

Balabəyim Şükür qızı TAĞIZADƏ
Qərbi Kaspi Universiteti, magistrant
E-mail: tagizadebalabeyim@gmail.com

MÜHARİBƏ İŞTİRAKÇILARININ KLİNİK PSIXOLOJİ XÜSUSİYYƏTLƏRİNİN TƏHLİLİ

Xülasə

Məqalə, müharibə iştirakçılarının psixoloji vəziyyətlərini və onların həyatlarına təsirini təhlil edir. Müharibə səbəbindən yaranan travmaların fərdlərin emosional və sosial həyatına olan təsiri, xüsusilə Post-travmatik Stress Pozuntusu (PTSP) kimi ciddi psixoloji problemlər ətrafı araşdırılır. Bu problemlərin fərdlərin gündəlik həyat keyfiyyətini necə aşağı saldığı və sosial münasibətləri pozduğu vurğulanır. Eyni zamanda, bu travmaların yalnız iştirakçılara deyil, onların ailələrinə və gələcək nəsillərə də təsir göstərdiyi qeyd olunur. Psixoterapiya, sosial dəstək və müalicə proqramlarının bu problemlərin həllində oynadığı mühüm rol təhlil edilir.

Açar sözlər:Müharibə, psixoloji travma, post-travmatik stress pozuntusu (PTSP), psixoterapiya, sosial dəstək

UOT: 159.9

DOI: <https://doi.org/10/54414/PDFS6980>

Giriş

Müharibə, insanlar üçün həm fiziki, həm də psixoloji baxımdan ciddi travmaların yarandığı bir hadisədir. Müharibə şəraitində iştirak edən insanlar, müxtəlif emosional və psixoloji problemlərlə qarşılaşır və bunun nəticəsində həyatlarının digər sahələrinə də mənfi təsir göstərir. Müharibə iştirakçılarının yaşadıkları psixoloji travmalar, onların sosial həyatlarını, münasibətlərini və gündəlik fəaliyyətlərini əhəmiyyətli dərəcədə poza bilər. Müharibə təcrübələri iştirakçıların şəxsiyyətində dərin izlər buraxaraq, onların emosional dayanıqlığını sarsıdır və həyat keyfiyyətini aşağı salır. Bu səbəbdən müharibə iştirakçılarının psixoloji vəziyyətlərinin nəzəri təhlili, bu şəxslərin daha yaxşı başa düşülməsinə və onlara dəstək verilə biləcək psixoloji müdaxilələrin hazırlanmasına böyük kömək edir.

Qeyd edək ki, müharibə yalnız bir nəsili deyil, müharibəyə məruz qalmış şəxslərin davam etdirdiyi bir neçə nəsili əhatə edir. Tədqiqatlar göstərir ki, müharibənin yaratdığı psixoloji travmalar yalnız iştirakçıların özlərini deyil, həm də onların ailə üzvlərini və hətta gələcək nəsilləri də təsirləndirə bilər. Müharibənin nəticələri fərdlərin psixoloji

vəziyyətindən başlayaraq cəmiyyətin sosial və mədəni strukturlarına qədər bir çox sahəyə yayılır.

Təxminən 6000 illik bəşər tarixində 15 mindən çox müharibə baş verib. Bu, hər il təxminən üç müharibə deməkdir. Hər 30 ildən bir nəsil yaşadığını düşünsək, indiyə qədər dünyada yaşamış 185 nəsildən cəmi 10 nəsil müharibəsiz həyat yaşayıb desək, heç də yanılmırıq. Demək olar ki, ömründə müharibəyə şahid olmayan insan yoxdur [4 səh 111-119].

Tədqiqat

Tarix boyu müharibənin vurduğu psixoloji zərərin müvəqqəti olduğu və zamanla öz-özünə sağalacağına dair mövcud olan inanc, xüsusilə İkinci Dünya Müharibəsi və Vyetnamdan sonra öz qüvvəsini itirmiş və müharibənin asanlıqla neytrallaşdırılmayan travmalar yaratdığı anlaşılmışdır. Bu travmaların həm fərdi, həm də kollektiv səviyyədə ciddi təsirləri olduğu sübut edilmişdir. Son 30 ilin müharibələri, İraq-İran müharibəsi, Əfqanıstan, ABŞ-ın İraqa müdaxiləsi və bunlara əlavə edilə biləcək bir çox müharibələrin ağır nəticələri tarixdəki yerini almışdır.

Müharibə iştirakçılarının psixoloji vəziyyəti ilə bağlı çoxsaylı elmi araşdırmalar mövcuddur. Bu

tədqiqatlar, müxtəlif psixoloji pozuntuların müharibə iştirakçıları arasında daha çox yayılmasını və bunun səbəblərini öyrənməyə çalışır. Post-travmatik stress pozuntusu (PTSP), depressiya, təşviş-həyəcan pozuntusu və sosial izolyasiya müharibə iştirakçılarının ən çox qarşılaşdığı psixoloji problemlərdən bəziləridir. Bu problemlərin anlaşılması və idarə edilməsi, həm fərdi, həm də cəmiyyət səviyyəsində geniş bir dəstək sistemi və müalicə proqramlarının inkişaf etdirilməsini tələb edir.

Post-travmatik Stress Pozuntusu (PTSP)

Xarici aləmdən gələn təhlükə ilə insanın bu təhlükənin öhdəsindən gəlmək qabiliyyəti arasındakı həyati balanssızlıq psixoloji travmaya səbəb olur. Travma geniş spektra malik olan anlayışdır. Anıdan baş verən hücum, təcavüz və qısa müddət davam edən zəlzələ, sel kimi təbii hadisələr I Tip travmaları yaradır. II Tip travmalar əsasən uzun müddət valideynləri və ya baxımverənləri tərəfindən xroniki baxımsızlıq və sui-istifadəyə məruz qalan şəxslərdə yaranır. Adətən II Tip travmalardan əziyyət çəkənlər uşaqlardan ibarətdir və dissosiativ pozuntu, yemə pozuntusu, konversiyə pozuntu, mürəkkəb posttravmatik stress pozuntu, sərhəd şəxsiyyət pozuntusu ilə müşayiət olunur. III Tip travmalar və ya başqa adla kütləvi travmalar terror və müharibə kimi bir çox insanı əhatə edən hadisələr zamanı yaranır. III tip travmalar nəticəsində posttravmatik stress və kəskin stress pozuntusu, heç bir psixiatrik diaqnoza uyğun gəlməyən atipik dəyişikliklər baş verə bilər [1].

PTSP-nin yaranma səbəbləri arasında ən mühüm amillərdən biri, travmatik təcrübələr və bu təcrübələrin işlənməsi ilə bağlı çatışmazlıqlardır. Müharibə iştirakçıları, döyüşlərdə gördükləri zorakılıq, ölənlər və düşmənlər, yaşadıkları qorxu və narahatlıq səbəbindən travmatik xatirələrlə üzləşirlər. Bu xatirələr, zaman-zaman şüuraltı olaraq təkrarlanır və iştirakçıları psixoloji olaraq sarsıdır. PTSP-nin əlamətləri arasında tez-tez baş verən kabuslar, xatirələrin göz önündə yenidən canlanması, emosional donuqluq və qəzəblənmə halları üstünlük təşkil edir.

Araşdırmalar göstərir ki, PTSP, fərdlərin həyat keyfiyyətini əhəmiyyətli dərəcədə aşağı sala bilər. Travmatik təcrübələr təkcə emosional pozuntulara səbəb olmur, həm də fiziki sağlamlığa təsir edir. Uzunmüddətli PTSP, yüksək qan təzyiqi, ürək-damar problemləri və immun sisteminin zəifləməsi kimi fizioloji problemlərə də yol açar. Bundan

başqa, sosial münasibətlərdə çətinliklər, ailə üzvləri ilə əlaqələrin pozulması və iş fəaliyyətinin azalması kimi əlavə təsirlər də müşahidə olunur. PTSP ilə bağlı tədqiqatlar, bu pozuntunun yaranmasının yalnız travmanın şiddəti ilə deyil, həm də fərdin travmadan əvvəlki psixoloji vəziyyəti və sosial dəstək şəbəkəsi ilə əlaqəli olduğunu vurğulayır.

Müalicə baxımından PTSP-nin idarə edilməsi üçün müxtəlif yanaşmalar mövcuddur. Psixoterapiya metodları, o cümlədən koqnitiv-davranış terapiyası və ekspozisiya terapiyası, PTSP-nin müalicəsində effektiv hesab edilir. Həmçinin, farmakoloji müdaxilələr, xüsusilə antidepressanlar və anksiyolitiklər, simptomların idarə edilməsində geniş istifadə olunur. Sosial dəstək və qrup terapiyası, müharibə iştirakçılarının travmatik xatirələri ilə başa çıxmalarında əhəmiyyətli rol oynayır. Bu müdaxilələr, yalnız fərdi deyil, həm də kollektiv səviyyədə müsbət təsirlər göstərə bilər. PTSP-nin müalicəsi və idarə olunması, iştirakçıların cəmiyyətə yenidən inteqrasiya olunmasına və həyat keyfiyyətinin bərpa edilməsinə kömək edir [3 səh, 110-150].

Depressiya və təşviş-həyəcan pozuntusu.

Depressiya və təşviş-həyəcan pozuntusu müharibə iştirakçıları arasında çox yayılmış psixoloji pozuntulardır. Uzun müddət davam edən stress, travmalar və sosial dəstəyin çatışmazlığı, bu pozuntuların yaranmasına səbəb olur. Müharibə iştirakçıları, ümumiyyətlə, yüksək narahatlıq, ümitsizlik, sosial əlaqələrdən qaçma kimi simptomlarla qarşılaşa bilərlər. Təşviş həyəcan pozuntusu, müharibə iştirakçılarının gələcəyə dair qorxuları ilə əlaqəli olub, sosial əlaqələrdən qaçma və tək qalmaq istəyini artırır [6 səh 290-302].

Depressiya isə, ümumiyyətlə, həyat keyfiyyətinin pisləşməsi ilə əlaqədar olur. Müharibə iştirakçıları arasında depressiya, həm fiziki, həm də psixoloji olaraq uzun müddətli mənfi təsirlərə yol açır. Müharibə şəraitində uzun müddət yaşamaq, emosional sıxıntılar və həll olunmayan problemlər, depressiyanın əsas səbəblərindən biridir. Tək qalma, təcrid olma və insanlardan uzaqlaşma da depressiyanı gücləndirən faktorlardır.

Grossman, müharibə şəraitində insanın yaşadığı psixoloji vəziyyəti və döyüşdə qarşılaşdığı travmatik təcrübələrin fiziki reaksiyalarla necə əlaqəli olduğunu müfəssəl şəkildə izah edir. Ki-



taba görə, müharibə və döyüş şəraiti insan psixikasında və orqanizmində ciddi dəyişikliklərə səbəb olur. Döyüş stressi, insanlar üçün o qədər dərin və təsirli bir təcrübədir ki, bu, bir çox hallarda insanın həyatında uzun müddət davam edən izlər buraxır [2 seh, 303-406].

Kitabda əsas diqqət döyüşün insanın "qanunla" yox, instinktiv şəkildə davranışlarını necə dəyişdirməsinə yönəlib. Grossman, insanların müharibə və döyüş şəraitində fərqli psixoloji reaksiyalar verə biləcəyini bildirir və bu reaksiyaların insanların psixoloji sağlamlıqlarını necə təhdid etdiyini göstərir. O, xüsusilə döyüşdə ölümə üzləşən insanların yaşadığı qorxu, qəzəb, hətta şok vəziyyətində olan halları tədqiq edir.

Grossman'a görə, müharibə şəraitində "ölümə yaxın təcrübələr" müharibə iştirakçıları arasında əhəmiyyətli psixoloji reaksiyalara səbəb olur və bunlar, döyüşdən sonra da uzun müddət davam edə bilər. Onun qeyd etdiyi kimi, döyüşə daxil olan bir insanın beynində baş verən fizioloji dəyişikliklər, onun həm psixoloji, həm də emosional vəziyyətini dəyişir. Bu, "survival mode" (sağ qalma rejimi) adlandırılır və insanlar bu mərhələyə girdikdə, onların ağıl və bədən funksiyaları tamamilə həyatı təhlükəyə qarşı reaksiya verməyə yönəlir [2 seh, 303-406].

Dissosiasiya və Yaddaş Pozuntuları.

Müharibə iştirakçıları arasında bir digər yaygın psixoloji pozuntu isə dissosiasiya və yaddaş pozuntularıdır. Müharibə şəraitində yaşanan travmatik təcrübələr, iştirakçıların şəxsiyyətinin ayrılmasına və yaddaşın pozulmasına səbəb ola bilər. Dissosiasiya, insanın özünü və ya ətraf mühiti yad bir şəkildə hiss etməsinə səbəb olan bir vəziyyətdir. Müharibə iştirakçıları bu vəziyyəti həyatlarında travmatik hadisələrdən qaçmağa çalışarkən təcrübə edə bilirlər [1 seh, 195–216].

Dissosiasiya və yaddaş pozuntuları müharibə iştirakçılarının gündəlik həyatlarını əhəmiyyətli dərəcədə çətinləşdirir. Onlar, travmatik hadisələri yaddan çıxarmağa çalışarkən, özlərinin kim olduqlarını və hansı şəraitdə olduqlarını unutmağa başlayırlar.

Döyüşdən sonra psixoloji reabilitasiya və sosial dəstəyin rolu.

Grossman döyüşdən sonra psixoloji reabilitasiya və sosial dəstəyin əhəmiyyətini də vurğulayır. Kitaba görə, döyüş iştirakçıları üçün ən vacib

bərpa vasitələrindən biri, onları dinləyən və başa düşən bir dəstək şəbəkəsinin mövcudluğudur. Müharibə iştirakçıları üçün bu dəstək, həm emosional, həm də sosial olaraq çox önəmlidir. Onlar yalnız döyüşdən sonra yaşadıkları travmaları bərpa etmək üçün deyil, həmçinin bir daha müharibə travmalarına yenidən düşməmək üçün belə dəstəyə ehtiyac duyurlar [2 seh, 303-406].

Grossman, döyüşdən sonra "sosial dəstək" və "qrup terapiyası" kimi reabilitasiya metodlarının müharibə iştirakçılarının bərpasında əhəmiyyətli rol oynadığını bildirir. Sosial dəstək, müharibə iştirakçılarının bir-birilərinə verdikləri dəstək və qrup içindəki birliyə əsaslanır. Grossman'a görə, döyüş iştirakçıları, döyüşdə yaşadıkları travmalara daha yaxşı tab gətirə bilirlər, əgər onları başa düşən və eyni təcrübələri paylaşan insanlarla əhatə etsələr

Sosial dəstək, psixoloji pozuntuların simptomlarını yüngülləşdirməkdə və iştirakçıların reabilitasiya prosesində müsbət rol oynamaqdadır. Sosial dəstək şəbəkələrinə daxil olan şəxslər, özlərini daha az təcrid olunmuş hiss edirlər və bu da onların psixoloji vəziyyətini yaxşılaşdırır. Qrup terapiyası, ailevi dəstək proqramları və psixoloji məsləhət xidmətləri müharibə iştirakçılarının psixoloji bərpası üçün vacib vasitələrdən hesab olunur.

Nəticələr, müharibə təcrübələrinin uzunmüddətli psixi narahatlıqlara səbəb ola biləcəyini göstərən digər tədqiqatlarla uyğunluq təşkil edir. Keçmiş Yuqoslaviyada müharibədən təsirlənmiş icma əhalisi üzərində aparılan əvvəlki tədqiqatlar da yüksək psixi narahatlıq səviyyələrini aşkara çıxarmışdır.

Travmatik müharibə təcrübələrinin müxtəlif növləri daha çox psixoloji simptomlarla əlaqələndirilmişdir. Ağır yaralanma, tibbi yardıma çıxış olmadan xəstəlik, qida və su çatışmazlığı, həyatı təhlükə, işgəncə, döyüşlər, sığınacaq çatışmazlığı, fiziki və ya cinsi hücum və sevdiklərini itirmək psixi narahatlıq üçün güclü risk faktorları kimi müəyyən edilmişdir.

Bəzi spesifik müharibə təcrübələrinin risk faktorunu kimi müəyyənləşdirilməsinə baxmayaraq, bu risklər tez-tez uzun müddətli və kompleks travmaların yığılmasının nəticəsi ola bilər. Bu araşdırma göstərir ki, travma sonrası reaksiya spektri

diaqnostik kateqoriyalardan daha genişdir və müharibənin təsirləri müxtəlif sosial və fərdi amillərlə daha da dərinləşə bilər

Nəticə

Müharibə iştirakçılarının psixoloji vəziyyətinin araşdırılması, onların qarşılaşdıqları ciddi travmaların anlaşılması üçün vacibdir. Müharibə iştirakçılarında yaygın olan psixoloji pozuntular, PTSP, depressiya, anksiyete və dissosiasiya ciddi şəkildə onların həyatını təsir edir. Bununla yanaşı, müharibə iştirakçılarında düzgün sosial dəstək və psixoloji xidmətlər təqdim edilməlidir. Müharibə iştirakçılarının bərpası üçün psixoterapiya, qrup terapiyası və sosial dəstək proqramları ön planda olmalıdır.

Müharibə iştirakçılarının psixoloji vəziyyətlərinin dərin təhlili göstərir ki, döyüşlər yalnız fiziki deyil, həm də ciddi emosional və psixoloji zərərlərə səbəb olur. Müharibə zamanı və sonrasında müşahidə olunan post-travmatik stress pozuntusu (PTSP), depressiya, təşviş-həyəcan pozuntusu, dissosiasiya və yaddaş problemləri iştirakçıların gündəlik həyat keyfiyyətini əhəmiyyətli dərəcədə azaldır. Bu pozuntular, yalnız fərdin öz həyatını deyil, eyni zamanda ailə və cəmiyyətlə olan əlaqələrini də mənfi təsir altına alır.

Bütün bu travmatik təcrübələrin nəticələrinə qarşı mübarizədə psixoloji dəstək və reabilitasiya proqramlarının əhəmiyyəti danılmazdır. Xüsusilə müharibə iştirakçılarına yönəlmiş xüsusi terapeutik müdaxilələr, sosial dəstək şəbəkələrinin gücləndirilməsi və qrup terapiyalarının təşviqi onların bərpa prosesini sürətləndirə bilər. Reabilitasiya zamanı psixoloq və sosial işçilərin yaxın əməkdaşlığı, fərdi və qrup terapiyalarının mütəmadi şəkildə həyata keçirilməsi müharibə iştirakçılarının daha effektiv dəstək almasını təmin edə bilər.

Sosial dəstək şəbəkələrinin yaradılması və gücləndirilməsi yalnız iştirakçıların psixoloji travmalarını aradan qaldırmaq üçün deyil, həm də müharibə travmalarının gələcək nəsillərə ötürülməsinin qarşısını almaq üçün mühüm rol oynayır. Bu dəstək, iştirakçıların özlərini cəmiyyətin ayrılmaz bir hissəsi kimi hiss etmələrinə və təcrid olunmaq qorxusundan azad olmalarına şərait yaradır.

Bundan əlavə, müharibə iştirakçılarının psixoloji problemləri ilə bağlı cəmiyyətdə maa-

rifləndirmə tədbirlərinin həyata keçirilməsi, psixoloji müdaxilələrin effektivliyini artırmaq üçün əhəmiyyətlidir. Bu, insanların müharibə iştirakçılarına daha yaxşı yanaşmalarına və onların ehtiyaclarını daha dəqiq anlamaqlarına kömək edə bilər. Dövlət və qeyri-dövlət təşkilatlarının bu mövzuda əməkdaşlığı, müharibə iştirakçılarının cəmiyyətə daha yaxşı inteqrasiyasını təmin edə bilər.

Nəticə olaraq, müharibə iştirakçılarının psixoloji sağlamlığının bərpası və onların normal həyata qayıdışı üçün bütün səylərin birləşdirilməsi lazımdır. Tədqiqatlar göstərir ki, yalnız psixoloji yardım deyil, həmçinin müharibədən sonrakı həyat şərtlərinin yaxşılaşdırılması, sosial və iqtisadi dəstəyin artırılması müharibə iştirakçılarının həyat keyfiyyətini bərpa etməkdə əsas rol oynayır. Bu istiqamətdə multidisiplinar yanaşma, elmi əsaslı strategiyalar və cəmiyyətin dəstəyi müharibə iştirakçılarının həyatı üçün yeni bir başlanğıc təmin edə bilər.

ƏDƏBİYYAT SİYAHISI

1. Bryant, R. A. (2015). *Post-Traumatic Stress Disorder: A Cognitive-Behavioral Approach*. Cambridge University Press, 161(2), 195–216..
2. Grossman, D. (2004). *On Combat: The Psychology and Physiology of Deadly Conflict in War and in Peace*. Warrior Science Publications, 50(6), 303–406.
3. Herman, J. L. (1997). *Trauma and Recovery: The Aftermath of Violence—From Domestic Abuse to Political Terror*. BasicBooks 71(4), 110–150.
4. Smith, J. (2020). *Post-Traumatic Stress Disorder in War Veterans: A Psychological Analysis*. *Journal of Military Psychology*, 45(3), 112–125.
5. Taylor, S. E., et al. (2011). *Social Support and Health: A Review of Mechanisms and Pathways*. *Psychology and Health*, 26(2), 209–224.
6. Williams, H., & Brown, S. (2018). *Social Support and Psychological Health of War Veterans*. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 40(4), 290–302

Balabayim Shukur gizi TAGHIZADE
Master's student at Western Caspian University
E-mail: tagizadebalabeyim@gmail.com

ANALYSIS OF THE CLINICAL PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF WAR PARTICIPANTS

Summary

The article examines the psychological conditions of war participants and their effects on different aspects of life. It focuses on Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) and other psychological disturbances that significantly lower life quality and disrupt social relationships. The study highlights that war-induced trauma affects not only the participants but also their families and future generations. It emphasizes the importance of therapeutic approaches, including psychotherapy and social support, in addressing these issues and facilitating recovery.

Keywords: War, psychological trauma, post-traumatic stress disorder (PTSD), psychotherapy, social support.

Балабеим Шукюр кызы ТАГИЗАДЕ
Магистрант Западно-Каспийского Университета
E-mail: tagizadebalabeyim@gmail.com

АНАЛИЗ КЛИНИКО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ УЧАСТНИКОВ ВОЙНЫ

Резюме

В статье исследуются психологические состояния участников войны и их влияние на различные аспекты жизни. Особое внимание уделяется посттравматическому стрессовому расстройству (ПТСР) и другим психологическим нарушениям, которые существенно ухудшают качество жизни и социальные связи участников войны. Отмечается, что травмы, вызванные войной, оказывают воздействие не только на самих участников, но и на их семьи и последующие поколения. Анализируются методы лечения, включая психотерапию и социальную поддержку, а также их значимость в процессе восстановления.

Ключевые слова: Война, психологическая травма, посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР), психотерапия, социальная поддержка.

Daxil olub: 10.11.2024