

Scientific Bulletin, № 2, 2021, pages 133-136

Nigar Akram Panaliyeva, psixoloqpenali@gmail.com

Western Caspian University

DOI: doi.org/10.54414/dguh5329

e-ISSN: 2789-4614



ANALYSIS OF THE PSYCHOLOGICAL CONTENT OF POSTTRAUMATIC STRESS DISORDER

ABSTRACT

The article discusses the phenomenology, symptoms, causes and general characteristics of posttraumatic stress disorder. Posttraumatic stress disorder is a mental disorder that occurs after a severe psychological trauma, causing fear, helplessness or terrifying reactions in the person, and resulting after the trauma.

Keywords: posttraumatic stress, spiritual trauma, psychological, stimulator

POSTTRAVMATİK STRESS POZUNTUSUNUN PSIXOLOJİ MƏZMUNUNUN TƏHLİLİ

XÜLASƏ

Məqalədə posttravmatik stress pozuntusun fenomenologiyasından, simptomlarından, yaranma səbəblərindən və ümumi xüsusiyyətlərindən bəhs edilmişdir. Posttravmatik stress pozuntusu ağır bir psixoloji travma sonrasında ortaya çıxan, şəxsdə qorxu, çarəsizlik ya da dəhşətə düşmə reaksiyalarına səbəb olan və travma sonrası yaranan ruhi bir pozuntudur.

Açar sözlər: posttravmatik stress, ruhi travma, psixoloji, stimulyator

АНАЛИЗ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОДЕРЖАНИЯ ПОСТТРАВМАТИЧЕСКОГО СТРЕССОВОГО РАССТРОЙСТВА

РЕЗЮМЕ

В статье рассказывается о феноменологии посттравматического стрессового расстройства, его симптомах, причинах возникновения и общих особенностях. Посттравматическое стрессовое расстройство - это психическое расстройство, возникающее после тяжелой психологической травмы, возникающее после травмы вызывающее у человека реакции страха, беспомощности или ужаса и.

Ключевые слова: пост травматический стресс, моральная травма, психологические, стимулятор.

Cəmiyyətdə psixoloji travmaya səbəb olan hadisələrə çox rast gəlinir. Araşdırmalar hər iki nəfərdən birinin bu tip hadisələrlə həyatında ən az bir dəfə qarşılaşdığını göstərir. Ruhi travma ilə qarşılaşma ehtimalı hərəkəs üçün eyni deyildir. Cəmiyyətimizdə ruhi travma yaşayan bir çox insan olmasına rəğmən ancaq bir qismi travma sonrası stress pozuntusundan əziyyət çəkir. Buda bəzi insanlarda bu problemə meyillilik ola biləcəyini, yada bəzilərinin daha dayanıqlı olduğunu düşündürür. Cinayət nisbətinin yüksək olduğu yerlərdə yaşayanlar, başqa ruhi xəstəliyi olan və ya alkoqol bağımlılığı olanlar, əsgərlər, polislər daha tez-tez qarşılaşırlar.

Şəxsin travmayla qarşılaşması üçün savaşı bir əsgər olması ya da Suriyada bir savaş düşərgəsini ziyarət etməsi gərəkli deyildir. Travma bizim dostlarımızın, ailələrimizin və qonşularımızın başına gələ bilər. Xəstəlik kontrol və qarşısı alma mərkəzləri tərəfindən aparılan araşdırmalar, hər beş uşaqdan birinin uşaqkən zorakılığa məruz qaldığını; dörd nəfərdən birinin valideynləri tərəfindən bədənində iz qalacaq şəkildə döyüldüyünü; üç cütlükdən birinin fiziki zorakılığa məruz qaldığını göstərməkdədir. Aparılan araşdırmalara görə, kişilərin 21%-in və qadınların 27%-in həyatları boyunca bir dəfə posttravmatik stress pozuntusu yaşamaqdadırlar. Yenə başqa bir araşdırma da Körfəz (2003) Savaşı qazilərinin üzərində həyata keçirilmiş və yayılma dərəcəsinin 12% olduğu aşkarlanmışdır. Dəyərləndirmə əsnasında savaşın üzərindən on il keçməsinə rəğmən qadınların 9%-i və kişilərin 15%-də posttravmatik stress pozuntusunun simptomları aşkarlanmışdır. Bu da daha xroniki halların təsbit edildiyini göstərməkdədir [1, s. 12].

Posttravmatik stress pozuntusunda travma yaradan hadisənin bu problemin təməl xarakteristik klinik simptomları ilə əlaqələndirən patoloji bir xətirə yaratdığı düşünüləkdədir. Klinik simptomlar üç qrup halında verilə bilər.

- Travma yaradan hadisənin yuxularda ya da dəvətsiz xətirələrdə təkrar - təkrar yenidən yaşanması.
- Travma ilə əlaqələndirilən stimulyatorlardan qaçması (məs: nəqliyyat qəzası keçirmiş birinin maşınlardan çəkinməsi) və emosional kütlük.
- Yuxusuzluq, səsə qarşı həssaslıq və vahimə halında şiddətli reaksiya vermək [3, s. 365].

Posttravmatik stress pozuntusu simptomları;

- Ölüm ya da ciddi yaralanma yaşanması, ya da təhlükəsi, şəxsin ya da (başqalarının) bədən bütünlüyünün təhlükəyə düşməsi və şiddətli qorxu, çarəsizlik və dəhşət duyğularını əks etdirən bir yaşantı.
- Travmaya səbəb hadisələrin aşağıdakı bir ya da birdən çox şəkildə yenidən yaşanması: təkrarlanan və istənməyən xətirələr, kabuslar, travmaya səbəb olan hadisə yenidən yaşanmış kimi davranmaq ya da hiss etmək, travma yaradan hadisə ilə bir şəkildə əlaqəli olan işarələrə məruz qaldıqda şiddətli fizioloji və psixoloji narahatlıq.
- Travmanı çağırən stimulyatorlardan daima qaçma və ümumi emosional

uyuşuqluq.

- Travmadan öncə olmayan, qalıcı, həddindən artıq oyanıqlıq xüsusiyyətləri: yuxu problemləri, əsəbilik, qəzəb patlamaları, diqqət cəmləməkdə problem, həddindən artıq qorxu, həddindən artıq oyaq vəziyyətdə olmaq.
- Bunlara əlavə olaraq simptomlar bir aydan uzun müddət davam etməli və klinik nöqtəyi - nəzərdən diqqətə dəyər səviyyədə narahatlığa ya da funksionallıqda problemə səbəb olmalıdır.
Posstravmatik stress pozuntusunun etimologiyasında birdən çox amilin yer aldığı düşünülməkdədir. Araşdırmalar xüsusilə iki ana görüş üzərində formalaşmaqdadır. Bunlardan biri travma sonrası meydana çıxan dəyişikliklərin travmanın ana səbəbi olduğu, digəri isə fərddə travma öncəsi var olan meylin əsas təyin edici olduğu şəkildədir. Ancaq, stressor təməl ortaya çıxan amil olmaqla yanaşı, eyni travmatik hadisəni yaşayan hər kəsdə posttravmatik stress pozuntusu yaranmaz. Travma mənbəyinin fərd üçün subyektiv mənasının olması barəsində konsensus əldə edilmişdir. Travma üçün şəxsədə bu subyektivliyi bioloji, psixoloji və sosial amillərin olduğu düşünülməkdədir [4, s. 75].
- Bioloji faktorlar - stress, hipotalamusta CRH, hipofizdə ACTH və böyrəküstü vəzdə də kortizol ifrazına səbəb olmaqdadır. Gilbertson və həmkarları (2002) posttravmatik stress pozuntusu olan və olmayan savaq qazilərinin beyinlərində hipokampus sahəsini ölçür. Hipokampusun yaddaşda rol oynadığı məlumdur. Nəticədə posttravmatik stress pozuntusu olan qazilərlə, olmayanlara müqayisədə, daha kiçik bir hipokampus həcmi olduğunu göstərdi.
- Psixoloji faktorlar - posttravmatik stress pozuntusunun psixoanalitik modeli, travmatik hadisənin həll olunmamış daxili ziddiyyətləri həyata keçirdiyi ehtimalına dayanmaqdadır. Freyd, travmanın bütün müdafiə mexanizmlərini aşaraq ağır, ağrı verərək yaşandığını, uşaqlıq dönmindəki nevrozları hərəkətə keçirdiyini düşünməkdədir.
- Sosial faktorlar - bu günümüzədək araşdırmaçıların daha az diqqətini çəkmiş olan önəmli bir sahədir. Bununla birlikdə, müxtəlif sosial - mədəni təsirlərin fərdin silahlı çatışmaya uyğunlaşmasında bəlirləyici bir rol oynadığını söyləmək mümkündür. Əsgərlər vəzifələrinin doğru və haqlı olduğuna inandığında münaqişə nəticəsində posttravmatik stress pozuntusunun görülmə ehtimalı azalır mı? Qabaqcıl araşdırmalar bunun ola biləcəyini göstərməkdədir. Elədiklərinin dəyərinə və əhəmiyyətinə güclü bir şəkildə inanmaları əsgərlərin psixoloji sağlamlığını artırır bilir [5].

Yaşanan hadisənin “fövqəladə” olaraq qavranıldığı bir hadisədə göstərilən stress reaksiyaları, “anormal bir hadisəyə verilən normal reaksiyalar” olaraq görülməkdədir. Ardınca verilən reaksiyaları dərhal nəzərə alaraq ciddi bir

psixoloji problemlə qarşı - qarşıya qalındığına qərar vermək yanlışdır. Yaşanan travmatik bir hadisə sonrası hərəkət stress reaksiyaları göstərir, bir neçə gün müddətində yaşamaq normal və gözlənilən haldır.

Posttravmatik stress pozuntusundan əziyyət çəkən insanlar arasında yanaşı olaraq müxtəlif psixoloji problemlərdən əziyyət çəkmək olduqca rastlanan haldır. Pattinson, Creamer, Ginzburg, tərəfindən aparılan araşdırmalara görə, posttravmatik stressdən əziyyət çəkən kişilərdən 88.3%-in və qadınların 79%-in ən az başqa bir diaqnoza sahib olduğu göstərilmişdir. Posttravmatik stress pozuntusu ilə ən çox görülən yanaşı diaqnoz major depressiyadır. North və həmkərləri (2004) araşdırmalarında Oklahoma şəhərinin bombalanmasından sonrakı bir ay içərisində dəyərləndirilən insanlardan 23%-də həm posttravmatik stress həm də depressiya simptomları görüldüyünü aşkar etmişlər. Grieger tərəfindən Koreya savaşı qaziləri ilə aparılan bir çalışmada qazilərin 17%-də posttravmatik stress pozuntusu və major depressiyanın bütün simptomlarını qarşıladıkları aşkar edilmişdir [2, s. 104].

Digər pozuntularda da posttravmatik stressin ortaya çıxdığı müşahidə olunmuşdur. Maes və əməkdaşları agorofobiya və generalizə olunmuş təşviş pozuntusunun yanaşı olaraq görülməyini 12.6% və 10.2% olduğunu ortaya qoymuşdur. Digər bir araşdırmada Delmeire və Altamura posttravmatik stress pozuntusu diaqnozu qoyulan insanlarda obsessiv - kompulsiv pozuntusun daha az görüldüyünü, major depressiyanın 77% və alkoqol bağımlılığının 31% görüldüyünü aşkar etmişdir.

Ədəbiyyat:

1. Sezin Öner – Travma sonrası stress bozukluğu. Ankara: 2018, 123s.
2. Bessel Kolk – Beden kayıt tutar. Ankara: 2020, 438s.
3. James Butcher, Jill Hooley, Susan Mineka – Anormal Psixoloji, 1196s.
4. Doç. Dr. Fuat Torun – Depresyon. İstanbul: 2019, 103s.
5. <https://www.psychenet.de/tr/ruhsal-saglik/bilgiler/travma-sonrasi-stres-bozuklugu-tssb.html>