Cengiz ŞAHİN
Prof. Dr., Ankara Hacı Bayram Veli Üniversiteti, Psixologiya Bölümü, Türkiyə
E-mail: csahin40@gmail.com
ORCID ID: 0009-0006-2936-4395

Firəngiz Vahid qızı MƏSİMLİ
Xəzər Universiteti, Psixologiya departamenti, Klinik Psixologiya, magistrant
E-mail: firengiz.meismli@gmail.com

AUTİZM SPEKTR POZUNTUSUNU OLAN UŞAQLARIN ANALARININ HƏYAT MƏMNUNİYYƏTİNDƏ PSİXOSOSİAL FAKTORLARIN ROLU

Xülasə

Bu məqalədə autizm spektr pozuntusundan əziyyət çəkən uşaqların analarının həyat məmnuniyyətinə təsir edən müxtəlif psixososial faktorlar nəzəri ədəbiyyat əsasında təhlil edilmişdir. Autizm, şəxslərdə sosial bacarıqların məhdud olması, ünsiyyət qurmaq sahəsində çətinlik və stereotipik davranışlarla səciyyələnən bir neyroinkişaf pozuntusudur. Bu vəziyyət uşaqların gündəlik həyat fəaliyyətlərini və sosial qarşılıqlı əlaqələrini çətinləşdirir, nəticədə ailə üzvlərinin, xüsusilə də, əsas qayğıverici olan anaların psixososial rifahı və həyat keyfiyyətinə əhəmiyyətli təsir göstərir. Belə ki,uşağın problemli davranışlarının şiddəti artdıqca, anaların üzərinə düşən qayğı və məsuliyyət yükü də əhəmiyyətli dərəcədə artır, bu isə anaların həyat məmnuniyyəti səviyyəsinin azalmasına gətirib çıxarır. Məqalədə vurğulanır ki, anaların həyat məmnuniyyəti təkcə uşağın diaqnozu ilə deyil, həm də ailədən gələn dəstək, cəmiyyətin yanaşması (stiqmatizasiya), ananın stressə dözümlülük səviyyəsi və maddi vəziyyət kimi psixososial amillərlə sıx bağlıdır. Anaların həyat məmnuniyyəti səviyyəsinin aşağı düşməsi nəticəsində müxtəlif psixoloji problemlər, xüsusilə də, depressiv hallar yaranır. Yekun olaraq, məqalədə anaların həyat məmnuniyyətinin artırılması üçün fərdi psixoloji konsultasiyalarla yanaşı, sistemli sosial dəstək proqramlarının tətbiqi və cəmiyyətin fərqindəlik səviyyəsinin yüksəldilməsinin zəruriliyi nəzəri cəhətdən əsaslandırılır.

Açar sözlər: autizm spektr pozuntusu, həyat məmnuniyyəti, psixososial faktorlar, ana, sosial dəstək.

UOT: 159.942:616.896
DOI: https://doi.org/10.54414/NEMH2546

Giriş

Autizm Spektr Pozuntusu (ASP) erkən uşaqlıq dövründən etibarən özünü büruzə verən, şəxsin sosial kommunikasiya və qarşılıqlı münasibət qurma bacarıqlarını məhdudlaşdıran, eyni zamanda stereotipik hərəkətlər və xüsusi maraq dairəsi ilə xarakterizə olunan neyroinkişaf pozuntusu kimi təsnif edilir. Belə ki, şəxsin inkişafına təsiri ömür boyu davam edən bu vəziyyət, müasir dövrdə ən çox rast gəlinən inkişaf pozuntularından biri kimi qəbul edilir. Son illərdə həm qlobal səviyyədə, həm də ölkəmizdə autizm spektr pozuntusundan əziyyət çəkən uşaqların sayında müşahidə olunan artım elmi ictimaiyyətin və səhiyyə qurumlarının diqqətini çəkir [1, s.1].

Autizm spektr pozuntusundan əziyyət çəkən şəxslərin yaşadığı çətinliklər yalnız onların öz həyat keyfiyyətinə deyil, en zamanda ailə üzvlərinin, xüsusilə də, valideynlərinin həyatına mənfi təsir edir [2, s.154]. Ailə sistemində xüsusi qayğıya ehtiyacı olan uşağın gündəlik baxımı və tərbiyəsi və təlimi ilə bağlı əsas öhdəliklər anaların üzərinə düşür. Bu məsuliyyət prosesi anaların həm fiziki, həm də psixoemosional baxımdan daha sürətli tükənməsinə və həyatın müxtəlif sahələrində ciddi çətinlikləri yaşamasına

səbəb olur [3, s.133]. Autizm spektr pozuntusundan əziyyət çəkən uşaqların analarında həyat məmnuniyyətinin aşağı səviyyədə olmasına bir sıra psixososial amillər təsir göstərir. Bu amillərə maddi çətinliklər, sosial dəstəyin zəif olması və ya ümumiyyətlə mövcud olmaması, ananın stressə dözümlülük səviyyəsinin aşağı olması, eləcə də cəmiyyət tərəfindən stiqmatizasiya halları daxildir.

Autizm spektr pozuntusu anlayışına nəzəri yanaşmalar. Autizm spektr pozuntusu (ASP) erkən inkişaf dövründə meydana çıxan və şəxsin ümumi inkişafına təsir göstərən neyroinkişaf xarakterli pozuntu kimi xarakterizə olunur. Bu pozuntu adətən həyatın ilk illərində özünü büruzə verir və ilkin əlamətlər sırasında göz kontaktının zəifliyi, ortaq diqqətin formalaşmaması və işarə etmə kimi sosial-kommunikativ davranışların məhdudluğu diqqəti cəlb edir. ASP-nin əsas xüsusiyyətləri sosial qarşılıqlı əlaqə və ünsiyyət sahəsində çətinliklər, məhdud və təkrarlayıcı davranış nümunələri, eləcə də spesifik və məhdud maraqların mövcudluğu ilə izah olunur. Bununla yanaşı, dil inkişafında gecikmələr, sosial davranışlarda uyğunsuzluqlar və qavrama proseslərində çətinliklər də tez-tez müşahidə edilir. Bu pozuntu, adətən, üç yaşdan əvvəl üzə çıxır və ömürboyu davam edən bir xüsusiyyət daşıyır. ASP-nin təzahür forması və şiddəti şəxslər arasında dəyişkən olub, yüngül səviyyədən ağır formaya qədər geniş bir spektrdə müşahidə olunur. Məhz bu səbəbdən “spektr” anlayışı istifadə olunur və bu, şəxslər arasındakı fərqliliyi ifadə edir [3, s.11].

Autizmin ilk dəfə təxminən 80 il əvvəl Leo Kanner tərəfindən “erkən uşaqlıq autizmi” kimi təsvir olunmasına baxmayaraq, onun rəsmi şəkildə Psixiatrik Pozuntuların Diaqnostik və Statistik Təlimatına (DSM) daxil edilməsi yalnız 1980-ci ildə, təlimatın üçüncü nəşri (DSM-III) ilə təsnifata daxil edilmişdir. Sonrakı otuz il ərzində autizmin həm diaqnozu, həm də təsnifatı əhəmiyyətli dərəcədə dəyişilmişdir. Xüsusilə DSM-V-in nəşri ilə bu sahədə fundamental bir dəyişiklik baş vermişdir. Belə ki, əvvəlki nəşrdə (DSM-IV-TR) dörd müstəqil diaqnostik kateqoriya kimi təqdim olunan autistik pozuntu, Asperger sindromu, başqa cür adlandırıla bilməyən yayğın inkişaf pozuntusu və uşaqlıq dezinteqrativ pozuntusu vahid bir çətir altında yığılaraq "autizm spektr pozuntusu" anlayışı altında birləşdirilmişdir [4, s.457].

Müasir dövrdə ASP ən çox rast gəlinən inkişaf pozuntularından biri kimi qəbul olunur və son illərdə onun yayılma tezliyində nəzərəçarpacaq artım müşahidə edilməkdədir. Bu artım həm diaqnostik meyarların genişlənməsi, həm də cəmiyyətin maariflənməsi ilə əlaqələndirilir. Belə ki, 2025-ci ilə aid prevalensiya tədqiqatlarının yekun hesabatlarına əsasən, autizm spektr pozuntusunun yayılma göstəricisi təxminən hər 31 nəfərdən birinə uyğun gəlir. Mövcud statistik göstəricilər və elmi hesabatlar sübut edir ki, ASP-nin rastgəlmə tezliyi kişilər arasında qadınlarla müqayisədə təxminən 4,2 dəfə daha yüksəkdir [5.s.8]. ASP-nin oğlanlarda rastgəlmə tezliyi kəmiyyət etibarilə daha yüksək olsa da, kliniki mənzərənin ağırlıq dərəcəsi və pozuntunun gedişatı qızlarda adətən daha kəskin xarakter daşıyır [3, s.14].

Autizm spektr pozuntusunun etioloji faktorlarını müəyyən etmək məqsədilə aparılan tədqiqatlarda genetik, neyrobioloji və ətraf mühit amilləri qeyd edilir. Genetik faktorlar istiqamətində araşdırmalarda əkizlər üzərində aparılan tədqiqatlar autizm spektr pozuntusunun etioloji strukturunda həlledici paya malik olduğunu aşkar şəkildə nümayiş etdirir. Diaqnozun hər iki əkizdə eyni anda rastgəlmə tezliyi diziqotik əkizlərdə təxminən 30% təşkil etdiyi halda, monozigotik əkizlərdə bu göstərici 70–90% aralığında dəyişir. Müqayisə üçün qeyd edilməlidir ki, əkiz olmayan qardaş-bacılarda bu risk göstəricisi 3-19% səviyyəsində müşahidə olunur. Neyrobioloji istiqamətdə isə tipik uşaqlarla müqayisədə beyin həcminin böyük olması, neyronal bağlantı disfunksiyası, GABA-nın normal sayda ifraz olmaması, serotonin səviyyəsinin yüksək olması kimi faktorlar qeyd oluna bilər. ASP-də genetik amillərin güclü təsiri mövcud olsa da, aparılan tədqiqatlar müxtəlif ətraf mühit faktorlarının da bu pozuntunun yaranmasında mühüm rol oynadığını göstərmişdir. Bu faktorlar sırasında valideynlərin irəli yaşı, hamiləlik dövründə valproat tərkibli preparatların istifadəsi, D vitamini çatışmazlığı, ana

diabeti, hipertoniya və piylənmə kimi metabolik problemlərin artması, hamiləlik zamanı virus infeksiyalarının diaqnoz və ya simptomatik əlamətlər ilə əlaqəli olduğu aşkar edilmişdir [5, s.11].

Həyat məmnuniyyəti anlayışına nəzəri yanaşmalar. Həyat məmnuniyyəti şəxsin mövcud həyat şəraiti ilə öz ideal gözləntiləri və arzuları arasındakı uyğunluğun subyektiv qiymətləndirilməsi kimi xarakterizə olunur. Başqa sözlə, bu anlayış insanın sahib olduğu reallıqlar ilə əldə etmək istədiyi hədəflər arasındakı balansın təzahürüdür. Həyat məmnuniyyəti şəxsin həyatının müəyyən bir kəsiyini və ya hər hansı bir hadisədən qaynaqlanan anlıq məmnunluğunu deyil, onun ümumi yaşayışının bütün aspektlərini əhatə edən genişmiqyaslı bir anlayışdır [6, s.193].

Akademik ədəbiyyata həyat məmnuniyyəti konsepsiyasını ilk dəfə 1961-ci ildə Neugarten, Havighurst və Tobin (1961) tərəfindən daxil edilmişdir. Neugarten və həmkarları həyat məmnuniyyətini şəxsin öz həyatından gözləntiləri ilə mövcud vəziyyəti müqayisə etməsi nəticəsində formalaşan ümumi qiymətləndirmə kimi izah etmişlər [7, s.2].

Tədqiqatlar göstərir ki, yüksək həyat məmnuniyyətinə sahip şəxslər cəmiyyət daxilində daha adaptiv və məhsuldar fəaliyyət nümayiş etdirirlər. Ümumilikdə, həyat məmnuniyyəti əsasən cəmiyyətin rifah səviyyəsi, səhiyyə xidmətlərinin keyfiyyəti və təhsil imkanları ilə sıx əlaqəlidir. Bu baxımdan, insanlara təqdim edilən sosial xidmət sahələrinin fundamental məqsədi fərdlərin həyat keyfiyyətini yüksəltmək və onların ümumi rifahını təmin etməkdir. Elmi tədqiqatlar göstərir ki, yüksək həyat məmnuniyyətinə malik şəxslər ümumilikdə daha sağlam həyat tərzi sürür, sosial funksionallıq baxımından daha aktiv olur və ətraf mühitlə daha müsbət münasibətlər qururlar. Eyni zamanda, bu şəxslərin problem həll etmə bacarıqlarının daha effektiv olduğu və stress yaradan həyat hadisələrinə qarşı yüksək psixoloji dözümlülük nümayiş etdirdikləri məlumdur. Müxtəlif tədqiqatlar həyat məmnuniyyətinin sosial-demoqrafik xüsusiyyətlər, ailə vəziyyəti, mədəni və dini faktorlar, sağlamlıq vəziyyəti, peşə fəaliyyəti, sosial dəstək səviyyəsi, maddi imkanlar, ətraf mühit şəraiti və fərdi həyat təcrübələri kimi çoxsaylı amillərlə əlaqəli olduğunu göstərir. Bununla birlikdə, fərqli qruplar üzərində aparılan araşdırmalar həyat məmnuniyyətinin şəxsin mənlik qavrayışı ilə həyat məmnuniyyəti arasında statistik cəhətdən anlamlı və pozitiv bir əlaqənin olduğunu ortaya qoymuşdur [7, s.2].

Autizm spektr pozuntusu olan uşaqların analarında həyat məmnuniyyəti. Autizm spektr pozuntusu ömürboyu davam edən neyroinkişaf xarakterli bir pozuntu kimi uşaqlara baxan şəxslərin, xüsusilə də anaların həyatına köklü təsir göstərir. Tədqiqatlar sübut edir ki, ASP diaqnozlu uşağı olan valideynlər, tipik inkişaf edən uşaqların valideynləri ilə müqayisədə daha çox xroniki streslə üzləşirlər. Bu vəziyyət anaların həm həyat keyfiyyətini, həm də ümumi rifah halını əhəmiyyətli dərəcədə aşağı salır.

Araşdırmalar göstərir ki, ASP-dən əziyyət çəkən uşağa sahib analar normal inkişaf edən uşaqların anaları ilə müqayisədə daha yüksək səviyyədə stress, narahatlıq və depressiv simptomlar yaşayırlar. Uşağın davranış çətinliklərinin intensivliyi artdıqca, anaların üzərinə düşən qayğı yükü də artır və bu, onların psixoloji dözümlülüyünü zəiflədir. Nəticədə, analarda yorğunluq, yuxusuzluq, baş və bel ağrıları kimi fiziki əlamətlərlə yanaşı, ümidsizlik, çarəsizlik, qəzəb və yüksək emosional gərginlik kimi psixoloji çətinliklər daha çox müşahidə olunur. Bu prosesdə anaların özlərini daha məsuliyyətli, bəzən isə günahkar hiss etməsi də mümkündür. Onlar övladlarının qayğısına demək olar ki, tam zamanlı şəkildə fokuslanır, şəxsi ehtiyaclarını və sosial həyatlarını ikinci plana keçirirlər. Eyni zamanda, ev işləri və digər ailə üzvlərinin ehtiyaclarının qarşılanması kimi əlavə məsuliyyətlər də onların üzərinə düşür. Bu çoxqatlı yük anaların həm sosial həyatını məhdudlaşdırır, həm də ümumi həyat məmnuniyyətini aşağı salır [8, s.155].

Autizm uşaqların analarının həyat məmnuniyyətinə təsir edən psixososial amillər. Autizmli uşaqların analarında həyat məmnuniyyəti təkcə uşağın simptomlarının

ağırlığı ilə deyil, həm də ətraf mühitdən gələn dəstək mexanizmləri ilə birbaşa əlaqəlidir [9, s.250]. Tədqiqatlar göstərir ki, sosial dəstəyin azlığı, yüksək valideynlik stresi və davamlı qayğı məsuliyyəti anaların həyat məmnuniyyətini azaldan əsas amillər sırasındadır. Bununla yanaşı, həyat yoldaşı və sosial mühitdən alınan dəstəyin yüksək olması isə psixoloji rifahı və həyat məmnuniyyətini artıran mühüm faktor kimi çıxış edir [10, s.72]. Eyni zamanda, cəmiyyətdə qarşılaşılan stiqmatizasiya (damğalanma) və uşağın davranışlarına qarşı neqativ baxışlar anaların sosial izolyasiyasına və həyatdan aldıqları zövqün azalmasına səbəb olur. Belə vəziyyətdə ananın stressə dözümlülük səviyyəsi zəif olduqda həyat məmnuniyyəti azalır amma çətinliklər qarşısında adaptiv mübarizə strategiyaları güclü olduqda mənəvi tarazlığı qorumağa kömək edir. Maddi vəziyyətin qənaətbəxş olması reabilitasiya xidmətlərinə əlçatanlığı təmin edərək ailənin gələcək qayğılarını yüngülləşdirir. Digər tərəfdən, ailənin maddi imkanlarının qənaətbəxş olması reabilitasiya xidmətlərinə əlçatanlığı təmin etməklə yanaşı, həm də gələcəyə dair iqtisadi qayğıları azaldaraq ananın emosional yükünü yüngülləşdirir [9, s.159].

Nəticə

Nəticə olaraq qeyd oluna bilər ki, Autizm Spektr Pozuntusu təkcə şəxsin inkişafı ilə məhdudlaşmayan, həm də ailə daxilində dərin psixoloji və sosial çətinliklər doğuran kompleks bir vəziyyətdir. Aparılan nəzəri təhlillər göstərir ki, xüsusilə ana fiquru üzərində cəmlənən "baxım təzyiqi" şəxsin depressiya və təşviş səviyyəsini yüksəldir, həyat məmnuniyyətini isə minimuma endirir. Bu mənfi təsir sosial stiqmatizasiya və dəstək mexanizmlərinin çatışmazlığı fonunda daha da güclənərək, ananın mənlik qavrayışına, sosial münasibətlərinə və ümumi rifah halına zərbə vurur.

Bu baxımdan, ASP-dən əziyyət çəkən uşaqların ailələrinə, xüsusilə analara yönəlmiş dəstək strategiyaları kimi psixoloji yardım proqramları, sosial inklüziya tədbirləri və maarifləndirmə kampaniyaları həyata keçirilməlidir.

Beləliklə, autizm fonunda yaşanan aşağı həyat məmnuniyyəti probleminin həlli multidissiplinar yanaşma tələb edir. Bu sahədə aparılacaq gələcək empirik tədqiqatlar və ailəyönümlü müdaxilə modelləri, həm ananın həyat keyfiyyətinin bərpasına, həm də uşağın cəmiyyətə inteqrasiyasına əhəmiyyətli töhfə verə bilər.

ƏDƏBİYYAT SİYAHISI

1. Anart F. Otizm spektrum bozukluğu olan çocuk anneleri ile normal gelişim gösteren çocuk annelerinin yaşam doyumu ve benlik saygısı açısından karşılaştırılması. 2021.
2. Mutlu H., Vardarcı Kacar G., Girli A. Otizmli Çocuğu Olan Anne Babaların Yaşam Doyumu, Sosyal Destek ve Umut Düzeyleri. Buca Eğitim Fakültesi Dergisi, 2021;(52):153–167.
3. Yücesoy Ö.Ş., Ergenekon Y., Çolak A., Kaya Ö. Otizm spektrum bozukluğu aile bilgilendirme rehberi. Türkiye: Eskişehir, 2014.
4. Kring A.M., Johnson S.L., Davison G., Neale J. Anormal Psikolojisi. Ankara: Atalay Matbaacılık, 2015.
5. Akçanal Ş.C., Otizm bozukluğu tanılı çocukların sağlıklı kardeşlerinde kronotip ile depresyon, kaygı sorunları ve ebeveyn kaygı depresyon ilişkisinin değerlendirilmesi. Türkiye: Aydın, 2025.
6. Demir R., Tanhan A., Çiçek İ., Yerlikaya İ., Çırak Kurt S., Ünverdi B. Yaşam kalitesinin yordayıcıları olarak psikolojik iyi oluş ve yaşam doyumu. Journal of Education for Life, 2021;35(1):192–206. Doi: 10.33308/26674874.2021351256
7. Kaba İ., Erol M., Güç K. Yetişkin yaşam doyu ölçeğinin geliştirilmesi. Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 2018;18(1):1–14. Doi: 10.18037/ausbd.550232
8. Rafili F., Seyedfatemi N., Asgarabad H.E. The life of mothers of children with Autism: A grounded theory study. Revista Latinoamericana de Hipertension, 2024;19(4):154–162. Doi: 10.5281/zenodo.11260914

9. Karst J.S., Van Hecke A.V. Parent and Family Functioning in Autism Spectrum Disorder: A Social-Ecological Systems Perspective. Journal of Family Theory and Review, 2012;4(3):247–283.
10. Lu M., Yang G., Skora E., Wang G., Cai Y., Sun Q., Li W. Self-esteem, social support, and life satisfaction in Chinese parents of children with autism spectrum disorder. Research In Autism Spectrum Disorder, 2015;17:70–77. Doi: 10.1016/j.rasd.2015.05.003

Cengiz SHAHIN
Prof. Dr., Ankara Hacı Bayram Veli University, Department of Psychology, Turkey

Firangiz Vahid MASIMLI
Master's student at Khazar University, Department of Psychology, Clinical Psychology

ROLE OF PSYCHOSOCIAL FACTORS IN THE LIFE SATISFACTION OF MOTHERS OF CHILDREN WITH AUTISM SPECTRUM DISORDER

Summary

This article analyzes various psychosocial factors affecting the life satisfaction of mothers of children with autism spectrum disorder, based on theoretical literature. Autism is a neurodevelopmental disorder characterized by limited social skills, communication difficulties, and stereotypical behaviors. This condition makes it difficult for children to perform daily living activities and social interactions, and consequently, has a significant impact on the psychosocial well-being and quality of life of family members, especially mothers who are primary caregivers. Therefore, as the severity of the child's problematic behaviors increases, the burden of care and responsibility on mothers also increases significantly, leading to a decrease in the mothers' level of life satisfaction. The article emphasizes that mothers' life satisfaction is closely related not only to the child's diagnosis but also to psychosocial factors such as family support, societal attitudes (stigma), the mother's stress tolerance level, and financial situation. As a result of the decrease in mothers' life satisfaction, various psychological problems arise, particularly depressive states. In conclusion, this article theoretically supports the necessity of implementing systematic social support programs and raising public awareness, in addition to individual psychological counseling, to increase mothers' life satisfaction.

Keywords: autism spectrum disorder, life satisfaction, psychosocial factors, mother, social support.

Дженгиз ШАХИН
Проф. д-р, Университет Анкары Хаджи Байрам Вели, психология, Турция

Фирангиз Вахид МЕСИМЛИ
Хазарский университет, кафедра психологии, Клиническая психология, магистрант

РОЛЬ ПСИХОСОЦИАЛЬНЫХ ФАКТОРОВ В УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ ЖИЗНЬЮ МАТЕРЕЙ ДЕТЕЙ С РАССТРОЙСТВОМ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА

Резюме

В данной статье на основе теоретической литературы анализируются различные психосоциальные факторы, влияющие на удовлетворенность жизнью матерей детей с расстройствами аутистического спектра. Аутизм- это нейро developmental disorder,

характеризующееся ограниченными социальными навыками, трудностями в общении и стереотипным поведением. Это состояние затрудняет детям выполнение повседневных действий и социальное взаимодействие, и, следовательно, оказывает значительное влияние на психосоциальное благополучие и качество жизни членов семьи, особенно матерей, являющихся основными опекунами. Поэтому по мере увеличения тяжести проблемного поведения ребенка значительно возрастает и бремя ухода и ответственности на матерей, что приводит к снижению уровня удовлетворенности жизнью матерей. В статье подчеркивается, что удовлетворенность жизнью матерей тесно связана не только с диагнозом ребенка, но и с психосоциальными факторами, такими как поддержка семьи, общественное отношение (стигма), уровень стрессоустойчивости матери и финансовое положение. В результате снижения удовлетворенности жизнью матерей возникают различные психологические проблемы, в частности, депрессивные состояния. В заключение, статья теоретически обосновывает необходимость внедрения систематических программ социальной поддержки и повышения осведомленности общественности, помимо индивидуального психологического консультирования, для повышения удовлетворенности жизнью матерей.

Ключевые слова: расстройство аутистического спектра, удовлетворенность жизнью, психосоциальные факторы, мать, социальная поддержка.

Daxil olub: 13.04.2026