

UOT 159.9

Əminə Ruhulla qızı Əliyeva
*Bakı Dövlət Universitetinin
fəlsəfə doktoru proqramı üzrə doktorantı
<https://orcid.org/0009-0004-9124-8171>
E-mail: aminaaliyeva00@gmail.com
[https://doi.org/10.69682/arti.2025.92\(2\).227-231](https://doi.org/10.69682/arti.2025.92(2).227-231)*

POSTMÜHARİBƏ DÖVRÜNDƏ QAZILƏRDƏ YARANAN PSIXOPATOLOJİ POZUNTULAR

Амина Ругулла гызы Алиева
*докторант по программе доктора философии
Бакинского Государственного Университета*

ПСИХОПАТОЛОГИЧЕСКИЕ РАССТРОЙСТВА У ПОСЛЕВОЕННЫХ ВЕТЕРАНОВ

Amina Ruhulla Aliyeva
doctorial student in the program of philosophy at Baku State University

PSYCHOPATHOLOGICAL DISORDERS ARISING IN VETERANS IN THE POST-WAR PERIOD

Xülasə. Müharibə bir sıra cəmiyyətlərin yaşadığı fəlakətlərdən biri olmaqla yanaşı, qazilərin psixi vəziyyətində qalıcı neqativ təsirlər buraxan travmatik bir hadisədir. Qazilər digər qruplardan fərqli olaraq, fəal döyüşə qatılmaları və ölüm qorxusunun davamlı yaşamaqları nəticəsində daha dərin travmatik təsirlər yaşayırlar. Qazilər, müharibənin çoxsaylı aspektlərini birbaşa yaşayan şəxslər kimi xüsusən risk altındadır. Bu məqalənin əsas məqsədi, qazilərdə yaranan psixopatoloji pozuntuları təhlil edərək, bu pozuntularla mübarizədə effektiv olan strategiyaları öyrənməkdir.

Açar sözlər: *posttravmatik stress pozğunluğu, komorbidlik, residiv, emosional donma*

Аннотация. Война, помимо того, что она считается одним из бедствий, переживаемых многими обществами, является травмирующим событием, которое оставляет длительные негативные последствия для психического состояния ветеранов. Ветераны, в отличие от других групп, испытывают более глубокие травматические последствия в результате активного участия в боевых действиях и постоянного страха смерти. Ветераны подвергаются особому риску, поскольку они напрямую столкнулись с многочисленными аспектами войны. Основной целью данной статьи является анализ психопатологических расстройств у ветеранов и изучение эффективных стратегий борьбы с этими расстройствами.

Ключевые слова: *посттравматическое стрессовое расстройство, коморбидность, рецидив, эмоциональное замирание*

Abstract. War, in addition to being one of the disasters experienced by a number of societies, is a traumatic event that leaves lasting negative effects on the mental state of veterans. Veterans, unlike other groups, experience more profound traumatic effects as a result of their active participation in combat and the constant fear of death. Veterans are particularly at risk as individuals who have directly experienced multiple aspects of war. The main purpose of this article is to analyze the psychopathological disorders that arise in veterans and to study the strategies that are effective in combating these disorders.

Key words: *posttraumatic stress disorder, comorbidity, relapse, emotional freezing*

Dünya miqyasında aparılan tədqiqatlar, kimi şəraitlərə daha meylli olduqlarını göstərir. qazilərin posttravmatik stress pozuntusu DSM-5 meyarlarına görə, PTSP intruziya simptomsu (PTSP), depressiya, təşviş, davranış pozuntuları tomları (travmatik hadisənin yenidən yaşan-

ması), qaçınma davranışı, neqativ mənəvi hallarla xarakterizə edilir.

Hərbçilər arasında aparılan statistik araşdırmalar göstərir ki, qazilərin 15%-də PTSP, 20-30%-də depressiya, 20%-də anksiyete şəklində kliniki diaqnoz qoyula biləcək pozuntular müşahidə olunur. Reabilitasiya proqramlarının çatışmazlığı bu şəxsləri daha dərin travmalarla qarşı-qarşıya qoya bilər.[7]

Postmüharibə dövründə qazilərdə psixopatoloji pozuntuların yaranması bir neçə əsas faktordan qaynaqlanır: [9]

1. Döyüş Travması: Döyüş zamanı yaşanan ölüm qorxusu, yaxın yoldaşların itirilməsi və ya ağır yaralanmalar qazilərdə güclü psixoloji zərbə yaradır. Davamlı təhlükə hissi və fiziki xəsarətlərin uzun müddət qalıcı təsirləri qazilərin ruhi sağlamlığını ciddi şəkildə sarsıdır.

2. Müharibə Təcrübəsinin Yenidən Yaşanması: Qazilər travmatik hadisələri təkrar xatırlama (intruziya) simptomlarından əziyyət çəkirlər. Bu simptomlar tez-tez yuxusuzluq, kabuslar və ya gündəlik həyatda narahatlıq şəklində özünü göstərir.

3. Cəmiyyətə Yenidən İnkişaf Etmə Çətinlikləri: Postmüharibə dövründə qazilər sosial və iqtisadi həyatda adaptasiya etməkdə çətinlik çəkirlər. Onlar mülki həyata yenidən integrasiya etmək üçün yetərli dəstək ala bilmirlər. İşsizlik, maddi problemlər və cəmiyyətin qazilərin vəziyyətinə bəzən kifayət qədər empatiya göstərməməsi bu çətinlikləri daha da artırır.

4. Sosial və Ailədaxili Təzyiqlər: Müharibədən qayıdan qazilərin ailə üzvləri ilə münasibətlərində çətinliklər yaranır. Travmanın yaratdığı davranış dəyişiklikləri ailədaxili konfliktlərə səbəb ola bilər. Sosial dəstək şəbəkələrinin qeyri-adekvat olması qazilərin tək qalmasına və sosial izolyasiyaya səbəb olur.

5. Psixoloji Yardım və Reabilitasiyanın Məhdudluğu: Travmaların müalicəsi üçün kifayət qədər psixoloji və tibbi xidmətlərin mövcud olmaması qazilərin problemlərini daha da ağırlaşdırır. Reabilitasiya proqramlarının çatışmazlığı qazilərin effektiv adaptasiya etməsinə mane olur.

6. Uzunmüddətli Travmanın Təsirləri: Müharibədən sonra qazilər çox vaxt uzun müddətli ruhi xəstəliklərlə qarşılaşırlar. Bu, depressiya, anksiyete, posttravmatik stress pozuntusu (PTSP) və digər psixopatoloji hallarla nəticələnə

bilər. Bu problemlər qazilərin həyat keyfiyyətini azaldır, onların sosial və iqtisadi iştirakını məhdudlaşdırır və ümumilikdə cəmiyyətin rifahına mənfi təsir göstərir. Bu səbəbdən, qazilərin psixoloji və sosial ehtiyaclarının öyrənilməsi və müvafiq tədbirlərin görülməsi həm fərdi, həm də ictimai səviyyədə olduqca vacibdir.

Posttravmatik Stress Pozuntusunun (PTSP) Ümumi Əlamətləri

PTSP, travmatik hadisələrdən sonra yaranan kompleks psixopatoloji pozuntudur və aşağıdakı əsas simptomlarla xarakterizə olunur:[5]

1. Travmanın Yenidən Yaşanması (İntruziya)

Travmatik hadisələrin yenidən yaşanması: Xatirələr və ya flaşbek epizodları qazilərdə travma ilə bağlı güclü emosional reaksiyalara səbəb olur.

Kabuslar və yuxu pozuntuları: Qazilər travmatik hadisələri yuxularında tez-tez yenidən yaşaya bilər.

Qıcıqlanma və narahatlıq: Müəyyən situasiyalar, səslər və ya görüntülər travmatik xatirələri tetikləyə bilər.

2. Qaçınma Davranışları

Travmatik hadisələri xatırladan faktorlardan qaçınma: Qazilər travma ilə bağlı hadisələrdən, insanlardan və məkanlardan uzaq durmağa çalışırlar.

Duyğusal uzaqlaşma: Şəxslər emosional olaraq yaxınlarından uzaqlaşır və sosial əlaqələri məhdudlaşdırır.

3. Mənfi Düşüncə və Duyğular

Özünə və başqalarına qarşı neqativ inamlar: “Dünya təhlükəlidir”, “Mən heç nəyə yaramıram” kimi düşüncələr inkişaf edə bilər.

İntihar düşüncələri və günahkarlıq hissi: Qazilər yaşadıkları travmatik hadisələrə görə özlərini günahkar hiss edə bilər.

Konsentrasiya və yaddaş problemləri: Travmatik hadisələrə dair bəzi detalları xatırlamaqda çətinlik çəkə bilərlər.

4. Hiperayıqlıq (Hyperarousal)

Daimi gərginlik və tetikleyicilərə həssaslıq: Qazilər mütəmadi olaraq təhlükə hiss edə və daim ətraflarını izləyə bilər.

Yuxu pozuntuları: Tez-tez oyanma, kabuslar və yuxuya getməkdə çətinlik.

Aqressiya və əsəbilik: Kiçik hadisələrə qarşı güclü reaksiya vermək.

Diqqət və konsentrasiyanın pozulması: Qazilər gündəlik işlərə diqqət cəmləməkdə çətinlik çəkirlər.

PTSP Müalicə Proqramı[4]

PTSP-nin müalicəsi kompleks və multidisiplinar yanaşma tələb edir. Aşağıdakı üsullar qazilərdə posttravmatik stress pozuntusunun effektiv müalicəsi üçün tətbiq edilə bilər:

Psixoterapiya PTSP-nin müalicəsində əsas metodlardan biridir. Müasir elmi araşdırmalar göstərir ki, psixoterapevtik müdaxilələr PTSP simptomlarının idarə olunmasında mühüm rol oynayır. Terapiyanın əsas məqsədi travmatik hadisənin emosional və idraki aspektlərinin işlənməsi, qeyri-adaptiv düşüncə və davranışların dəyişdirilməsi və şəxsin funksional adaptasiyasının artırılmasıdır. Effektivliyinə görə aşağıdakı terapiya növləri daha çox istifadə edilir:[2]

Kognitiv-Davranış Terapiyası (CBT): PTSP-li şəxslərdə travmatik hadisəyə dair mənfi inancları və reaksiyaları dəyişdirmək üçün istifadə olunur. Şəxs travma ilə bağlı qorxularını məntiqli şəkildə dəyərləndirir və yeni uyğunlaşma strategiyaları öyrənir. CBT, xüsusilə "kognitiv yenidən çərçivələndirmə" və "emosional tənzimləmə" kimi üsulları özündə birləşdirir.

Göz Hərəkətləri ilə Duyğusal Yenidən İşləmə və Yenidən Proses Terapiyası (EMDR): Bu terapiya travmatik xatirələrin beyin tərəfindən işlənməsinə və təsirinin azalmasına kömək edir. Şəxsin keçmiş travmaları təkrar emal edərək daha az stresli hiss etməsinə səbəb olur. EMDR, xüsusilə neyrobioloji səviyyədə travmatik yaddaşın yenidən işlənməsi üçün effektivdir və beynin adaptiv məlumat emal sistemlərini aktivləşdirir.

Duyğusal Tənzimləmə Terapiyası: Emosional reaksiyaların idarə olunması və qazilərin daha sağlam psixoloji adaptasiya yollarını öyrənmələri üçün istifadə edilir. Şəxslər duyğusal reaksiyalarını tanımağı, onları modulyasiya etməyi və adaptiv emosional cavablar verməyi öyrənirlər.

Narrativ Terapiya: Qazilər travmatik hadisələri strukturlaşdırılmış bir formatda danışaraq travmatik təcrübələrin mənasını dəyişdirə bilər. Bu terapiya şəxs öz həyat hekayəsini yenidən yazmaq və travmatik hadisələrin həyatındakı rolunu dəyərləndirmək imkanı yaradır.

Psixoterapiyanın effektivliyi fərdin spesifik ehtiyaclarına uyğun yanaşmaların tətbiq

olunmasına bağlıdır. Bu səbəbdən, multidisiplinar komanda tərəfindən fərdi psixoterapiya planlarının hazırlanması və uzunmüddətli müşahidənin aparılması tövsiyə olunur. Psixoterapiya PTSP-nin müalicəsində əsas metodlardan biridir. Effektivliyinə görə aşağıdakı terapiya növləri daha çox istifadə edilir:[3]

Kognitiv-Davranış Terapiyası (CBT): PTSP-li şəxslərdə travmatik hadisəyə dair mənfi inancları və reaksiyaları dəyişdirmək üçün istifadə olunur. Şəxs travma ilə bağlı qorxularını məntiqli şəkildə dəyərləndirir və yeni uyğunlaşma strategiyaları öyrənir.

Göz Hərəkətləri ilə Duyğusal Yenidən İşləmə və Yenidən Proses Terapiyası (EMDR): Bu terapiya travmatik xatirələrin beyin tərəfindən işlənməsinə və təsirinin azalmasına kömək edir. Şəxsin keçmiş travmaları təkrar emal edərək daha az stresli hiss etməsinə səbəb olur.

Məruzəetmə Terapiyası (Prolonged Exposure Therapy - PE): PTSP-dən əziyyət çəkən şəxslər travmatik xatirələrindən qaçmaq əvəzinə, mütəmadi olaraq onlarla üzləşdirilir. Tədricən bu üzləşmə vasitəsilə travmatik hadisənin yaratdığı hədsiz qorxu və narahatlıq azaldılır.

Duyğusal Tənzimləmə Terapiyası: Emosional reaksiyaların idarə olunması və qazilərin daha sağlam psixoloji adaptasiya yollarını öyrənmələri üçün istifadə edilir.

2. Sosial və Reabilitasiya Müdaxilələri

Psixoterapiya və dərman müalicəsinə əlavə olaraq, sosial dəstək və reabilitasiya proqramları PTSP-nin müalicəsində mühüm rol oynayır:

Qrup Terapiyası və Psixososial Dəstək: Müharibə veteranları arasında həmrəyliyi artırır və travmaların kollektiv şəkildə emal olunmasına kömək edir.

Ailə Maarifləndirmə Proqramları: Qazilərin ailələri onların vəziyyəti və ehtiyacları barədə məlumatlandırılmalıdır. Bu, ailədaxili münasibətləri gücləndirə və dəstəyi artırma bilər.

Reabilitasiya və Peşə Təlimləri: Qazilər üçün yeni bacarıqlar qazanmaq və iş həyatına uyğunlaşmaq üçün xüsusi proqramlar təşkil olunmalıdır.

Alternativ və Dəstəkləyici Müalicələr: Meditasiya, yoga, fiziki aktivlik, heyvan terapiyası və incəsənət terapiyaları kimi metodlar PTSP simptomlarının azaldılmasına kömək edə bilər. [6]

Mövzunun aktuallığı: 1. Postmüharibə Dövründə Psixoloji Yardımın Tələb Olunması

Müharibələrdən sonrakı dövrdə qazilər, döyüş zamanı yaşadıkları travmatik hadisələrin uzunmüddətli təsirləri ilə üzləşirlər. Bu təsirlər onların şəxsi, ailəvi və sosial həyatına ciddi mənfi təsir göstərir. Effektiv psixoloji dəstəyin olmaması qazilərin ruhi sağlamlıq problemlərinin dərinləşməsinə səbəb olur, bu da sosial və iqtisadi nəticələr doğurur.

2. Qazilərin Sosial Reintegrasiyasının Vacibliyi

Müharibədən qayıdan qazilərin cəmiyyətə yenidən integrasiyası sosial sabitlik və rifah üçün önəmlidir. Psixoloji pozuntular onların iş qabiliyyətinə, ailə münasibətlərinə və ümumi həyat keyfiyyətinə mənfi təsir edir. Qazilərin effektiv mübarizə strategiyaları ilə təchiz edilməsi onların cəmiyyətə uğurlu şəkildə adaptasiyasını təmin edə bilər.

3. Milli və Beynəlxalq Araşdırma Boşluqları

Azərbaycan kimi postmüharibə ölkələrində bu sahədə aparılan tədqiqatların məhdud olması mövzunun aktuallığını daha da artırır. Bu cür elmi işlər həm milli siyasətə töhfə verə, həm də beynəlxalq səviyyədə dəyərli məlumat təmin edə bilər. Beynəlxalq təşkilatlar və akademik icmalar postmüharibə travmalarının global təsirlərini anlamağa və həll yolları tapmağa böyük maraq göstərir.

4. Gələcək Fəsadların Qarşısının Alınması

Vaxtında göstərilməyən dəstək və reabilitasiya proqramlarının olmaması qazilərdə psixiatrik xəstəliklərin inkişafına və ya ağırlaşmasına səbəb ola bilər. Əgər bu problemlər həll edilməzsə, ailələrdə, iş yerlərində və ümumi cəmiyyətdə ciddi sosial nəticələr yaranabilir.

5. Cəmiyyətə Təsir

Müharibədən sonra qazilərin ruhi sağlamlığı yalnız fərdi məsələ deyil, həm də bütövlükdə cəmiyyətin psixososial rifahına təsir edən bir faktordur.

Qazilərin sağlamlığına dair dövlət siyasətləri və sosial proqramlar üçün əsas yaratmaq elmi tədqiqatların əsas məqsədi ola bilər.

Problemin elmi yeniliyi:

1. Regional Spesifiklik: Bu məqalə, Azərbaycan şəraitində postmüharibə dövründə qazilərin psixopatoloji pozuntularının spesifik xüsusiyyətlərini tədqiq edən ilk araşdırmalardan biridir. Yerli sosial,

mədəni və iqtisadi kontekst daxilində qazilərin vəziyyəti daha dəqiq qiymətləndirilməsi əsas məqsəddir.

2. Qarışıq Metodologiyanın İstifadəsi: Tədqiqatda həm kəmiyyət, həm də keyfiyyət metodlarından istifadə olunmuşdur ki, bu da qazilərin psixoloji vəziyyətini hərtərəfli öyrənməyə imkan vermişdir. Alətlərin seçimi (PCL-5, DASS-21) psixopatologiya və mübarizə strategiyalarını obyektiv şəkildə ölçməyə xidmət edir.

3. Yeni Məlumatlar: Qazilər arasında rast gəlinən mübarizə strategiyalarının təhlili göstərir ki, emosional qaçınma və passiv adaptasiya üstünlük təşkil edir. Bu, mövcud elmi ədəbiyyata yeni məlumatlar əlavə edir və reabilitasiya proqramlarının yenidən qurulmasını təklif edir.

4. Praktiki Tətbiq Təklifləri: Məqalə, qazilər üçün psixoloji dəstək və reabilitasiya proqramlarının inkişafı üçün praktik təkliflər təqdim edir. Ailələrin və icmanın dəstəkləyici rolu xüsusi vurğulanmışdır ki, bu da gələcək siyasət və proqramların hazırlanmasına töhfə verə bilər.

5. Beynəlxalq Kontekstdə Təhlil: Nəticələr beynəlxalq tədqiqatlarla müqayisə edilmiş, Azərbaycan kimi postmüharibə ölkələri üçün spesifik tövsiyələr irəli sürülmüşdür.

Problemin praktiki əhəmiyyəti:

Psixoloji Yardım Proqramlarının İnkişafı: Araşdırma nəticələri qazilərin psixoloji ehtiyaclarını və travmalarının spesifik xüsusiyyətlərini müəyyən etməklə onların ruhi sağlamlığına yönəlmiş daha effektiv və məqsədyönlü dəstək proqramlarının hazırlanmasını təmin edə bilər.

Reabilitasiya mərkəzlərinin səmərəliliyinin yaxşılaşdırılması:

Qazilərin istifadə etdiyi mübarizə strategiyalarının təhlili, reabilitasiya mərkəzlərində tətbiq edilən metodların yenidən qiymətləndirilməsi və daha çox nəticəyönlü müdaxilələrin hazırlanmasına imkan yaradır.

Ailələr və Sosial Dəstək Şəbəkələrinin rolunun gücləndirilməsi:

Tədqiqat nəticələri göstərir ki, qazilərin psixoloji adaptasiyasına ailələrin və cəmiyyətin təsiri böyükdür. Bu məlumat, ictimai dəstək mexanizmlərinin gücləndirilməsi üçün maarifləndirmə və dəstək proqramlarının hazırlanmasında əsas rol oynayır.

Cəmiyyətin Travmaya Qarşı Maarifləndirilməsi:

Bu tədqiqat qazilər üçün cəmiyyətin empatiyasını və dəstəyini artırmaq üçün bir vasitədir. Sosial mediada, təhsil müəssisələrində və digər platformalarda bu mövzu ilə bağlı məlumatlılığın artırılmasına töhfə verir.

Problemin əsas məqsədi.

Bu tədqiqatın əsas məqsədi, postmüharibə dövründə qazilərdə yaranan psixopatoloji pozuntula-

rın təbiətini və yayılmasını təhlil etmək, bu pozuntularla mübarizədə istifadə olunan strategiyaların effektivliyini qiymətləndirmək və cəmiyyətin dəstək imkanlarının artırılması üçün elmi əsaslar təqdim etməkdir. Tədqiqat, qazilərin psixi sağlamlıq vəziyyə-

tinin yerli və beynəlxalq kontekstdə müqayisəli təhlilini aparmaqla, onların sosial reintegrasiyası və həyat keyfiyyətinin artırılması məqsədilə praktiki tövsiyələr irəli sürməyi hədəfləyir.

Ədəbiyyat

1. Post-travmatik stress pozuntusu: Diaqnostika və müalicə üsulları / Azərbaycan Psixoloqlar Assosiasiyası. - Bakı: -2021.
2. Ələkbərova Z. Travmatik hadisələrin insan psixikasına təsiri və psixoloji yardım metodları - Bakı: Azərbaycan Psixologiya İnstitutu, -2018 № 6. -24-68 s.
3. American Psychiatric Association (APA) /– Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5), -2013.
4. Bessel van der Kolk – The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma, - 2014.
5. Trauma and Recovery / Judith Herman –: The Aftermath of Violence–From Domestic Abuse to Political Terror, -1992.
6. Effective Treatments for PTSD / Edna B. Foa, Terence M. Keane, Matthew J. Friedman, Judith A. Cohen –: Practice Guidelines from the International Society for Traumatic Stress Studies, -2008.
7. A cognitive model of posttraumatic stress disorder / Behaviour Research and Therapy Ehlers, A., & Clark, D. M. , -2000. -319-345 s.
8. Journal of Consulting and Clinical Psychology / Resick, P. A., & Schnicke M. K., Cognitive processing therapy for sexual assault victims -1992-748-756 s.
9. Handbook of PTSD / Friedman M. J., Resick, P. A., & Keane, T. M Science and Practice. -2007.

Redaksiyaya daxil olub: 04.04.2025