

Psixol.ü.f.d.dos. Müşviq Hüseyn MUSTAFAYEV

Qərbi Kaspi Universitetinin
Psixologiya və Sosial iş kafedrasının müəllimi
E-mail: musfiqmustafayev306@gmail.com

Kamela İlham qızı QULİYEVA

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

PSİXOLOJİ ZORAKILIĞA MƏRUZ QALAN QADINLARIN SOSIAL-PSİXOLOJİ XÜSUSİYYƏTLƏRİ

Xülasə

Psixoloji zorakılıq insanın psixi sağlamlığına ciddi təsir göstərən bir zorakılıq növü olub, dəyərsizlik, çarəsizlik, tükənmişlik və depressiya kimi psixoloji problemlərə səbəb olur. Xüsusilə, qadınlara qarşı psixoloji zorakılıq ailə daxilində və sosial münasibətlərdə geniş yayılmışdır. Bu zorakılıq forması qadının fikirlərinin və emosiyalarının manipulyasiyası, sosial təcrid, təhqir və alçaldıcı davranışlarla müşayiət edilir.

Tədqiqatlar göstərir ki, psixoloji zorakılığın başlıca risk faktorları arasında cinsiyyət, sosial-iqtisadi vəziyyət, ailə mühiti, genetik meyillilik və uşaqlıq dövründə zorakılığa məruz qalma təcrübəsi yer alır. Hamilə qadınlar və spirtli içki qəbul edən həyat yoldaşı olan qadınlar bu zorakılıq növünə daha çox məruz qalma riski daşıyırlar. Ailədaxili psixoloji zorakılıq qadını nəzarətdə saxlamaq, onun sosial əlaqələrini məhdudlaşdırmaq, emosional manipulyasiya tətbiq etmək və özünə inamını sarsıtmaq kimi müxtəlif formalarda təzahür edir.

Psixoloji zorakılığa məruz qalan şəxslər zamanla travmatik hadisələrlə yaşamağa alışaraq duyğularını uyuşdura bilər və psixosomatik simptomlar (xroniki ağrılar, yorğunluq və s.) göstərə bilərlər. Bu zorakılıq növü qadınların öz münasibətlərində dəyərsiz və güvənsiz hiss etməsinə, nəticədə isə psixi və fiziki sağlamlıqlarında problemlərin yaranmasına səbəb olur. Təhlükəsizlik və ləyaqət hissinin pozulması insanın ümumi rifahına mənfi təsir göstərərək, onların sosial və emosional həyatını ciddi şəkildə zədələyir.

Açar sözlər: Zorakılıq, psixoloji zorakılıq, ailə, depressiya, münasibətlər

UOT: 159.9

DOI: <https://doi.org/10.54414/WIQG2567>

Giriş

Müasir dövrdə zorakılıq, xüsusilə psixoloji zorakılıq, fərdlərin psixi sağlamlığı və sosial rifahına ciddi təsir göstərən global problemlərdən biri kimi diqqət mərkəzindədir. Psixoloji zorakılıq fərdin mənəvi və emosional vəziyyətini pozan, onun özünü dəyərsiz, çarəsiz və nəzarət altında hiss etməsinə səbəb olan davranış və münasibət formalarını əhatə edir. Bu zorakılıq forması digər zorakılıq növləri qədər fiziki iz buraxmasa da, fərdin

uzunmüddətli psixi sağlamlığına və həyat keyfiyyətinə mənfi təsir göstərir.

Xüsusilə, qadınlara qarşı psixoloji zorakılıq ailə daxilində, sosial münasibətlərdə və iş yerlərində geniş yayılmışdır. Ailədaxili mühitdə qadının müstəqilliyinin məhdudlaşdırılması, emosional manipulyasiya, təhqir və sosial təcrid kimi təzahürlər bu zorakılıq formasının əsas göstəriciləridir. İş yerində isə psixoloji zorakılıq “mobbing” anlayışı ilə xarakterizə olunaraq, fərdin peşəkar fəaliyyətinə və psixoloji durumuna mənfi təsir göstərir. Araşdırmalar

göstərir ki, psixoloji zorakılığa məruz qalan şəxslər zamanla travmatik hadisələri normallaşıdır, duyğusal uyuma vəziyyətinə düşə və psixosomatik pozuntularla qarşılaşa bilərlər.

Bu məqalə psixoloji zorakılığın mahiyyətini, risk faktorlarını və fərdin psixi sağlamlığına təsirlərini araşdıraraq, bu problemin fərdi və sosial səviyyədə yaratdığı nəticələri elmi kontekstdə təhlil etməyi hədəfləyir. Məqalədə psixoloji zorakılığın əsas göstəriciləri və onun yaratdığı psixoloji travmalar təhlil edilərək, mövcud tədqiqatlara əsaslanan nəzəri çərçivə təqdim olunacaq.

Əsas hissə

Qadınlara qarşı yönəlmiş olan zorakılığın istənilən növü hüquqi, psixoloji, sosial və digər sahələrdə hələ də aktual hesab olunur. Xüsusilə də gender əsaslı zorakılıq demək olar ki, dünyanın hər bir yerində qadınların cəmiyyətdə tutduğu statusdan, sosial təbəqədən və maddi vəziyyətdən asılı olmayaraq bütün sosial qruplarda müşahidə edilir. Zorakılıq bir sıra psixoloji problemlərə, fiziki xəsarətlərə hətta ölüm və sağlamlıq imkanları səbəb ola bilər.

Qadına yönəlmiş zorakılıq, başqa adla gender əsaslı zorakılıq əsasən və ya müstəsna hal olaraq qızlara və qadınlara qarşı yönəlik hərəkətlərdir. Zorakılıq yaşayış yerindən, ərazisindən, irqindən, sosial-iqtisadi statusundan və cinsindən asılı olmayaraq baş verə bilər. Baxmayaraq ki, gender əsaslı zorakılıq dedikdə, kişilər də nəzərdə tutulur, lakin praktikada kişilərin çox az sayda zorakılığa məruz qalması halları müşahidə edilir. Zorakılığın tətbiqi, insan hüquq və azadlıqlarını məhdudlaşdırmaqla, fiziki, psixoloji və sosial nəticələrə gətirib çıxara bilər [3, s.138].

Qadınlara qarşı zorakılıq qadınların həyatına təhlükə yaradan mühüm ictimai sağlamlıq problemi olmaqla bərabər qadınların ciddi psixoloji zərərə məruz qalmasına səbəb olur. Zorakılığa məruz qalma psixoloji rifahə mənfi təsir göstərir. Müxtəlif ədəbiyyatlarda zorakılığa qalma ilə görülməli psixoloji narahatlıqlar səviyyəsi arasında güclü əlaqənin olduğunu göstərən çoxlu araşdırmalar var.

Zorakılıq qurbanı olan qadınlarda yüksək emosional stress, dəyərsizlik hissləri və özünə zərər vermə düşüncələri müşahidə edilir. Başqa

cür desək, zorakılığa məruz qalma qadınların özünə inam, ləyaqət kimi özlərinə dair olan inanclarına xələl gətirir, həyatlarını mənfi təsirlə yaşamağa məcbur buraxır [6].

Zorakılığın psixoloji növü psixoloji sarsıntılar, dəyərsizlik, çarəsizlik, tükənmişlik, depressiya və digər psixoloji narahatlıqları özündə gətirir. Xüsusən də qadınlara qarşı psixoloji zorakılıq müxtəlif sferalarda ən əsası isə ailədə rast gəlinir. İlk növbədə qadınlara yönəlik psixoloji zorakılıq dedikdə nə nəzərdə tutulduğunu aydınlaşdırmaq.

Psixoloji zorakılıq bir çox sahədə üzləşilən problemlərdəndir. Psixoloji zorakılıq hazırkı dövrdə çox yaygın şəkildə görülür, xüsusən də psixoloji zorakılıq tez-tez müşahidə edilən partnyor münasibətləri və iş yerləridir. Bu mühitlərdən başqa, qarşılıqlı əlaqənin olduğu yerdə psixoloji zorakılığın baş verə biləcəyi bir mühit yarana bilər. İş yerlərində “mobbing” kimi bilinən anlayış psixoloji zorakılığı müəyyən etməyə kömək edir [5].

İş yerində psixoloji zorakılıq, hüquqi, psixoloji və sosial sahələrdə hələ də aktual hesab olunan global problemlərdən biridir. Xüsusilə də gender əsaslı psixoloji zorakılıq qadınların iş mühitində üzləşdiyi ən ciddi problemlərdən biri kimi qiymətləndirilir. Bu zorakılıq cinsindən, sosial statusundan və maddi vəziyyətindən asılı olmayaraq hər bir fərdin qarşılaşa biləcəyi bir fenomendir.

Psixoloji zorakılığa məruz qalan işçilər uzunmüddətli stress, depressiya və anksiyete kimi psixi sağlamlıq problemləri ilə qarşılaşırlar. Davamlı emosional təzyiq onların iş performansına mənfi təsir göstərir, motivasiya itkisinə və hətta əmək bazarından uzaqlaşmalarına səbəb ola bilər. Bundan əlavə, psixoloji zorakılıq iş yerində sosial münasibətlərin pozulmasına, işçilər arasında etimadsızlığın artmasına və ümumi əmək məhsuldarlığının azalmasına gətirib çıxarır.

Müxtəlif araşdırmalar göstərir ki, psixoloji zorakılığa məruz qalan şəxslər arasında fiziki sağlamlıq problemləri də daha çox rast gəlinir. Davamlı stress və emosional yüklənmə yüksək qan təzyiqi, həzm sistemi pozuntuları və digər psixosomatik xəstəliklərin inkişafına səbəb ola bilər. Nəticədə, işçilərin sağlamlıq imkanları

məhdudlaşır, onların həm şəxsi, həm də peşəkar həyatında ciddi fəsadlar yaranır.

Bir çox ədəbiyyatlarda psixoloji zorakılığın risk faktorları əksər mənbələrdə araşdırıldığında qadın olmağın əsas risk mənbəyi kimi qarşıya çıxdığı müşahidə edilir. Həmin qadınlarda psixoloji zorakılığa məruz qalma riski daha da artmış olur. Sosial-iqtisadi vəziyyət, maddə asılılığı fonunda yaranan pozuntular, sosial mühit, ailə, genetik faktorlar, temperament və şəxsiyyət xüsusiyyətləri, uşaqlıq dövründə zorakılığa məruz qalma psixoloji zorakılıq üçün risk faktorlarından hesab edilir. cbbt.

Psixoloji zorakılığın başqa risk faktorları da mövcuddur. Uşaqlıqda aldadılan və zorakılığa məruz qalan qadınlarda psixoloji zorakılığa məruz qalma riski daha çoxdur. Həyat yoldaşının razılığı olmadan cinsi əlaqəyə girən qadınların psixoloji zorakılığa daha çox məruz qaldığı müşahidə edilib. Aparılmış tədqiqatlar onu göstərir ki, qadınların həyat yoldaşları ilə mübahisədə fikir ayrılığı olduqda susmalı və mübahisə etməməli olduğunu düşünən qadınların, fikirlərini daha sərbəst ifadə etməli olduqlarını düşünən qadınlara nisbətən psixoloji zorakılığa məruz qalma riski daha yüksəkdir. Əri spirtli içki qəbul edən qadınların psixoloji zorakılığa məruz qalma riski ilə bərabər digər zorakılıq formalarına da məruz qalma riski bir o qədər çoxdur. Ailədaxili psixoloji zorakılıq dedikdə nə nəzərdə tutulduğunu aydınlaşdırmaq [5].

Ailədaxili psixoloji zorakılıq- davamlı olaraq qadını nəzarətdə saxlamaq, yaxınları və qohumları ilə görüşməsinə icazə verməmək, evdə və ya otaqda bağlı saxlamaq, necə geyinəcəyinə, kimlərlə görüşüb, haralara gedəcəyinə qadının yerinə qərar vermək, qadını uşaqlarına zərər vermək və ya öldürməklə hədə-qorxu etmək psixoloji zorakılıqdır. Qadınla olan ünsiyyəti birbaşa kəsmək, heç bir formada onunla ünsiyyət qurmamaq, qadının özünü ifadə etməsinə eyni zamanda fikir və düşüncələrini dilə gətirməsinə mane olmaq, emosional olaraq manipulyasiya etmək, şəxsin özünə hörmətini və inamını itirməsinə səbəb olmaq, mətnaltı danışaraq yanlış mənalara çıxarmasına şərait yaratmaq, özündən şübhə duyma, digər insanların yanında utanmasına səbəb olma, psixoloji olaraq olaraq sağlam olmadığını

söyləmək, işəyaramaz və ya çirkin olduğunu vurğulamaq, sevdiyi və dəyər verdiyi əşyalara zərər vermək, daim tənqid etmək də psixoloji zorakılıq hesab olunur [1, s.33-34].

Zorakılıq hadisəsi travmatik bir təcrübə hesab edilir. Dəfələrlə travmatik hadisə üzləşən insanlar zamanla bu problemlərlə yaşamağa öyrəşə bilirlər. Yaşadığı hadisələri normal qəbul edə və hiss etdikləri duyğuların fərqiində olmayacaq qədər uyşdurucu prosesə girə bilirlər. Şiddətə məruz qalmış qadınların zorakılıq davam etdikcə bu vəziyyəti yaşamaq üçün öz duyğularından uzaqlaşdıqları görüldə bilər. Lakin yaşadığımız stress bədəndə xroniki oyanma yaratdığından, bu qadınlar tez-tez psixoloji mənşəli fiziki təsirlər olan psixosomatik simptomlarla qarşılaşa bilirlər. Bu tip simptomlara bədənində müəyyən bölgəsində, məsələn, baş, bel, qarın, arxa və s. Bu tipdə baş verən dəyişiklik ağrı və ya ümumi yorğunluq halında baş verə bilər [6].

Zorakılığa məruz qalan qadınlar özünü münasibətlərində dəyərsiz hiss edirlər. Digər tərəfdən, bu münasibətdə ən yaxın olduqları şəxs tərəfindən dəyərsizləşdirmək onların təhlükəsizlik hissini zədələyir. Ona görə də qadın zorakılığa məruz qaldıqda özünü həm güvənsiz, həm də dəyərsiz hiss etməyə başlayır. Təhlükəsizlik və ləyaqət insan varlığının əsas ehtiyaclarından biri hesab edildiyi üçün bunları hiss etməyən insanda müxtəlif çətinliklər yaranmağa başlayır [6].

Zorakılığa məruz qalmış xüsusən də, psixoloji zorakılıq yaşayan qadınlarda depressiv əlamətlər özünü göstərir, həmçinin həyatda həzz almaqda çətinliklər, yuxu problemləri, gündəlik həyatda özləri haqqında qeyri-adekvat inanclar və digər psixoloji narahatlıqlar yaşayırlar.

Təşviş-həyəcanın meydana çıxması güvənin hiss edilmədiyini mühitlərdə yaranan bir narahatlıq duyğusudur. Bu səbəbdən qadınların gündəlik həyatda yaşadıkları narahatlıq səviyyələri zorakılığa məruz qaldıqları zaman daha da artmağa başlayır. Bu sıx və davamlı narahatlıq hissi insanda bu kimi digər narahatlıq pozuntularına kimi gətirib çıxara bilər. Bu duyğu qadına həyatda qarşılaşdığı problemləri həll edə biləcəyinə olan inamı və özünə olan güvəni zədələyir. Çünki özümüzü dəyərsiz hiss

etmək öz səriştəmizə, potensial qabiliyyətlərimizə şübhə ilə yanaşmağımıza gətirib çıxarır [6].

Ailədə zorakılığa məruz qalan qadın tez-tez depressiya vəziyyətində olur, intihar kimi meyil və istəklərdə görünə bilirlər. Belə hallarda qadının fiziki və intellekt inkişafı geriləyir. Zorakılığa məruz qalan qadının 3 davranış modeli görülməkdədir:

1. Uşaqlıqdan ailədə zorakılıq mühitində böyümüş və zorakılığı norma kimi qəbul etmiş qadın: çox güman ki, ailədə zorakılıq onun üçün adi bir hal kimi sayılıb. Çünki onun atası anasını, qardaşı isə bacısını döyərək təhqir edib. Onun yeni daxil olduğu mühitdə də bu kimi zorakılıq halları baş verirsə onun üçün bu mühit o qədər də ağır və çıxılmaz deyil. Çünki o, bu tərz mühitdə böyüyüb və artıq daxil olduğu yeni mühitdə özü üçün mexanizmlərini daha tez müəyyən edə biləcək. Digər bir halda zorakılıq mühitində böyümüş qadının qeyri-zorakı mühitə daxil olması, onun bir müddət davranış mexanizmini müəyyən etməkdə çətinlik yaradacaq. Ehtimal ki, qadın aldığı mühiti görmədikdə, ilk dönlər çalışacaq ki, özü manipulyasiya edərək zorakılıq mühiti yaratsın.

2. Zorakılıq mühitində tərbiyə almayan və ailə qurduqdan sonra zorakılıqla üzləşən qadın: belə mühitdən gələn insanlar üçün zorakılığın ilkin elementləri şok dərəcəsində təsirli olur. Lakin bu ilk addım olduğundan qadın özünün sonrakı davranışını müəyyən edə bilmir. Xüsusən də, Azərbaycan qadını üçün evliliyin ilk günlərində ata evinə qayıtmaq, onun uzun müddət məhəbbət və sevgi gördüyü ailə üzvü tərəfindən də normal qarşılanmaya bilər. Bu baxımdan davranış gözləmə mövqeyinə keçə bilər. Zorakılığın dövrlərinə uyğun olaraq, ilk zorakılıq aktından sonra kişi tərəfindən peşmançılıq, yalvarma, üzr, göz yaşları kimi hərəkətlər zorakılığa məruz qalmış qadının sonrakı davranış modelini müəyyən etməkdə maneələr yaradır.

3. Zorakılıq mühitində böyümüş və ailə qurduqdan sonra da zorakı mühitə düşmüş qadın: bu tip qadınlar yuxarıda qeyd edildiyi kimi ilk addımdan özü üçün davranış modelini müəyyən edə bilər. Lakin bəzən bu tip qadınlar, üstünlüyü ələ alaraq, ailə üzvlərini bir-

birləri ilə qarşı qarşıya qoyaraq təhlükəni özündən uzaqlaşdırmaqlar [2, s.63-64]

Avstraliya, Pakistan, Nikaraqua və ABŞ-da zorakılığa məruz qalmış qadınlar arasında aparılan tədqiqatların nəticələri onu göstərir ki, belə qadınlar depresiyadan daha çox əziyyət çəkir, onlarda həyəcan və fobiyalar üstünlük təşkil edir. Qeyd olunmuş tədqiqatın nəticələrinə görə əri və partnyoru tərəfindən zorakılığın hər hansı forması ilə üzləşmiş qadınlar özünəqəsdə və intihara meyillik üzrə yüksək risk qrupuna daxildir [2, s.73].

Psixoloji zorakılıq cəmiyyətin müxtəlif sahələrində geniş şəkildə müşahidə edilən mühüm sosial-psixoloji problemdir. Müasir dövrdə bu zorakılıq növü xüsusilə romantik münasibətlər və iş yerləri kimi sahələrdə daha çox rast gəlinir. Bununla yanaşı, insanların qarşılıqlı əlaqədə olduğu istənilən mühitdə psixoloji zorakılığın meydana çıxması mümkündür. İş yerlərində "mobbing" termini bu fenomenin daha sistemli şəkildə dəyərləndirilməsinə imkan yaradır.

Ədəbiyyatda psixoloji zorakılığın risk faktorları geniş şəkildə araşdırılmışdır. Mövcud tədqiqatların nəticələri göstərir ki, qadın cinsinə mənsub olmaq psixoloji zorakılığa məruz qalma ehtimalını artıran əsas risk faktorlarından biridir. Xüsusilə, hamiləlik dövründə qadınların bu cür zorakılığa daha həssas olduğu müşahidə edilir. Sosial-iqtisadi status, psixoloji maddə istifadəsi ilə bağlı problemlər, sosial mühitin təsiri, ailə strukturu, genetik meyillilik, temperament və fərdi xüsusiyyətlər, eləcə də uşaqlıq dövründə zorakılıq təcrübəsi psixoloji zorakılığın yaranmasına təsir göstərən amillər sırasına daxildir.

Bundan əlavə, uşaqlıqda aldadılma və zorakılığa məruz qalma kimi travmatik təcrübələr qadınların yetkin yaşda psixoloji zorakılıqla üzləşmə ehtimalını artırır. Araşdırmalar göstərir ki, həyat yoldaşının razılığı olmadan cinsi əlaqəyə məcbur edilən qadınlar psixoloji zorakılığın müxtəlif formalarına daha çox məruz qalırlar. Bundan əlavə, həyat yoldaşı ilə fikir ayrılığı zamanı mübahisədən çəkinməli olduqlarını düşünən qadınların, fikirlərini sərbəst ifadə etməyi vacib sayan qadınlara nisbətən psixoloji zorakılığa məruz qalma ehtimalı daha yüksəkdir.

Həmçinin, spirtli içki istehlak edən həyat yoldaşına sahib olan qadınların yalnız psixoloji deyil, digər zorakılıq növlərinə də məruz qalma ehtimalının daha yüksək olduğu müəyyən edilmişdir.

Qeyd etmək olar ki, məşiat zorakılığı problemini tədqiq edən tədqiqatçıların əksəriyyəti (P.Burde, L.Kozer, L.Volker və b.) zorakılıq tsiklinin olduğunu vurğulayır. “Zorakılığa məruz qalan qadınlar” kitabının müəllifi amerkan tədqiqatçısı Leonor Volker 1979-cu ildə ilk dəfə olaraq zorakılığın tsikli modelini işləyib hazırlamışdır. O bu modeli tərtib edərkən zorakılığa məruz qalmış qadın üzərində aparılan tədqiqatların nəticələrinə istinad etmişdir. Bu nəzəriyyə bir çox ölkələrin Reabilitasiya Mərkəzlərində təcrübədən keçirildikdən sonra müsbət bir sistem kimi qəbul edilmişdir. Leonor Uolker təklif edir ki, ailədaxili zorakılıq tsikli modeli özündə 3 mərhələni ehtiva edir [1, s.24].

Birinci mərhələ gərginlik mərhələsi kimi qeyd edilir. Bu mərhələdə zorakı tərəf mənfi, xoş olmayan əhval – ruhiyyədə olur, gərəksiz iradlar tutmağa başlayır. Zərərçəkmiş gərginlik dərəcəsiindən asılı olaraq özünə qarşı əməllərin qarşı zorakı əməllərin qarşısını almaq üçün partnyorun kölnünü almağa, onu sakitləşdirməyə çalışır. Bu mərhələdə zorakılığa məruz qalanın özünü çarəsiz və aciz hiss etdiyi, həyat yoldaşı tərəfindən idarə edildiyi mərhələdir. Məhz bu mərhələdə qadınlar üçün effektiv kömək və dəstəyə ehtiyac duyulur [1, s.24].

İkinci mərhələ isə emosional partlayış mərhələsidir. Bu mərhələdə gərginlik tədricən daha artır. Həmçinin bu mərhələ konkret zorakılıq aktının baş verməsi mərhələsi kimi xarakterizə edilir. Qadın onunla mübahisə edərək özünü qorumağa çalışır. Bu isə zorakı tərəfi daha da qıcıqlandırır. Bu mərhələdə zorakı tərəf bu və ya digər zorakılıq formasından istifadə edərək qarşı tərəfə hücum edir. Bu baxımdan psixoloji zorakılığa məruz qalan şəxs üçün daha ağır mərhələ hesab olunur. Çünki bu zaman qadın, adətən, belə vəziyyətin yaranacağını əvvəlcədən hiss edir. Bu hiss isə öz növbəsində qorxu və həyəcanın daha da artmasına səbəb olur. Qəzəbin partlayışı o dərəcədə güclü olur ki, günahkarın özü belə

zorakılığın mövcudluğunu inkar edə bilmir. Partlayış mərhələsi zaman baxımından ən qısa mərhələ hesab olunduğundan bitdikdən sonra günahkar hadisənin ciddiliyini inkar etməyə başlayır [1, s.24-25].

“Bal ayı” adlanan üçüncü mərhələdə günahkar şəxs etdiyi zorakı əmələ görə peşman olduğunu söyləyir, bir daha təkrarlanmayacağına dair söz verir. Bəzi hallarda hətta qadını da zorakılığa təhrik etməkdə günahlandıra bilir. Zərərçəkmişin inamını qazanmaq üçün müxtəlif hədiyyələrlə kölnünü almağa çalışır. Bütün bunlara baxmayaraq zorakılıq mexanizmi davam edir. Qadının təkrar inamından istifadə edən qarşı tərəf bu “qələbəni” əldə saxlamaq üçün zorakılığın digər formalarından, məslən iqtisadi asılılıq yaratmaq, emosional təhqir etmək və s. istifadə edirlər [1, s.25].

Nəticə

Psixoloji zorakılıq fərdin emosional və sosial rifahına ciddi ziyan vuran mühüm bir problemdir. Xüsusilə qadınlar üçün bu zorakılıq növü, uşaqlıqdan başlayaraq ailədaxili və ictimai mühitdə sisteməlik şəkildə formalaşa bilər. Tədqiqatlar göstərir ki, zorakılıq mühitində böyümüş və ailə qurduqdan sonra da zorakı münasibətə məruz qalan qadınlar psixoloji travmaları daha dərindən yaşayır və bu vəziyyət onların sosial münasibətlərini və psixi sağlamlılıqlarını ciddi şəkildə zədələyir.

Ailədaxili zorakılıq tsikli modelinə əsasən, zorakılıq tədricən inkişaf edir və fərqli mərhələlərdən ibarətdir. Gərginlik mərhələsində qadın özünü çarəsiz hiss edərək zorakı tərəfi sakitləşdirməyə çalışır. Emosional partlayış mərhələsində zorakılıq aktı baş verir və qadının qorxu hissi daha da artır. Nəhayət, “bal ayı” adlanan mərhələdə zorakı tərəf etdiyi hərəkəti inkar edir və qadını manipulyasiya etməyə çalışır. Lakin bu mərhələ müvəqqəti xarakter daşıyır və zorakılıq tsikli davam edir.

Tədqiqatlar göstərir ki, zorakılığa məruz qalan qadınlar arasında depressiya, həyəcan pozuntuları və intihar meyilliliyi yüksəkdir. Bu baxımdan, psixoloji zorakılığın yaratdığı problemlərin həlli üçün erkən müdaxilə, psixoloji dəstək və cəmiyyətin maarifləndirilməsi böyük əhəmiyyət daşıyır. Qadınların hüquqlarının qorunması, onların

iqtisadi və sosial müstəqilliyinin gücləndirilməsi, zorakılığa qarşı mübarizədə əsas istiqamətlərdən biri kimi ön plana çıxmalıdır. Beləliklə, psixoloji zorakılıq yalnız fərdi bir problem deyil, eyni zamanda cəmiyyətin ümumi psixososial sağlamlığını və inkişafını təhlükə altına alan ciddi sosial fenomen kimi qəbul edilməlidir.

ƏDƏBİYYAT SİYAHISI

1. Aslanova Ş. R. Məişət zorakılığına məruz qalan qadınların sosial-psixoloji problemləri, // 6114.01-sosial psixologiya. Psix üzrə fəl. dok. Bakı, 2017

2. Zeynalova Mehriban Ailə-məişət zorakılığının sosial-iqtisadi aspektləri və onunla mübarizə yolları (Monoqrafiya). Bakı, 2015

3. Zeynalova Mehriban Rəqəmsallaşma dövründə insan alveri, məişət zorakılığı, erkən nikah məsələlərinin aktual problemləri.

4. Rəşid Cabbarov, Müşviq Mustafayev, Kamilə Kazımova, Yəmən Vəliyeva Factors Affecting Students'

Professional Identity . Science and Education. Ukraine, Odessa 2018, s. 40-45

5.

<https://www.meliuspsikoloji.com/psikolojik-siddet/>

6. <https://www.yasantipsikoloji.com/travma/kadina-yonelik-siddetin-psikolojik-etkileri>

Mushvig Huseyn MUSTAFAYEV

Lecturer, Department of Psychology and Social Work

E-mail: musfiqmustafayev306@gmail.com

Kamela İlham GULIYEVA

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

E-mail: guliyevakamella@gmail.com

SOCIAL-PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF WOMEN EXPOSED TO PSYCHOLOGICAL VIOLENCE

Summary

Psychological violence is a type of violence that seriously affects a person's mental health, causing psychological problems such as worthlessness, helplessness, burnout and depression. In particular, psychological violence against women is widespread within the family and in social relationships. This form of violence is accompanied by manipulation of the woman's thoughts and emotions, social exclusion, insults and humiliating behaviors.

Research shows that the main risk factors for psychological abuse include gender, socioeconomic status, family environment, genetic predisposition, and childhood abuse. Pregnant women and women with alcoholic spouses are at increased risk of this type of violence. Domestic psychological violence manifests itself in various forms, such as keeping a woman under control, limiting her social relationships, applying emotional manipulation and undermining her self-confidence.

Victims of psychological abuse can numb their emotions over time and show psychosomatic symptoms (chronic pain, fatigue, etc.). This type of violence causes women to feel worthless and insecure in their relationships, resulting in problems with their mental and physical health. Violation of the sense of security and dignity has a negative impact on the general well-being of the person, seriously damaging their social and emotional life.

Keywords: Violence, psychological abuse, family, depression, relationships.

Мушви́г Гусейн МУСТАФАЕВ

Преподаватель кафедры Психологии и Социальной
работы Западно-Каспийского университета
E-mail: musfigmustafayev306@gmail.com

Камела Ильхам ГУЛИЕВА

Магистрант кафедры Психологии и Социальной работы
Западно-Каспийского университета
E-mail: guliyevakamella@gmail.com

**СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ЖЕНЩИН,
ПОДВЕРЖЕННЫХ ПСИХОЛОГИЧЕСКОМУ НАСИЛИЮ**

Резюме

Психологическое насилие — это вид насилия, который серьезно влияет на психическое здоровье человека, вызывая такие психологические проблемы, как никчемность, беспомощность, выгорание и депрессия. В частности, психологическое насилие в отношении женщин широко распространено в семье и социальных отношениях. Эта форма насилия сопровождается манипулированием мыслями и эмоциями женщины, социальной изоляцией, оскорблениями и унижительным поведением.

Исследования показывают, что основные факторы риска психологического насилия включают пол, социально-экономический статус, семейное окружение, генетическую предрасположенность и жестокое обращение в детстве. Беременные женщины и женщины, имеющие супругов-алкоголиков, подвергаются повышенному риску такого вида насилия. Домашнее психологическое насилие проявляется в различных формах, таких как удержание женщины под контролем, ограничение ее социальных отношений, применение эмоциональных манипуляций и подрыв ее уверенности в себе.

Жертвы психологического насилия со временем могут притупить свои эмоции и проявить психосоматические симптомы (хроническая боль, усталость и т. д.). Этот вид насилия заставляет женщин чувствовать себя никчемными и неуверенными в своих отношениях, что приводит к проблемам с их психическим и физическим здоровьем. Нарушение чувства безопасности и достоинства отрицательно влияет на общее самочувствие человека, серьезно нанося вред его социальной и эмоциональной жизни.

Ключевые слова: Насилие, психологическое насилие, семья, депрессия, отношения.