma və ya zərərli maddə istifadəsi aludəciliyi ilə mübarizə aparən yeniyetmələrin aqressiv davranışları nümayiş etdirmə ehtimalı daha yüksəkdir. Bununla belə, valideynlər bir yeniyetmənin niyə bu cür hərəkət etdiyini başa düşməlidirlər. Valideynlər yeniyetmələrdə aqressiyaya səbəb olan şeylər haqqında nə qədər çox məlumatlı olsalar, uşaqlarını dəstəkləmək üçün bir o qədər yaxşı təchiz olunmuş olacaqlar.

Tədqiqatlar göstərir ki, göstərilən risk faktorları, zorakılıq, aqressiya kimi hallara məruz qalınması azaldılsa və ya aradan qaldırılsa, çox şiddətli davranış pozuntuları azaldıla və ya hətta qarşısı alınabilir. Ən əsası, uşaq və yeniyetmələrin birinci növbədə evdə, cəmiyyətdə və media vasitəsilə zorakılığa məruz qalmasının kəskin şəkildə qarşısının alınmasına yönəldilməlidir. Aydındır ki, zorakılıq zorakılığa gətirib çıxarır.

Bundan əlavə, aşağıdakı strategiyalar zorakı davranışı azalda və ya qarşısını ala bilər:

Uşaq istismarının qarşısının alınması (valideyn təlimi, ailəyə dəstək proqramları və s. kimi proqramların istifadəsi)

Yeniyetmələr üçün cinsi təhsil və valideynlərə dəstək proqramları

Zorakılığa məruz qalan gənclər üçün erkən identifikasiya və müdaxilə proqramları

İnternet, planşetlər, smartfonlar, TV, videolar və filmlər daxil olmaqla, uşağın ekran vaxtı ərzində zorakılığa baxmasının qarşısının alınması monitorinqi.

Valideyn və ya başqa bir yetkin şəxs yeniyetmənin davranışlarından narahat olduqda, onlar dərhal ixtisaslı mütəxəssis tərəfindən yoxlanış və hərtərəfli qiymətləndirmə üçün görüş təşkil etməlidirlər. Bir mütəxəssis tərəfindən erkən müalicə tez kömək edə bilər. Müalicənin məqsədi adətən aşağıdakı yollarla uşağa kömək etməkdən ibarətdir:

qəzəbini idarə etməyi öyrənmək;

əsəb və məyusluqları müvafiq doğru yollarla ifadə etmək;

öz hərəkətlərinə görə məsuliyyət daşımaq; və nəticələri qəbul etmək.

Bəs uşağında aqressiv davranışlar olan, valideynlər nə etməlidir?

Valideynlər övladının öhdəsindən gələ bilmirlər və buna görə də problemi görməzdən gəlməklə həll etməyə çalışırlar. Bu üsul nəticə vermirsə, inandırma, mübahisə və sadə şantajlardan istifadə olunur: "Sakit ol, yoxsa, telefonunu əlindən alacam", "Əgər mənimlə bir daha mübahisə etsən, o zaman, atana deyəcəm!" Bir yeniyetmə ilə bu cür davranış modeli heç bir nəticə vermir, çünki bu yaşda uşağa birbaşa "təzyiq göstərmək" cəhdləri faydasızdır.

1. Aqressiv, zorakı uşaqları idmana yönləndirmək doğru seçim ola bilər. İdman müəllimləri orada ona izah edəcəklər ki, mübahisəni yumruqlarla həll etmək bir seçim deyil, ədalətli döyüş və özünümüdafiə bacarıqları onun üçün faydalı olacaq. Bu futbol və ya atletika, döyüş növləri - cüdo, sambo, karateni sınaqdan keçirə bilərsiniz. Bu idman növləri yaxşı nəticə verəcək, çünki orada uşağa tək öz işini deyil, həm də duyğularını mənimsəməyi öyrədirlər.

2. Uşaqlara uğur qazanacaqları bir sahəyə yönləndirmək onları daha öz güvənli və sakit olmaqda kömək edəcək. Məsələn, bir fənn olimpiadasında və ya rəsm yarışında qalib gələn yeniyetmə daha sakit, özgüvənli, mərhəmətli olacaq.

3. Yeniyetmələrdə mütaliə bacarıqlarını inkişaf etdirin. Cek London, Mark Tven, Tolstoy və Artur Konan Doylun kimi klassiklərin kitablarını oxumaq, onların inkişafında üstünlük təşkil edən məqamlardandır.

4. Sevgi bütün çətinliklərin öhdəsindən gəlir. Sevildiyini bilmək hər uşaq üçün vacibdir. Valideynlər tez-tez uşaqlarına sevgisini bildirməlidir. Diqqətsiz qalan yeniyetmə daha aqressiv və təcavüzkar olur. Bu bir növ onların müdafiə mexanizmidir.

5. Aqressiv davranışın psixoloji səbəbləri olduğu qədər, bir çox bioloji səbəbləri də var. Məsələn, ürək problemi. Bir yeniyetməni müşahidə edin: əgər səbəbsiz aqressiya nümayiş etdirsə, uşaq tez-tez qışqırır, heç bir səbəb olmadan əsəbiləşirsə o zaman mümkünsə həkimə getmək, düzgün müalicə metodu seçmək lazımdır.

Bütün bu xoşagəlməz halların qarşısını almaq üçün əsas odur ki, yeniyetmə onun tək olmadığını və ailənin onu dəstəkləməyə hazır olduğunu və ailəsinin onun arxasında olduğunu bilsin.

**Problemin aktuallığı.** Yeniyyətməlik yaşı, yeniyyətlərdə baş verən fiziki, psixoloji dəyişikliklər daima psixoloqların və əlaqəli sahələrin mütəxəssislərinin diqqətini çəkmiş və yeniyyətməlik yaş dövründə baş verən problemlər ilə bağlı bir sıra nəzəriyyələr irəli sürülmüş, araşdırmalar və tədqiqatlar aparılmışdır. Buna baxmayaraq, eyni zamanda psixoloji ədəbiyyatda və praktikada geniş araşdırılmasına baxmayaraq, yeniyyətməlik yaş dövründə aqressiyanın artması ilə bağlı amillər nəzəri baxımdan kifayət qədər işlənməmişdir. Bu baxımdan yeniyyətmə şəxsiyyətinin inkişafının yaş, cins və s. xüsusiyyətləri ilə bağlı araşdırılması psixologiya elmi üçün çox aktual məsələlərdəndir. Xüsusilə, yeniyyətməlik yaş dövründə onlarda baş verən emosional dəyişikliklər qaçınılmaz olduğunu nəzərə alaraq yeniyyətlərin psixoloji

vəziyyətini araşdırmaq, onlarda baş qaldıran zorakılıq, aqressiya hallarının qarşısının alınması ilə bağlı tədbirlər görmək çox vacib məsələlərdən biridir.

**Problemin yeniliyi.** Məqalədə yeniyyətmə şəxsiyyətinin inkişafı, yeniyyətməlik dövründə artan aqressiya halları, bu dövrdə aqressiyanın artmasına təsir edən amillərdən bəhs edir. Digər tərəfdən, məqalədə aqressiyanın, zorakılıq və təcavüzkarlıq hallarının qarşısının alınması ilə bağlı fikirləri diqqət mərkəzinə çatdırılır.

**Problemin praktik əhəmiyyəti.** Məqalədə irəli sürülən fikirlər gənc tədqiqatçılar, ailələr, ümumtəhsil məktəblərində, ali təhsil, dərslər deyən müəllimlər və geniş ictimaiyyət üçün aktual və əhəmiyyətlidir. Həmçinin məqalədən mühazirə materiallarında istifadə etmək üçün uyğundur.

#### **Ədəbiyyat:**

1. Cepeda, Claudio ve Gotanco, Lucille. Clinical manual for the psychiatric interview of children and adolescents. s.l.: American Psychiatric Publishing, – 2017. – s. 1-53.
2. De Haan AD, Prinzie P, Deković M. Change and reciprocity in adolescent aggressive and rule-breaking behaviors and parental support and dysfunctional discipline. *Development and Psychopathology*. 2012;24:301–315.
3. Teen aggression and arguments (21 March 2023) <https://www.nhs.uk/mental-health/children-and-young-adults/advice-for-parents/teen-aggression-and-arguments/>
4. *J Gen Intern Med.* (2003 Oct; 18)(10): 864–870. *Aggression in Teens: What It Means and How to Support Them.* June 1, 2023 <https://www.newportacademy.com/resources/restoring-families/aggression-in-teens/>

**E-mail:** rnqasimova@gmail.com  
**Redaksiyaya daxil olub:** 08.07.2024