

Nərmin Amal qızı ƏSƏDZADƏ

Qərbi Kaspi Universiteti,
Psixologiya və Sosial iş kafedrasının magistrantı
E-mail: nerminasadzada@gmail.com

ƏLİLLİYİN CAVANLAŞMASININ SƏBƏBLƏRİ VƏ BU FAKTIN REABİLİTASIYA PROSESİNƏ TƏSİRİ

Xülasə

Əlilliyin cavanlaşmasının təkcə fiziki və tibbi səbəblərdən irəli gəlmədiyini, həm də sosial psixoloji amillərin bu prosesə təsir göstərdiyini anlamalıyıq. Sosial psixologiya baxımından, bu fenomenin yaranmasında sosial münasibətlər, cəmiyyətin gənclərə olan tələbləri və həmçinin cəmiyyətin qavrayışında mövcud olan stereotiplərin rolu çox mühümdür. Gənclər arasında əlilliyin artmasına səbəb olan amilləri araşdırarkən yalnız fiziki amilləri nəzərə almamalı, həm də bu sosial psixoloji amillərə diqqət yetirmək vacibdir.

Məqalədə əlilliyin cavanlaşmasının sosial psixoloji səbəblərinə dair müxtəlif nəzəriyyələr və yanaşmalar təqdim ediləcək. Xüsusilə, sosial kimlik nəzəriyyəsi, sosial media təzyiqləri, psixoloji stress, texnoloji asılıq və ekoloji amillərdən yaranan təzyiqlərin əlilliyin yaranmasına necə təsir etdiyi araşdırılacaq. Bu yanaşmaların hər biri, əlilliyin cavanlaşmasını və onun reabilitasiya prosesinə təsirini daha ətraflı şəkildə başa düşməyə kömək edəcəkdir. Bu mövzunun Azərbaycandakı vəziyyəti ilə bağlı nəzərdən keçiriləcək xüsusi bir aspekt isə ekonoimik çətinliklər, sosial təcrid, işsizlik və təhsil stressi ilə əlaqədar yaranan psixoloji gərginliklərdir. Azərbaycandakı gənclər arasında bu amillərin əlilliklə əlaqəli halları necə artırdığını və bu dəyişikliklərin reabilitasiya prosesinə necə təsir göstərdiyini analiz edəcəyik. Qeyd edək ki, əlilliyin artması yalnız fiziki bir fenomen deyil, həm də psixoloji və sosial bir problemdir ki, bu problemin daha dərinə və daha geniş şəkildə araşdırılması, onun həlli üçün ən doğru yolları tapmağa kömək edə bilər.

Açar sözlər: əlillik, əlilliyin cavanlaşması, reabilitasiya, sosial psixoloji təsir, motivasiya

UOT: 159.9

DOI: <https://doi.org/10.54414/JUDF2274>

Giriş

Əlilliyin cavanlaşması son illərdə müxtəlif ölkələrdə, o cümlədən Azərbaycanda artan bir problem olaraq diqqət çəkir. Bu yalnız yaşla əlaqəli bir fenomen deyil, həm də psixoloji, sosial və bioloji amillərlə sıx bağlıdır. Hər keçən gün gənclər arasında sağlamlıq problemləri daha da artmaqdadır və nəticədə əlillik riski ilə qarşı-qarşıya qalma ehtimalı artır.

Fikrimizcə, əlilliyin cavanlaşması müasir dövrdə həm tibbi, həm də sosial baxımdan ciddi bir problemə çevrilmişdir. Gənclərin əlillik vəziyyətinə düşməsi, yalnız onların fiziki və psixoloji inkişafını məhdudlaşdırmaqla qalmır, həm də cəmiyyətin sosial və iqtisadi strukturunda dərin iz buraxır. Bu fenomenin artması, tibbi və texnoloji inkişaf, iş şəraiti, həyat təzi və psixososial

amillər, gənc yaşda əlilliyin yaranmasına səbəb olan amillərdən yalnız bir neçəsidir. Əlilliyin yaranması əvvəllər əsasən yaşlı nəslin qarşılaşdığı problemlərlə əlaqələndirilirdisə, bu gün artıq bir çox gənc uşaqlıqdan etibarən müxtəlif xəstəliklər və ya qəzalar nəticəsində fiziki və psixoloji məhdudiyyətlərlə qarşılaşır. Xroniki xəstəliklər, ekoloji problemlər, genetik faktorlar, iş qəzaları və qeyri-sağlam həyat təzi əlilliyin gənc yaşlarda yaranmasına səbəb olan əsas amillərdəndir. Bu tendensiya reabilitasiya prosesinin daha da mürəkkəbləşməsinə və daha çox fərdi yanaşma tələb etməsinə yol açır. Qeyd edək ki, gənclər üçün reabilitasiya yalnız fiziki müalicə ilə məhdudlaşmır. Onların psixoloji dəstəklənməsi, sosial adaptasiya bacarıqlarının inkişaf etdirilməsi və iş həya-

tına reinteqrasiyası da çox önəmlidir. Azərbaycanda əlilliyin artmasının əsas səbəblərini anlamaq, həm cəmiyyətin inkişafını, həm də əlilliklə bağlı reabilitasiya xidmətlərinin təkmilləşdirilməsini təmin etmək baxımından böyük əhəmiyyət kəsb edir. Müasir dövrün cavan insanların, xüsusilə sosial və psixoloji amillər səbəbilə ortaya çıxan əlillik halları artmışdır. Cəmiyyətin inkişafı ilə əlaqədar olaraq, gənclərin qarşılaşdıqları çətinliklər onların fiziki və psixoloji sağlamlıqlarını təhdid edir. Bu baxımdan əlilliyin cavanlaşmasının səbəblərini anlamaq və bu prosesin reabilitasiya üzərindəki təsirini qiymətləndirmək, müasir tibbin və sosial xidmətlərin qarşısında duran ən mühüm məsələlərdən biridir. Reabilitasiya sahəsində əldə edilən nailiyyətlər və innovativ yanaşmalar, əlilliyi olan gənclərin həyat keyfiyyətini artırmağa və cəmiyyətə inteqrasiyalarını asanlaşdırmağa yönəlmişdir. Bununla yanaşı əlilliyin yaranmasının qarşısını almaq üçün erkən diaqnostika və profilaktik tədbirlər həyatı əhəmiyyət kəsb edir. Gənc yaşda əlillik halları cəmiyyətin təklif etdiyi sosial və tibbi xidmətlərə olan tələbatı artırır və bu da gələcəkdə təhsil, məşğulluq, sosial və psixoloji dəstək sahələrində daha yaxşı strukturlaşdırılmış yanaşmaların tətbiqini tələb edir. Məqsədim, əlilliyin cavanlaşmasının sosial psixoloji səbəblərini və bu fenomenin gənc yaşda reabilitasiya prosesinə təsirlərini ətraflı şəkildə araşdırmaq, eyni zamanda bu sahədə gələcəkdə atılacaq addımlar barədə tövsiyələr təqdim etməklə bərabər gənc yaşda ürək infarktı keçirənlərin psixoloji səbəblərində nəzərdən keçirərək bu cür halların qarşısını almaq üçün mümkün həll yolları təklif etməkdir. Gənc yaşda əlilliyin ortaya çıxması, yalnız fiziki məhdudiyyətlər deyil, həm də sosial, psixoloji və mədəni problemləri özündə birləşdirir. Buna görə də, fikrimizcə bu mövzunun təhlili geniş bir perspektivdən yanaşılmalı və hər bir aspekt diqqətlə öyrənilməlidir.

Əsas hissə

Son illərdə Azərbaycanda gənclər arasında əlillik hallarının artması, ölkənin sağlamlıq sistemində ciddi dəyişikliklərin olmasını tələb edir. Əlillik, ümumiyyətlə, yaşlılarla əlaqələndirilən bir fenomen kimi qəbul olunsada, bu prosesin gənclər arasında artan tendensiyası təhlil edildikdə, çoxsaylı sosial və psixoloji amillərin təsiri üzə çıxır. Əlilliyin cavanlaşmasının səbəblərini

ənənəvi yanaşmalarla, yalnız fiziki xəstəliklər, genetik faktorlar və travmalarla izah etmək bəzən qeyri-kafi olur. Bu məsələnin daha dərin, daha az müzakirə edilmiş və hələ tam olaraq öyrənilməmiş tərəflərini anlamadan, yalnız tibbi yanaşmalarla bu problemin həllinə çatmaq çətindir. Əlilliyin cavanlaşmasının psixoloji, sosial-psixoloji və ekoloji səbəblərini daha geniş bir şəkildə araşdırmaq lazımdır. Əlilliyin yaranmasında yalnız bioloji amillərin təsiri ilə deyil, həm də sosial təzyiqlər, gənclərin sosial kimlik axtarışı, sosial media təzyiqi və ekoloji dəyişikliklər kimi amillər də böyük rol oynayır. Bu sosial amillər gənclərin psixoloji vəziyyətlərinə mənfi təsir edərək, onları əlillik riski ilə üz-üzə qoyur.

Gənclər arasında əlilliyin artmasının əsas səbəblərindən biri stress və emosional gərginlikdir. Cəmiyyətin təzyiqi, şəxsi və ailəvi problemlər, iş və təhsil təzyiqləri gənclərin psixoloji vəziyyətinə mənfi təsir edir. Uzun müddət davam edən stress sinir sistemində ciddi təsir göstərərək, fiziki sağlamlıq problemlərinə yol açdı bilər. Qeyd edək ki, bu cür psixoloji gərginliklər zamanla ağrı sindromları, sümük və əzələ problemləri və hətta immunitet sisteminin zəifləməsi kimi məsələlərə səbəb ola bilər. Gənclər arasında əlilliklə bağlı olan halların bir qismi psixoloji travmalardan irəli gəlir. Əgər bir gənc erkən yaşlarda məişət zorakılığı, ailəvi qarşıdurmalar və ya digər travmatik hadisələrlə qarşılaşıbsa, bu onun həm psixoloji, həm də fiziki sağlamlığına ciddi şəkildə təsir edə bilər. Depressiya və sosial izolyasiya da gənclərdə əlilliyin yaranmasında vacib rol oynayır. Təkbəşinə qalma, sosial əlaqələrin zəifləməsi və psixoloji tənəzzül gənclərin ümumi sağlamlığını pisləşdirə bilər. Gənclərin sosial həyatları və ailə münasibətləri onların ruh halını və buna paralel olaraq fiziki sağlamlıqlarına təsir edir. Depressiya və tək qalmaq, həmçinin güclü ağrılar, yuxu pozğunluqları və hərəkətsizlik kimi fiziki problemlərə səbəb olur. World Health Organization (WHO) 2019-cu ildə yaydığı bir məqalədə bildirmişdir ki, gənclər arasında travma sonrası stress (PTSD) və psixoloji pozuntular nəticəsində əlillik riski artır. Əlilliyin inkişafında psixoloji amillərin rolunu vurğulayan araşdırmalara görə, travmatik hadisələr və davamlı stress fiziki xəstəliklərin yaranmasına səbəb olur [1].

Sosial təzyiqlər gənclərin psixoloji vəziyyətinə mənfi təsir göstərir. Gənclər, həm ailələrindən,

həm də cəmiyyətdən yüksək təhsil, karyera və mükəmməl həyat tərzini gözləntiləri ilə qarşılaşırlar. Bu təzyiqlər - ağır iş yükü gələcək planlarının həyata keçirilməsi kimi məsələlərə səbəb olur. Gənclərin bu tələblərə cavab verməkdə çətinlik çəkməsi, həm psixoloji, həm də fiziki sağlamlıq problemlərinə yol açır. Yüksək gözləntilər və uğursuzluq qorxusu, bəzən stressin və depressiyanın artmasına, nəticədə isə əlilliyə səbəb olan fiziki problemlərin yaranmasına gətirib çıxarır. American Psychological Association (APA) tərəfindən edilən 2020-ci il araşdırmasında gənclərdə psixoloji travmaların fiziki xəstəliklərlə əlaqəli olduğu göstərilib. Gənclər arasında stress və psixoloji travmaların artması, əzələ və sümüklərdə ağrılar, baş ağrıları və yuxu pozğunluqları kimi fiziki əlamətlərin yaranmasına səbəb olur [2].

Son illərdə sosial media gənclərin həyatlarına böyük təsir göstərir. Sosial medianın təklif etdiyi mükəmməl bədənər, həyat tərzini, standartlar və nailiyyətlər nümayiş etdirməsi gənclərdə özünə inamsızlıq, şəxsi çətinliklər, depressiv vəziyyətlərin yaranmasına səbəb olur. Öz bədənini qarşı mənfi münasibət yaradır. Gənclər sosial medianın gətirdiyi təzyiqlərlə başa çıxma bilmədikdə, bu onlarda müxtəlif fiziki xəstəliklərə səbəb ola bilər. Məsələn, eynilə digərlərində olduğu kimi güclü baş ağrıları, ağrı sindromları və yuxusuzluq kimi hallar baş verə bilər. Sosial izolyasiya və depressiya, bədənini fiziki sağlamlığını zəiflədir və əlillik riskini artırır. European Disability Forum (EDF) tərəfindən 2016 - cı ildə edilən araşdırma göstərir ki, psixoloji gərginlik və sosial təcrid əlillik riskini artırır. Gənclərin depressiv vəziyyətləri onların psixoloji travmalarını ağırlaşdırır və əlillik ehtimalını yüksəldir [3]. Journal of Youth studies tərəfindən 2020 - ci ildə aparılan bir tədqiqatda sosial medianın gənclər üzərindəki təzyiqlərinin onların psixoloji vəziyyətinə ciddi təsir göstərdiyi yazılmışdır. Sosial mühit, yüksək təhsil tələbləri, iş tapmaq üçün təzyiqlər və cəmiyyətdəki uğursuzluq qorxusundan yaranan stress bədənini müxtəlif hissələrində ağrılar və digər fiziki problemlərə yol açdığı araşdırılmışdır. Son zamanlarda gənc yaşlılar arasında artan infarkt hadisələrinə səbəbini buraya daxil edə bilərik. Oxford Universiteti tərəfindən edilən bir tədqiqatda sosial təzyiqlərin gənclərin psixoloji vəziyyətini pisləşdirdiyi və bunun nəticəsində fiziki xəstəliklərin meydana gəldiyi göstərilib [4].

Gənclər arasında əlilliyin yayılmasına təsir edən amillərdən biri də dediyimiz kimi iqtisadi çətinliklərdir. Fikrimizcə, gənclərin iş tapmaqda çətinlik çəkməsi, ailə və sosial təzyiqlər, onların psixoloji və fiziki sağlamlıqlarına mənfi təsir edir. Azərbaycanda gənclər arasında işsizlik və iqtisadi çətinliklərin gənclərin psixoloji vəziyyətinə və fiziki sağlamlıqlarına mənfi təsir etdiyi bildirilir [6].

Twenge et al. (2017) tərəfindən edilən tədqiqatlarda texnoloji asılılığın və internet istifadəsinin gənclərin sosial davranışlarını dəyişdirdiyini və bədənərini qorumaqda daha az aktiv olmalarını göstərmişdir. Bu araşdırma gənclərin sosial əlaqələrini zəiflətdiyini, psixoloji vəziyyətlərini pisləşdirdiyini və nəticədə bədən sağlamlığını zəiflətdiyini ortaya qoyur. Texnoloji asılılıq gənclərin fiziki fəaliyyətlərini azaldaraq onlara daha çox oturmaq həyat tərzini yaşamağına səbəb olur və bu da zamanla sağlamlıq problemlərinə yol açır [9].

Qeyd edək ki, son dövrlərdə dünyada gənclər arasında əlilliyin artmasının psixoloji səbəbləri geniş şəkildə tədqiq olunmağa başlanmışdır. Beynəlxalq araşdırmalar, gənclər arasında əlilliyin cavanlaşmasının sosial təzyiqlər, sosial media istifadəsi, texnoloji asılılıq və bədən imici ilə əlaqədar olan məsələlərlə sıx bağlı olduğunu göstərmişdir. Məsələn, Fardouly et al.(2015) tərəfindən aparılmış tədqiqatda sosial mediadakı ideal bədən təsvirlərinin gənclərdə bədən dismorfik pozuntularına səbəb olduğu və psixoloji gərginliyi artırdığı göstərilmişdir. Araşdırma göstərir ki, gənclər sosial mediada gördükləri ideal bədənərini özləri ilə müqayisə edərək, psixoloji cəhətdən zədələnilirlər. Bu təzyiq sosial və psixoloji sağlamlığa ciddi mənfi təsir göstərərək, nəticədə gənclərdə fiziki sağlamlıq problemlərinə, hətta əlillik risklərinə səbəb ola bilər [7,s.13,38-45].

Kessler (1997) tərəfindən edilən bir digər araşdırma sosial təzyiqlərin psixoloji sağlamlığa təsirini və nəticədə əlilliklə əlaqəli halların necə artdığını vurğulamışdır. Gənclər, cəmiyyətdən yüksək gözləntilərlə qarşılaşır və bu təzyiqlər onların psixoloji vəziyyətini pisləşdirərək, stress və depressiya kimi psixoloji problemlərə yol açır. Sosial təzyiqlərin fizioloji əlamətləri də artdığından, nəticədə gənclərin bədənərini də fiziki xəstəliklərə qarşı daha həssas olur. Məsələn, cəmiyyətdəki

yüksək gözləntilərin yaratdığı stress, bədənə immun sistemini zəiflədir və bu da əlillik riskini artırır [8,s.16(1),26-37].

Azərbaycanda gənclər arasında əlilliyin cavanlaşması məsələsi sosial və psixoloji amillər baxımından daha az müzakirə edilmiş olsa da, bu məsələni dərinlən araşdırmaq son dərəcə vacibdir. T.Aydın (2020) tərəfindən aparılan araşdırmalar Azərbaycandakı gənclər arasında əlilliyin artmasının sosial iqtisadi problemlərlə sıx əlaqəli olduğunu göstərmişdir. İşsizlik gənclərin psixoloji vəziyyətini mənfi təsir edir və bu vəziyyət bədənə fiziki vəziyyətinə də təsir göstərərək əlillik riskini artırır [10,s.12(3),45-58].

Azərbaycandakı gənclərin əlilliklə bağlı yaşadıqları digər bir problem də, fikrimizcə, cəmiyyətin onlara qarşı yüksək gözləntiləridir. E.Məmmədov (2019) tərəfindən edilən araşdırma, sosial təzyiqlərin, xüsusən də gənclərin cəmiyyətin ideal imicinə uyğun davranışlar gözləməsinin onların psixoloji sağlamlıqlarını zədələdiyini göstərmişdir. Bu təzyiqlər, gənclərin öz bədənəri ilə bağlı mənfi düşüncələrə sahib olmalarına və psixoloji problemlər yaşamaqlarına səbəb olur. Nəticədə, bu təzyiqlər bədənəri fiziki olaraq da zəiflədir və əlillik riski artırır [11,s. 9(2), 90-105].

Sosial mediada Azərbaycanda gənclər arasında əlilliyin artmasına səbəb olan amillərdən biridir. A.Əliyeva (2021) tərəfindən edilən bir araşdırma, sosial mediadakı ideal bədən təsvirlərinin gənclərin bədən quruluşuna təsir etdiyini və nəticədə psixoloji pozuntuların meydana gəldiyini göstərmişdir. Azərbaycanda sosial medianın istifadəsinin artması ilə gənclər üzərində yaranan təzyiqlər onların psixoloji sağlamlıqlarını zəiflədir və nəticədə bu psixoloji yük bədənərində fiziki əlamətlərə səbəb olur [12.s.7(1),120-135].

İş mühitindəki emosional və fiziki gərginlik nəticəsində mütəxəssis stressi adlanan bir vəziyyət yaranır. Mütəxəssis stressi, iş mühitindəki gərginlik, emosional yük və sosial təzyiqlərdən qaynaqlanır. Gənclər arasında əlilliyin artması ilə mütəxəssis stressi arasında dərin bir əlaqə mövcud olduğunu düşünülə bilər. Bu stress, gənclərin sağlamlığı ilə əlaqədar əlillik riskini artırır. Bu fenomenin həm global, həm də Azərbaycan kontekstində təsirləri mövcuddur. Gənc mütəxəssislərin stressə məruz qalma səbəbləri arasında sosial psixoloji amillər mühüm rol oynayır.

1. Sosial təzyiqlər: Gənc mütəxəssislər, mükəmməlik tələbləri və sosial media vasitəsilə formalaşan gözləntilər qarşısında özlərini təzyiq altında hiss edirlər [14]. Bu, emosional gərginliyi artırır və onların psixoloji sağlamlığını zəiflədir.

2. Mobbing: İş mühitindəki mobbing, yəni iş yoldaşları tərəfindən keçirilən psixoloji təzyiq, gənc mütəxəssislər üçün ciddi bir stress faktorudur. Mobbing, iş yerindəki münasibətləri zədələyir, gənclərin özlərinə inamını sarsıdır və psixoloji problemlərin inkişafına səbəb olur [15]. Bu cür davranışlar iş mühitindəki gərginliyi artırır və gənc mütəxəssislərin psixoloji sağlamlığını daha da risk altına alır.

3. Maliyyə problemləri: Gənc mütəxəssislərin işə qəbul olunması və maddi cəhətdən müstəqil olmaları üçün mübarizə aparmaları, onlara əlavə stress gətirir [15].

4. Sosial dəstək zəifliyi: Gənclər arasında dəstək şəbəkələrinin zəifliyi, stresslə mübarizəni çətinləşdirir. Bu, emosional izolyasiya yaradır və gənclərin psixoloji sağlamlığına mənfi təsir edir [13].

Avropada, gənclərin işsizlik nisbətində artması və psixoloji sağlamlıq problemləri arasında bir əlaqə mövcuddur. Bu gənclərin əlillik riskini artırır [14]. Gənc mütəxəssislərin mütəxəssis stressi və əlillik arasındakı əlaqə, psixoloji sağlamlıq problemlərinin artması ilə daha da mürəkkəbləşir. Azərbaycanda, gənclərin sağlamlığını qorumaq və reabilitasiya proseslərinin optimallaşdırmaq üçün sosial dəstəyi gücləndirmək vacibdir.

Xarici və Azərbaycandakı araşdırmalar arasında müsbət və mənfi təsirləri müqayisə edərkən, bəzi ümumi oxşarlıqların olduğunu görürük. Həm xarici, həm yerli, həm də şəxsi təcrübəmdə apardığım araşdırmalar göstərir ki, əlillik riski ilə üzləşən gənclər yüksək sosial təzyiqlər, cəmiyyətin gözləntiləri və sosial media təzyiqləri, iqtisadi çətinliklər ilə sıx əlaqədardır, bu çətinliklər isə həmçinin onların psixoloji sağlamlığına və sosial inteqrasiyasına mənfi təsir göstərə bilər. Xarici araşdırmalar, xüsusilə sosial medianın və texnoloji asılılığın əlillik riski ilə əlaqəsini vurğulasa da, fikrimizcə, Azərbaycanda iqtisadi çətinliklər, işsizlik və sosial təcrid daha güclü bir təsirə sahibdir.

Sosial psixologiyanın ən əhəmiyyətli nəzəriyyələrindən biri sosial kimlik nəzəriyyəsidir. Bu nəzəriyyəyə görə, insanların öz kimlik və

fərdiyyətlərini müəyyən etmə prosessində onlar ətrafdakı cəmiyyətin qəbul etmə meyarlarına əsaslanırlar. Gənclər arasında əlilliyin cavanlaşmasına səbəb olan sosial psixoloji amillərdən biri də bu qəbul edilmə ehtiyacıdır. Gənclər, özlərini cəmiyyətin müəyyənləşdirdiyi mükəmməl bədən standartları ilə müqayisə etməyə başlayırlar və bu sosial təzyiq nəticəsində özlərini yetərsiz hiss edərək psixoloji gərginlik və narahatlıq yaşayırlar. Bu onların öz sağlamlıq vəziyyətlərinə necə yanaşdıqlarını dəyişdirir və bu təzyiqlər bədənə fiziki vəziyyətinə təsir göstərərək, sağlamlıq problemlərinə səbəb olur. Bundan əlavə, sosial kimlik və qruplaşma arasındakı əlaqə, gənclərin öz kimliklərini müəyyən etmək üçün cəmiyyətdəki digər üzvlərlə müqayisə etdiklərində özlərini necə hiss etdiklərini göstərir. Əgər cəmiyyətdə qəbul edilən normalara uyğun olmayan bir vəziyyət yaransa, gənclər özlərini qeyri-kamil, yetərsiz hiss edərək depressiya, narahatlıq və bədənə aid pozuntularla qarşılaşa bilərlər. Bu vəziyyət də əlilliyin artmasına yol açır.

Cavan yaşda əlilliyə məruz qalan şəxslər üçün reabilitasiya prosesinin qəbul edilməsi və bu prosessdə iştirak etmək bəzi hallarda çox çətin ola bilər. Bu çətinliklər yalnız fiziki məhdudiyyətlərlə deyil, həm də dərin psixoloji və sosial amillərlə bağlıdır. Fikrimizcə, əlillik, xüsusilə gənc yaşlarda baş verdikdə, şəxsin kimliyi barədə və gələcək gözləntiləri ilə bağlı düşüncələri onun üçün ciddi problemlər yaradır. Cavan şəxslər bəzən dövlətin onlara təmin etdiyi sosial dəstək və müavinətlərin onları həyatlarında komfort zonasına sürüklədiyini hiss edirlər. Təbii ki, bu fikirlər müəyyən bir qismə aid edilir. Bu vəziyyət reabilitasiya prosesinə mənfi təsir göstərir. Çünki bəzi gənclər, əlilliyi qəbul edib bu yeni şəraitdə yaşamağa başladıqca, sağalma və bərpa məqsədi ilə reabilitasiya proqramlarına qatılmaqdan imtina edə bilərlər. Sağalma vəziyyətlərini yaxşılaşdırmaq və fiziki və ya psixoloji məhdudiyyətlərdən azad olmaq mövzusunda həvəs və motivasiya qıtlığı yaşayırlar. Reabilitasiya prosesi üçün ən əhəmiyyətli olan daxili motivasiya əskikliyinə yaranması, bu şəxslərin uzun müddət reabilitasiya və fiziki aktivlikdən kənar qalmasına səbəb olur. Gənc yaşda əlilliyə məruz qalan şəxslərin ən çox qarşılaşdığı çətinliklərdən biri reabilitasiya prosesinə qarşı müqavimət göstərmək və ümitsizlikdir. Cavanlar dəyişən həyat tərzini qəbul etməkdə çətinlik

çəkirlər və onlarla yanaşı ailə üzvləri də buna daxildir. Bu çətinliklər həm sosial, həm də psixoloji olaraq özünü göstərir. Belə şəxslər tez-tez öz gələcəkləri ilə əlaqəli neqativ düşüncələrə qapılır, bəzən də reabilitasiya üçün göstərilən səyləri mənasız hesab edirlər. Ümitsizliyin yaratdığı psixoloji blokajlar, gənclərin özlərinə inamını sarsıdır və onların bərpa olmaq istəməmələrinə səbəb ola bilər. Xüsusilə, xəstəlik və əlillik vəziyyətini daim göz önündə görən gənclər, həyatlarının əvvəlki müstəvisinə qayıtmağın mümkün olmadığına inanırlar. Bu onların reabilitasiya prosesində iştirak etmək istəyini əhəmiyyətli şəkildə azaldır. Əlavə olaraq qeyd edək ki, cavanlar reabilitasiya proqramlarının onlara müsbət təsir göstərməyəcəyini düşünərək, psixoloji vəziyyətlərini daha pisləşdirirlər.

Nəticə

Nəticə olaraq əlilliyin cavanlaşması və bu faktın reabilitasiya prosesinə təsiri mövzusu daha çox tədqiqat və müzakirə tələb edir. Cavan yaşda əlilliyə məruz qalmış şəxslərin reabilitasiya prosesinə uyğunlaşması, fikrimizcə, yalnız tibbi və fiziki qayğı ilə deyil, həm də sosial psixoloji dəstəyin gücləndirilməsi ilə təmin olunmalıdır. Çünki gənc yaşda əlillik qazanmış insanların çoxu bu vəziyyətə mənfi yanaşaraq reabilitasiya prosesini qəbul etmir və çox zaman bu müddətdən imtina edirlər. Onların özlərini cəmiyyətə uyğunlaşdırma bilməmələri və reabilitasiya prosesində qarşılaşdıqları psixoloji çətinliklər daha çox motivasiya çatışmazlığından irəli gəlir. Cavan yaşda əlilliyi olan şəxslərin sağlamlıqlarını bərpa etmək və özlərinə olan inamlarını yenidən qazanmaq üçün, fikrimizcə, sosial-psixoloji müdaxilələr və effektiv reabilitasiya metodları çox önəmlidir. Bu yanaşmalar yalnız gənclərin bərpasına deyil, həm də onların həyat keyfiyyətini artırmağa və cəmiyyətə müsbət təsir etməyə yönəlcəkdir.

ƏDƏBİYYAT SİYAHISI

1. World Health Organization (WHO). (2019). Mental health and disability. Retrieved from [\[https://www.who.int/mental_health\]](https://www.who.int/mental_health) (https://www.who.int/mental_health)
2. American Psychological Association (APA). (2020). The impact of psychological trauma on young adults. Retrieved from

<https://www.apa.org/news>

3. European Disability Forum (EDF). (2016). Psychosocial challenges and disability. Retrieved from <https://www.edf-feph.org>

4. Oxford University. (2018). The psychological impact of societal pressure on youth. Oxford: Oxford University Press.

5. Journal of Youth Studies. (2020). Social media and its influence on young people's mental health. Journal of Youth Studies, 23(5), 1-15.

6. Azərbaycan Tibb Universiteti. (2019). Economic stress and its impact on the mental health of youth in Azerbaijan. Bakı: Azərbaycan Tibb Universiteti.

7. Fardouly, J., et al. (2015). Social comparisons on social media: The impact of Facebook on young women's body image concerns and mood. Body Image, 13, 38-45.

8. Kessler, R.C. (1997). Social stress and depression. Journal of Social and Clinical Psychology, 16(1), 26-37.

9. Twenge, J. M., et al. (2017). Igen: Why today's super-connected kids are growing up less rebellious, more tolerant, less happy—and completely unprepared for adulthood. Atria Books.

10. Aydın, T. (2020). Azərbaycan gəncləri və sosial təzyiqlər. Psixoloji Araşdırmalar Dergisi, 12(3), 45-58.

11. Mammadov, E. (2019). Azərbaycanda gənclərin psixoloji sağlamlığı və sosial təzyiqlər. Sosial Psixologiya Jurnalı, 9(2), 90-105.

12. Əliyeva, A. (2021). Sosial media və gənclər arasında psixoloji təsirlər. Gənclik və Psixologiya Araşdırmaları, 7(1), 120-135.

13. Selye, H. (1956). The Stress of Life. New York: McGraw-Hill.

14. Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). Stress, Appraisal, and Coping. New York: Springer.

15. Cooper, C. L., & Marshall, J. (1976). "Understanding Executive Stress." The Academy of Management Review, 1(1), 18-24.

Narmin Amal gizi ASADZADA

Master's student at the Department of Political Science, Psychology and Social Work,
Western Caspian University

Email: nerminasadzada@gmail.com

REASONS FOR THE REJUVENATION OF DISABILITY AND IMPACT OF THIS FACT ON THE REHABILITATION PROCESS

Summary

We must understand that the rejuvenation of disability is not only due to physical and medical reasons, but also that social and psychological factors influence this process. From the point of view of social psychology, the role of social relations, society's requirements for young people, and also the role of stereotypes in society's perception is very important in the emergence of this phenomenon. When examining the factors that lead to the increase in disability among young people, it is important not only to consider physical factors, but also to pay attention to these social psychological factors.

The article will present various theories and approaches on social psychological causes of disability rejuvenation. In particular, how social identity theory, social media pressures, psychological stress, technological dependence and pressures from environmental factors affect the development of disability will be examined. Each of these approaches will contribute to a more detailed understanding of disability rejuvenation and its impact on the rehabilitation process. A special aspect to be considered in connection with the situation of this topic in Azerbaijan is the psychological tensions arising due to economic difficulties, social isolation, unemployment and educational stress. We will analyze how these factors increase the incidence of disability among young people in Azerbaijan and how these changes affect the rehabilitation process. It should be noted that the increase in disability is not only a physical phenomenon, but

also a psychological and social problem, and a deeper and wider investigation of this problem can help to find the most correct ways to solve it.

Key words: disability, rejuvenation of disability, rehabilitation, social psychological impact, motivation

Нармин Амаль кызы АСАДЗАДЕ
Магистрант кафедры Психологии и Социальной работы Западно-Каспийского университета
E-mail: nerminasadzada@gmail.com

ПРИЧИНЫ ОМОЛОЖЕНИЯ ИНВАЛИДНОСТИ И ВЛИЯНИЕ ЭТОГО ФАКТА НА ПРОЦЕСС РЕАБИЛИТАЦИИ

Резюме

Мы должны понимать, что омоложение инвалидности обусловлено не только физическими и медицинскими причинами, но и тем, что на этот процесс влияют социальные и психологические факторы. С точки зрения социальной психологии, в возникновении этого явления очень важна роль социальных отношений, требований общества к молодежи, а также роль стереотипов в восприятии общества. При рассмотрении факторов, приводящих к увеличению инвалидности среди молодежи, важно учитывать не только физические факторы, но и обращать внимание на эти социально-психологические факторы.

В статье будут представлены различные теории и подходы к социально-психологическим причинам омоложения инвалидности. В частности, будет рассмотрено, как теория социальной идентичности, давление социальных сетей, психологический стресс, технологическая зависимость и давление со стороны факторов окружающей среды влияют на развитие инвалидности. Каждый из этих подходов будет способствовать более детальному пониманию омоложения инвалидности и его влияния на процесс реабилитации. Особым аспектом, который следует учитывать в связи с ситуацией по этой теме в Азербайджане, является психологическая напряженность, возникающая из-за экономических трудностей, социальной изоляции, безработицы и образовательного стресса. Мы проанализируем, как эти факторы увеличивают заболеваемость инвалидностью среди молодежи в Азербайджане и как эти изменения влияют на процесс реабилитации. Следует отметить, что рост инвалидности является не только физическим явлением, но и психологической и социальной проблемой, и более глубокое и широкое исследование этой проблемы может помочь найти наиболее правильные пути ее решения.

Ключевые слова: инвалидность, омоложение инвалидности, реабилитация, социально-психологическое воздействие, мотивация

Daxil olub: 28.11.2024