

XƏZƏR UNIVERSİTETİ

Fakültə: Təbiət Elmləri, Sənət və Texnologiya Yüksək Təhsil

Departament: Psixologiya

İxtisas: Klinik Psixologiya

MAGİSTR DİSSERTASIYA İŞİ

YENİYETMƏLƏRDƏ BAĞLANMA TƏRZLƏRİNDƏN ASILI OLARAQ TƏŞVİŞ VƏ AQRESSİYANIN ÖYRƏNİLMƏSİ

İddiaçı: _____

Aydan İlham qızı Əhmədli

Elmi rəhbər: _____

P.ü.f.d. Lalə Məhəmməd qızı Cəbbarova

Bakı-2025

MÜNDƏRİCAT

GİRİŞ.....	4
I FƏSİL. ƏDƏBİYYAT XÜLASƏSİ.....	10
1.1. Bağlılıq probleminin elmi-nəzəri aspektləri.....	10
1.1.1. Bağlılıq probleminin konseptual məsələləri.....	10
1.1.2. Bağlılıq nəzəriyyələri və problemlə bağlı araşdırmalar.....	17
1.1.3. Bağlılıq tərzləri və onun şəxsiyyətin təşəkkülündə rolu ilə bağlı tədqiqatların təhlili.....	24
1.2. Yeniyetmələrdə bağlanma tərzləri ilə təşviş və aqressiya arasındakı əlaqənin nəzəri təhlili....	29
1.2.1. Təşviş fenomeni və onun yeniyetmələrdə təzahür formaları.....	29
1.2.2. Aqressiya və onun əsas formaları.....	34
1.2.3. Yeniyetmələrdə aqressiv davranışın xüsusiyyətləri.....	41
1.2.4. Bağlanma tərzlərinə əsasən təşviş və aqressiyanın öyrənilməsi ilə bağlı tədqiqatların təhlili.....	45
II FƏSİL. TƏDQIQATIN METOD VƏ METODOLOGİYASI.....	52
2.1. Tədqiqatın təşkili və keçirilməsi.....	52
2.2. İstifadə edilmiş metodikalar.....	52
III FƏSİL. TƏDQIQAT MƏLUMATLARININ STATİSTİK TƏHLİLİ.....	56
3.1. Demografik məlumatların göstəricilərini təhlili.....	56
3.2. Hamiltonun təşviş reytingi cədvəli (HARS) nəticələrinin təhlili.....	56
3.3. Böyüklər üçün bağlanma tərzli şkalasının nəticələrinin təhlili.....	58
3.4. A.Bass və A.Darki aqressiyanın göstəriciləri və formalarının diaqnostikasının nəticələrinin təhlili.....	60
3.5. Normallıq (“Kolmogorov-Smirnov”; “Shapiro-Wilk”) və qeyri-parametrik test analizlərinin nəticələri.....	62
NƏTİCƏ.....	68
İSTİFADƏ OLUNAN ƏDƏBİYYATLAR.....	71

ƏLAVƏLƏR.....	88
----------------------	-----------

Giriş

Mövzunun aktuallığı: Müasir tədqiqatlarda yeniyetmələrin psixososial inkişafı və onların sosial münasibətlərində formalaşan davranış formaları gün keçdikcə daha çox diqqət mərkəzinə çevrilir. Bu dövr fərdin şəxsiyyətinin inkişafında kritik mərhələ kimi qiymətləndirilir və müxtəlif psixoloji faktorların qarşılıqlı təsiri nəticəsində formalaşan davranış modelləri gələcək həyat keyfiyyətinə birbaşa təsir göstərir (Erikson, 1968).

Bu baxımdan, bağlanma tərzləri kimi bilinən erkən sosial əlaqə formalarının yeniyetmələrin təşviş və aqressiv davranış meyilləri ilə əlaqəsinin öyrənilməsi xüsusi əhəmiyyət daşıyır. Bağlanma nəzəriyyəsi şəxsin uşaqlıqda ilkin bağlanma fiquru ilə qurduğu emosional əlaqələrin onun gələcəkdəki sosial və emosional münasibətlərini necə formalaşdırdığını izah edir (Bowlby, 1969). Bağlanma tərzləri yeniyetmənin emosional tənzimləmə qabiliyyətini formalaşdırır və bu, onun gündəlik psixososial uyğunlaşmasına mühüm təsir göstərir (Mikulincer & Shaver, 2007).

Yeniyetməlik dövründə bu bağlanma tərzlərinin təsiri daha qabarıq şəkildə müşahidə olunur. Bu dövrdə şəxsiyyətin təşəkkülü ilə yanaşı, emosional sabitlik və münasibətlərin qurulma tərzində əsas önəm kəsb edir (Erikson, 1968). Yeniyetməlik dövründə şəxsiyyətin inkişafı, sosial münasibətlər və emosional davranışların formalaşması geniş şəkildə təhlil olunur (Bayramov və Əlizadə, 2009). Emosional tarazlığın təmin olunmaması, xüsusilə də güvənli bağlanma təcrübəsinin olmaması, təşviş və aqressiv davranış riskini artırır.

Müasir dövrdə yeniyetmələr arasında aqressiv davranış formalarının artması, həm ailə, həm də məktəb mühitində ciddi psixososial problemlərə səbəb olur. Araşdırmalar göstərir ki, yeniyetməlik dövründə aqressiyanın yüksək səviyyədə olması yalnız şəxsin sosial münasibətlərini pozmur, həm də gələcəkdə antisosial davranışların və zorakılıq hallarının yaranmasına səbəb olur (Fite et al., 2009).

Yeniyetmələrdə təşviş də dövrümüzün ən çox rast gəlinən psixoloji pozuntularından biri olub, inkişaf mərhələsinin təbii hissəsi kimi qəbul edilə bilər. Lakin bəzi hallarda təşvişin artması, uzunmüddətli psixoloji və sosial problemlərə yol açır (Beesdo et al., 2009). Əgər yeniyetməlik dövründə insan güvənli bağlanma təcrübəsindən məhrum olarsa, bu, onun təşviş səviyyəsinin artmasına və aqressiv davranışların meydana çıxmasına səbəb ola bilər (Bowlby, 1969). Emosional tənzimləmədəki zəiflik isə həm təşvişin, həm də aqressiyanın ortaya çıxmasını asanlaşdırır (Kerns & Brumariu, 2014).

Azərbaycanda bu mövzuda aparılan tədqiqatların məhdud olması isə araşdırmanın aktuallığını daha da artırır. Yerli kontekstdə bağlanma tərzlərinin təşviş və aqressiya ilə əlaqəsini araşdırmaq, psixoloji müdaxilələrin daha effektiv və kontekstual şəkildə hazırlanmasına zəmin yarada bilər. Bu səbəbdən, bu istiqamətdə aparılacaq araşdırmalar həm nəzəri, həm də praktik baxımdan ciddi əhəmiyyət daşıyır.

Mövzunun işlənmə səviyyəsi: Bağlanma tərzləri ilə təşviş və aqressiya arasındakı qarşılıqlı əlaqə psixologiya sahəsində geniş şəkildə tədqiq edilən, əhəmiyyətli nəzəri və empirik əsaslara malik olan bir mövzudur. Bu mövzu, xüsusilə insanın erkən yaş dövrlərində formalaşan bağlanma tərzlərinin onun emosional tənzimləmə qabiliyyəti və davranış reaksiyalarına, o cümlədən təşviş və aqressivlik səviyyəsinə necə təsir göstərdiyini anlamaq baxımından əhəmiyyətlidir (Bowlby, 1969). Xüsusilə yeniyetməlik dövründə bu əlaqələrin öyrənilməsi, psixoloji müdaxilələrin formalaşdırılması üçün əsas istiqamətlərdən biri kimi qəbul edilir.

Bu mövzuda J. Bowlby, Mary D. Ainsworth, M. Mikulincer, Philip R. Shaver, Muris P. kimi bir çox psixoloq və tədqiqatçı araşdırmalar aparmışdır. J. Bowlby və M. Ainsworth'un işləri bu sahənin əsasını təşkil edir. Ainsworth'un "Yad adam situasiyası" təcrübəsi bağlanma tərzlərini (güvənli, təşvişli, qaçınqan) müəyyən etmiş, bu tərzlərin təşviş və aqressiv davranışlarla əlaqəsini göstərmişdir. Mikulincer və Shaver (2007) yetkin fərdlərdə təşvişli və qaçınqan bağlanmanın emosional tənzimləmə çətinlikləri və aqressiv reaksiyalarla əlaqəsini araşdırmışdır. Muris (2004) isə yeniyetmələrdə bağlanma tərzləri ilə aqressivlik və düşmənçiliyin əlaqəsini tədqiq etmişdir.

Azərbaycanda bu mövzu üzrə geniş tədqiqatlar aparılmamışdır. Xüsusilə bağlanma tərzlərindən asılı olaraq təşviş və aqressiyanın öyrənilməsi kimi spesifik sahələrdə məhdud araşdırmalar mövcuddur. Ə.S.Bayramov, Ə.Ə.Əlizadə, K.R.Əliyeva, S.N.Əliyeva, A.Ş.Hacıyeva, R.H.Qədirova, B.H.Əliyev, S.İ. Mansurova, A.Q. Kamalova, və K.M. Şiriyeva kimi yerli psixoloqlar yeniyetmələrdə bağlanma tərzləri, təşviş və aqressiyanın ayrı-ayrı aspektlərini araşdırmışlar. Xüsusilə S.N.Əliyevanın "Yeniyetmələrdə aqressiv davranışın cins-yaş xüsusiyyətləri", A.Ş.Hacıyevanın "Psix-emosional halların tələbə şəxsiyyətinin formalaşmasına təsiri", B.Ə.Mohammədin "Ailədaxili münasibətlərin yeniyetmələrin şəxsiyyətinin formalaşmasına təsirinin müqayisəli təhlili" bu sahədə aparılan əhəmiyyətli araşdırmalardandır.

Bu mövzu üzrə həm beynəlxalq, həm də yerli tədqiqatlar bağlanma tərzlərinin fərdi psixoloji rifah və sosial münasibətlərdəki rolunu ortaya qoyur. Gələcəkdə bu mövzuda daha çox empirik

araşdırmalara ehtiyac vardır, xüsusilə də müxtəlif sosial-iqtisadi və mədəni kontekstlərdə aparılacaq tədqiqatlar elmi bilikləri daha da zənginləşdirə bilər.

Tədqiqatın obyekti: Bağlanma tərzlərindən asılı olaraq təşviş və aqressiyanın təzahürləridir.

Tədqiqatın predmeti: Bağlanma probleminin əsas xüsusiyyət və determinantlarının araşdırılması, yeniyetmələrdə bağlanma tərzlərindən asılı olaraq, təşviş və aqressiyanın tədqiqıdır.

Tədqiqatın hipotezləri:

Əsas hipotez: Yeniyetmələrin bağlanma tərzləri(güvənli,təşvişli,qaçınqan) onların təşviş və aqressiya səviyyələrinə əhəmiyyətli dərəcədə təsir göstərir və onlar arasında statistik cəhətdən əhəmiyyətli bir korelyasiya mövcuddur.

Köməkçi hipotez: Yeniyetmələrin aqressiya və təşviş səviyyələri arasında mənfi və statistik olaraq əhəmiyyətli korelyasiya mövcuddur.

Tədqiqatın məqsədi: Bu tədqiqatın əsas məqsədi, yeniyetmələrdə bağlanma tərzlərinin təşviş və aqressiya səviyyələrinə təsirini araşdırmaqdır.

Tədqiqatın vəzifələri:

- 1.Bağlanma anlayışının nəzəri əsaslarını araşdırmaq, müxtəlif elmi yanaşmalar və təsnifatlar üzrə onun psixoloji xüsusiyyətlərini müəyyən etmək.
- 2.Yeniyetməlik dövrünün psixososial inkişaf mərhələlərini və bu dövrdə baş verən emosional dəyişiklikləri elmi ədəbiyyatlar əsasında təhlil etmək.
- 3.Təşviş və aqressiyanın yeniyetmələrdə yaranma səbəblərini və təzahür formalarını müəyyən etmək.
- 4.Fərqli bağlanma tərzinə malik yeniyetmələrin təşviş səviyyələrini müqayisəli şəkildə araşdırmaq.
- 5.Bağlanma tərzləri ilə aqressiv davranışlar arasındakı mümkün əlaqələri empirik məlumatlar əsasında təhlil etmək.
- 6.Tədqiqat nəticələrinə əsaslanaraq bağlanma tərzlərinin təşviş və aqressiv davranışlara təsiri haqqında nəticələrin klinik-psixoloji, müqayisəli və riyazi təhlili.

7. Əldə olunan nəticələr əsasında yeniyetmələrin emosional tənzimlənməsini və sosial davranışlarını müsbət istiqamətdə formalaşdırmaq məqsədilə psixoloji dəstək və müdaxilə strategiyalarının formalaşdırılması üçün tövsiyələr irəli sürmək.

Tədqiqatın gedişində istifadə olunan metodikalar:

Qeyd olunan vəzifələrin yerinə yetirilməsi və tədqiqatın fərziyyəsinin yoxlanılması üçün aşağıdakı metodlardan istifadə edilmişdir:

1. Nəzəri təhlil: dissertasiya işində araşdırılan problem üzrə elmi mənbələrin təhlili aparılmışdır.
2. Demografik məlumatlar sorğusu.
3. Yeniyetmələrdə təşviş səviyyəsini müəyyən etmək üçün 1959-cu ildə hazırlanmış M. Hamiltonun təşviş reytingi cədvəli (HARS) istifadə edilmişdir.
4. Yeniyetmələrin hansı növ bağlanma tərzinə malik olduğunu müəyyən etmək üçün 1987-ci ildə Cindy Hazan və Phillip Shaver tərəfindən tərtib edilmiş Böyüklər üçün bağlanma tərz-i şkalası istifadə edilmişdir.
5. Yeniyetmələrdə aqressiya səviyyəsini müəyyən etmək üçün 1957-ci ildə A. Bass və A. Darki tərəfindən hazırlanmış aqressiya testindən istifadə edilmişdir.

Tədqiqatın elmi əhəmiyyəti: Bu tədqiqat yeniyetmələrin psixososial inkişafında bağlanma tərzlərinin rolunu dəyərləndirməklə, təşviş və aqressiya kimi davranış göstəriciləri ilə olan qarşılıqlı əlaqəni empirik əsaslarla ortaya qoyur. Əldə olunan nəticələr bağlanma nəzəriyyəsinin yeniyetmələrin emosional və davranış problemləri ilə əlaqəsinin daha dərinlənən araşdırılmasına imkan yaradır. Tədqiqatın elmi əhəmiyyəti, ilk növbədə, onun bağlanma tərzləri ilə təşviş və aqressiv davranışlar arasında olan əlaqəni kompleks şəkildə araşdırmaqla, bu sahədə nəzəri bilikləri genişləndirməsindədir. Müxtəlif bağlanma tərzlərinin yeniyetmələrdə spesifik davranış və emosional reaksiyalara necə təsir göstərdiyinin müəyyən olunması psixoloji tədqiqatlarda yeni analitik yanaşmalar üçün baza rolunu oynaya bilər. Bundan əlavə, araşdırma nəticələri Azərbaycanda bağlanma tərzlərinin öyrənilməsi və onların sosial-emosional inkişafı əlaqəsinin empirik səviyyədə təhlili baxımından mühüm əhəmiyyət kəsb edir. Bu isə tək-cə elmi sahədə deyil, həm də təhsil və psixoloji xidmət sahələrində real ehtiyacları cavab verə biləcək praktik müdaxilə mexanizmlərinin və dəstək proqramlarının hazırlanması üçün elmi baza formalaşdırır. Nəticə etibarilə, bu tədqiqat bağlanma nəzəriyyəsinin tətbiq sahəsini genişləndirir, yeniyetməlik dövründə baş verən emosional pozuntuların və davranış

problemlərinin proqnozlaşdırılması və qarşısının alınması üçün psixoloji yanaşmaların inkişafına töhfə verir.

Tədqiqatın elmi yeniliyi: Tədqiqat işində Azərbaycanda yeniyetmələrin bağlanma tərzlərindən asılı olaraq aqressiya və təşviş səviyyələri araşdırılmışdır. Tədqiqatın elmi yeniliyi ondan ibarətdir ki, əldə olunan nəticələr mövcud nəzəri çərçivələrlə müqayisə olunaraq, bağlanma tərzlərinin psixososial funksiyaları barədə yeni elmi nəticələr ortaya qoymuşdur. Eyni zamanda, bu tədqiqat Azərbaycandakı sosial-mədəni kontekstdə bağlanma və psixoloji rifah arasındakı münasibətləri daha dərinlən anlamağa imkan yaradır.

Tədqiqatın nəticələrinin şərhı: Bu tədqiqatda əsas məqsəd, yeniyetmələrin bağlanma tərzləri ilə aqressiya və təşviş səviyyələri arasında statistik korelyasiyanı yoxlamaq və dəyişənlər arasındakı qarşılıqlı əlaqələri müəyyən etmək olmuşdur. Tədqiqatda istifadə olunan metodlar və aparılan analizlər bu məqsədə xidmət etmiş və statistik baxımdan əhəmiyyətli nəticələrin əldə olunmasına imkan yaratmışdır.

İlk növbədə verilənlərin paylanma xüsusiyyətlərini qiymətləndirmək üçün normallıq testləri tətbiq edilmişdir. Həm Kolmogorov-Smirnov, həm də Shapiro-Wilk testlərinin nəticələrinə əsasən, aqressiya və təşviş göstəriciləri normal paylanmaya uyğun gəlməmişdir. Belə ki, “A.Bass və A.Darki aqressiya testi” üçün Kolmogorov-Smirnov statistikasını 0.170 ($p < 0.001$), Shapiro-Wilk statistikasını isə 0.891 ($p < 0.001$) olaraq qeydə alınmışdır. Eyni şəkildə, “Hamiltonun təşviş reytingi cədvəli” üçün bu göstəricilər müvafiq olaraq 0.224 ($p < 0.001$) və 0.779 ($p < 0.001$) olmuşdur. Bu nəticələr göstərir ki, məlumatlar normal paylanmadığı üçün parametrik testlərdən istifadə etmək məqsədəuyğun deyildir. Bu səbəbdən, tədqiqatda qeyri-parametrik statistik analiz metodları seçilmişdir və bu yanaşma nəticələrin etibarlılığını qorumaq baxımından məqsədəuyğun olmuşdur.

Dəyişənlər arasında qarşılıqlı əlaqələrin qiymətləndirilməsi məqsədilə Spearman rho korelyasiya testi tətbiq edilmişdir. Aqressiya ilə təşviş arasında mənfi istiqamətli və statistik olaraq əhəmiyyətli bir əlaqə müəyyən olunmuşdur ($r = -0.382$, $p < 0.001$). Bu nəticə onu göstərir ki, yeniyetmələrdə aqressiya səviyyəsi artdıqca təşviş səviyyəsi azalır.

Bağlanma tərzı ilə aqressiya arasındakı əlaqədə isə, əldə olunan Spearman rho göstəricisi $r = 0.167$ ($p = 0.098$) olmuşdur. Bu dəyər statistik baxımdan əhəmiyyətli olmasa da, zəif müsbət tendensiyanı əks etdirir. Nəticələr bağlanma tərzlərinin aqressiv davranışlara birbaşa təsirinı olmadığını göstərsə də, bu sahədə aparılacaq gələcək tədqiqatlar daha geniş nümunə əsasında fərqli nəticələr ortaya qoya bilər. Bağlanma tərzı ilə təşviş arasında isə zəif mənfi korelyasiya

müşahidə olunmuşdur ($r = -0.204$, $p = 0.071$). P dəyərinin 0.05 səviyyəsindən yüksək olması bu əlaqənin statistik əhəmiyyətini təsdiqləmir, lakin müəyyən meyllərin olduğunu göstərir.

Qruplararası fərqlilikləri qiymətləndirmək üçün Kruskal-Wallis testi tətbiq edilmişdir. Aqressiya səviyyələrinin bağlanma tərzinə görə dəyişib-dəyişmədiyini yoxlamaq məqsədilə aparılan analiz nəticəsində $\chi^2 = 3.432$, $df = 3$, $p = 0.330$ olmuşdur. Bu nəticə bağlanma tərzləri ilə aqressiya səviyyələri arasında statistik baxımdan əhəmiyyətli bir fərqin olmadığını göstərir.

Təşviş səviyyələrinin bağlanma tərzinə görə dəyişkənliyini müəyyən etmək üçün tətbiq edilən Kruskal-Wallis testi nəticəsində isə $\chi^2 = 7.486$, $df = 3$, $p = 0.058$ olaraq qeydə alınmışdır. Bu göstərici statistik əhəmiyyət həddinə (0.05) çox yaxın olsa da, əhəmiyyətli sayılmır. Bununla belə, nəticələr müəyyən tendensiyaların olduğunu göstərir. Məsələn, güvənli bağlanma qrupunun ortalama sırası 61.81 ikən, təşvişli bağlanma tərzinə sahib yeniyetmələr üçün bu göstərici daha aşağı – 34.21 olmuşdur. Bu vəziyyət, təşvişli bağlanma tərzinin daha yüksək təşviş səviyyələri ilə müşayiət olunduğu fərziyyəsini dəstəkləyən ilkin göstəricilər təqdim edir.

Ümumilikdə, bu nəticələr göstərir ki, aqressiya və təşviş arasında önəmli və statistik əhəmiyyət kəsb edən mənfi əlaqə mövcuddur. Bu qarşılıqlı münasibət, yeniyetmələrin emosional tənzimləmə strategiyalarının və davranış formalarının qarşılıqlı təsirini nümayiş etdirir. Bağlanma tərzləri ilə aqressiya və təşviş arasında isə statistik baxımdan əhəmiyyətli əlaqələr aşkar edilməmişdir, lakin müşahidə edilən tendensiyalar gələcək tədqiqatlar üçün əhəmiyyətli ipucları verir. Bu nəticələr həmçinin qeyd edir ki, bağlanma tərzləri emosional və davranış göstəricilərinə dolayı təsirlər göstərə bilər və bu təsirlərin daha incə şəkildə təhlili üçün daha böyük və balanslı nümunələr üzərində aparılacaq tədqiqatlara ehtiyac vardır.

Nəticə olaraq, tədqiqatda bağlanma tərzlərinin aqressiya və təşviş üzərində statistik baxımdan zəif təsirləri müşahidə olunsada, aqressiya və təşviş arasındakı əhəmiyyətli mənfi əlaqə yeniyetmələrin psixoloji vəziyyətlərini anlamaq və psixoloji müdaxilə proqramlarının hazırlanmasında mühüm əhəmiyyət kəsb edir.

Tədqiqat işinin strukturu: Dissertasiya işi giriş, 3 fəsildən və hər bir fəsilə daxil olan yarımfəsillərdən, nəticə, ədəbiyyat siyahısı və əlavələrdən ibarətdir.

I FƏSİL. ƏDƏBİYYAT XÜLASƏSİ

1.1. Bağlılıq probleminin elmi-nəzəri aspektləri

1.1.1. Bağlılıq probleminin konseptual məsələləri

İnsan həyatının ən önəmli təcrübələrindən biri yaxın münasibətlərin qurulması və davam etdirilməsidir. Bağlanma, bir şəxsi zaman və məkan boyunca digər şəxsə bağlayan dərin və qalıcı bir duyğusal bağı ifadə edir (Bowlby, 1969). Birini sevmək, ailə həyatı qurmaq, sevdikləri ilə öz təcrübələrini paylaşmaq insanı ən çox xoşbəxt edən hadisələrdir. Eyni zamanda insana ən çox pis hiss etdirən hadisələr də sevdiyi birindən ayrılmaq, valideynlərini itirmək və dəyər verdiyi biri tərəfindən tərk edilməkdir (Bowlby, 1988). Deməli, yaxın münasibətlər insan təcrübəsində çox önəmli bir rol oynayır.

Bağlanma nəzəriyyəsi, yaxın münasibətlərin təbiətini anlamaq üçün əhəmiyyətli bir yanaşmadır. Bağlanma doğum anından etibarən uşağın neyroinkışafına mühüm təsirləri olan duyğusal əlaqələri bizə açıqlayır (Bowlby, 1969). Türk psixoloqu B. Onur bağlanmanı fərdin psixososial inkişafında əsas amillərdən biri kimi qiymətləndirmişdir (Onur, 2010). Eyni zamanda, bağlanma şəxs ilə ilkin bağlanma fiqurları (adətən valideynlər və ya qayğı göstərən şəxslər) arasında formalaşan dərin bir duyğusal bağıdır (Bowlby, 1969). Doğduğu andan etibarən körpənin rifahı və inkişafında bağlanma mühüm rol oynayır. Körpələr qidalanma, təhlükəsizlik və şəfqət kimi təməl ehtiyaclarının qarşılınmasında onlara qayğı göstərən şəxslərdən asılıdırlar (Ainsworth, 1978).

Bağlanmanın keyfiyyəti uşaqların ətraflarındakı dünyanı necə qavradıqlarına və ona necə reaksiya verdiklərinə əhəmiyyətli təsir göstərir. Rus psixoloqu L.S. Vıqotskiyə görə, erkən yaş dövründə yaranan emosional yaxınlıq, uşağın sosiallaşmasının əsasını təşkil edir (Vygotsky, 1984). Valideynlər uşağın ehtiyaclarına diqqətli və adekvat şəkildə cavab verdikdə, sağlam inkişafı dəstəkləyən, koqnitiv bacarıqları yüksək səviyyədə formalaşdırmaq üçün zəmin yaradan güvənli bir bağlanma yaranır (Mikulincer & Shaver, 2007). Bağlanma formalaşarsa uşaq öz duyğuları ilə başqalarının duyğuları arasındakı fərqi anlayar, məntiqli düşünər, sosial əlaqələrini inkişaf etdirər, başqalarına güvənər, özgüvən qazanar, streslə daha yaxşı başa çıxmağı bacarar və ən əsası özünə və başqalarına sevgi və şəfqət göstərər (Fahlberg, 1995).

Bağlanma nəzəriyyəsinin banisi ingilis psixoloq John Bowlby'ə görə, bağlanma tərzləri bir anda formalaşmır. Uşaq müəyyən mərhələlərdən keçərək valideyn və ya qayğı göstərən şəxsə getdikcə güclənən bir duyğusal bağ qurur (Bowlby, 1969).

İlkin-Bağlanma dövrü (0–2 ay) – Bu dövəndə uşaqqlar spəsfik olaraq müəyyən bir şəxsə qarşı bağlanma davranışı nümayiş etdirmirlər. Yənə də onlarda insan səsinə və üzünə qarşı maraq yaranır, valideynlərinə reaksiya göstərilir. Ancaq bu reaksiyalar müəyyən bir şəxsə yönəlik deyildir. Uşaq müxtəlif şəxslərə qarşı gülümsəmə, ağlama, mırıldanma kimi davranışlarla ətrafdakılarla əlaqə qurur (Bowlby, 1969).

Bağlanmanın inkişafı dövrü (2–6 ay) – Təxminən 2 aydan sonra uşaq artıq bəzi şəxslərə daha çox reaksiya verməyə başlayır. Ana və ya ona ilkin qayğı göstərən şəxsə qurduğu əlaqə digər insanlarla qurduğu əlaqədən fərqlənməyə başlayır. Uşaq bu dövəndə müəyyən şəxslərə gülür, onlarla göz təmasını daha uzun davam etdirir və ya sakitləşdirilməyə ehtiyac yarandıqda həmin şəxsləri axtarmağa başlayır. Bağlanma yavaş-yavaş formalaşmaqdadır, amma hələ tam şəkildə inkişaf etməmişdir (Ainsworth, 1978; Cassidy, 2008).

Seçici Bağlanma dövrü (6 ay – 2 yaş) – Bu dövr Bowlby'nin nəzəriyyəsində ən önəmli bağlanma mərhələsi olaraq qəbul edilir. Uşaqda xüsusilə 6–8 ay dövəmində “ayrılıq qayğısı” formalaşmağa başlayır. Bu artıq uşaq üçün müəyyən bir və ya bir neçə şəxsin digərlərindən daha önəmli olduğu anlamına gəlir. Uşağa qayğı göstərən şəxs ondan uzaqlaşdıqda uşaqda üsyankar davranışlar, geri qayıtdıqda isə sevinc və rahatlama reaksiyasını müşahidə etmək mümkündür. Bu mərhələdə yaranan bağlanma uşağın psixoloji inkişafı üçün mühüm əhəmiyyət kəsb edir (Bowlby, 1982; Bretherton, 1992).

Qarşılıqlı münasibət dövrü (2 yaş və üzəri) – 2 yaşından sonra uşaq zehni inkişafın da təsiri ilə qayğı göstərən şəxsə daha yaxşı qarşılıqlı münasibət qurmağa başlayır. Uşaq artıq ayrılığın keçici olduğunu anlaya bilir. Nitq qabiliyyətinin inkişafı ilə duyğularını və istəklərini açıqca ifadə edə bilir. Təbii ki, bu mərhələlər bütün uşaqqlarda eyni sürət və sırayla inkişaf etmir (Thompson, 2006; Cassidy & Shaver, 2016).

Yeniyyətlik dövəmi başladıqda isə artıq yeniyyətlərin diqqəti valideynlərinə yox, həmyaşıdlarına yönəlir. Bununla da uşaqqlıq dövəmində edilən bağlanma davranışlarında dəyişikliklər özünü göstərir. Uşaqqlıqda daha çox gördüyümüz fiziki yaxınlıq ehtiyacı bağlanma fiquru ilə duyğuların və qorxuların paylaşılması ilə əvəz olunur (Allen & Land, 1999). Yeniyyətlənin uşaq ikən ona qayğı göstərən şəxslərə qarşı formalaşdırdığı bağlanma, yeniyyətlədəki dəyişikliklərlə yaxından əlaqəlidir. Yeniyyətə üçün ana-atanın güvənli bir təməl yaratmaq funksiyası həyatın hər dövəmində davam etməkdədir (Steinberg, 2001). Yeniyyətlik dövərində formalaşan bağlanma təzləri, yeniyyətlərin emosional reaksiyaları və davranış göstəricilərinə, xüsusilə narahatlıq və aqressiya səviyyəsinə əhəmiyyətli dərəcədə təsir göstərir (Əliyev, 2018). Yeniyyətlərin ünsiyyət bacarıqları və sosial adaptasiya prosəsləri onların

emosional inkişafında mühüm rol oynayır (Həmzəyev və Əmiraslanova, 2007). Ana ilə qurulan yaxşı münasibət aqressiv davranış, oğurluq, yalan danışma, maddədən sui-istifadə kimi mənfi davranışlara qarşı yeniyetməni qoruyur (Armsden & Greenberg, 1987). Eyni zamanda ailəsiylə qüvvətli duyğusal bağlar quran yeniyetmələr zəif bağ quran həmyaşıdlarıyla müqayisədə ailədaxili nizam-intizam qaydalarını daha çox qəbul etdikləri müəyyən edilmişdir (Barber et al., 2005). Güvənli bağlanma tərzinə malik ailələrin uşaqları digərləri ilə müqayisədə sosial olaraq da daha aktivdirlər (Allen & Miga, 2010).

Bowlby, ilkin olaraq uşaq-valideyn münasibətinin təbiətini anlamağa çalışsa da bağlanmanın beşikdən məzara qədər insan təcrübəsini əks etdirdiyinə inanırdı (Bowlby, 1988). Lakin tədqiqatçılar 1980-ci illərin ortalarında bağlanma proseslərinin yetkinlikdə də ortaya çıxma biləcəyi ehtimalını ciddi şəkildə dəyərləndirməyə başladılar. Türk psixoloqları günümüzdə bağlanma tərzlərinin yetkinlik dövründə münasibətlərə təsirini geniş şəkildə araşdırırlar (Küçüker, 2015). Hazan və Shaver (1987), Bowlby'nin fikirlərini romantik münasibətlər baxımından analiz edən ilk tədqiqatçılardan olmuşdurlar. Hazan və Shaver'a görə, cütlüklər arasında formalaşan duyğusal bağ, qismən uşaqlarla valideynləri arasındakı duyğusal bağla eyni motivasiya sisteminin – bağlanma davranış sisteminin funksiyasını yerinə yetirir (Hazan & Shaver, 1987). Beləliklə Hazan və Shaver, uşaqlar və valideynlər arasındakı münasibətlə cütlüklər arasındakı münasibətin ortaq cəhətlərini müəyyən etmişdirlər: hər ikisi yaxın, səmimi təmas qurur, ikisi də əlçatmaz olduqda özünü güvənsiz hiss edir, bir-birlərinə qarşı qarşılıqlı heyranlıq nümayiş etdirir, kəşflərini bir-birləriylə paylaşır. Bu bənzərliklərə əsaslanaraq Hazan və Shaver yetkin şəxslərin romantik münasibətlərinin uşaq-valideyn münasibətləri kimi bağlanmalar olduğunu və romantik sevginin bağlanma davranış sisteminin və qayğı göstərməyə, cinsəlliyə yol açan motivasiya sistemlərinin bir xüsusiyyəti olduğunu müdafiə etdilər (Hazan & Shaver, 1987). Romantik münasibətlərin bağlanma münasibətləri ola biləcəyi fikri yaxın münasibətlərlə bağlı aparılan müasir tədqiqatlar üzərində əhəmiyyətli təsirə malik olmuşdur. Bu fikrin 3 mühüm nəticəsi vardır.

Öncəliklə əgər romantik münasibətlər bağlanma münasibətləridirsə, deməli Ainsworth'un uşaq-valideyn münasibətlərində müşahidə etdiyi fərdi fərqləri yetkin şəxslərin münasibətlərində də müşahidə etməliyik. Məsələn, yetkin şəxslərin münasibətlərində güvənli olmasını gözləyə bilərik: ehtiyac duyduqda partnyorlarının yanlarında olacaqlarından əmin ola bilərlər və başqalarına güvənməyə açıq ola bilərlər (Mikulincer & Shaver, 2007). Bunun əksinə olaraq digərlərinin münasibətlərində güvənsiz olmasını gözləməliyik. Məsələn, bəzi güvənsiz yetkin şəxslər başqalarının onları tam olaraq sevə biləcəyindən şübhə duyur və bağlanma ehtiyacları qarşılanmadıqda xəyal qırıqlığı yaşaya, aqressivləşə bilərlər. Digərləri isə qaçınqan ola bilərlər,

yəni yaxın münasibətlərə ciddi yanaşmaya, digər insanlardan asılı olmağı və insanların da onlardan asılı olmasını sevməyə bilirlər (Bartholomew & Horowitz, 1991).

İkinci olaraq yetkin şəxslərin romantik münasibətləri bağlanma münasibətləridirsə, o zaman onların münasibətlərinin irəliləyiş şəkli uşaq-valideyn münasibətlərinin irəliləyiş şəklinə bənzər olmalıdır (Hazan & Shaver, 1987). Qısaca, bağlanmadakı fərdi fərqlər uşaqlıqda olduğu kimi yetkinlikdə də münasibətlərə eyni şəkildə təsir göstərir (Fraley & Shaver, 2000).

Üçüncüsü, yetkin bir şəxsin münasibətlərində güvənli və ya güvensiz olması valideynləriylə yaşadığı təcrübələrin bir hissəsinin əks olunması ola bilər. Məsələn, güvənli bir uşaq əvvəlki təcrübələrinə əsaslanaraq daima başqalarının onun üçün orada olacağına inanmağa meyillidirlər (Bowlby, 1988). Nəticədə uşaq bu cür gözləntilərə sahib olduqda, bu gözləntilərə uyğun münasibətlər axtarışında olacaqdır. Beləliklə, yetkin şəxslərin münasibətlərinin bağlanma münasibətləri olduğuna əsaslanaraq, güvənli uşaqların romantik münasibətlərdə də güvənli olması mümkündür (Mikulincer & Shaver, 2007).

Neyroinkişaf cəhətdən baxdıqda, bağlanmanın keyfiyyəti sinir sisteminə əhəmiyyətli təsir göstərir. Uşaqlıq dövrü təcrübələrinin genetika ilə əlaqəyə girərək beynin quruluşunu dəyişdiyi və davranış dəyişikliyinə səbəb olduğu artıq uzun illərdir ki, bizə məlumdur (Meaney, 2001; Champagne, 2010). Bu erkən həyat təcrübələri beyindəki xüsusi əlaqə hüceyrələrinin (neyronlar) sayını əhəmiyyətli ölçüdə dəyişdirə bilər və bu təcrübələr daha sonra neyronların arasındakı əlaqə nöqtələrinin (sinapslar) sayını artırma və ya azalda bilər (Nelson, 2000). Beynin bu təcrübəyə əsaslanaraq formalaşması, beynin necə işlədiyi üzərində xüsusi təsirə malikdir. Xüsusilə, beynin duyğu mərkəzlərinin kortekslə və şəxsiyyətimizi, seçimlərimizi və dünyaya necə baxdığımızı müəyyən etmək üçün, işləmə strukturu ilə necə əlaqə qurduğunu müəyyən edə bilər (Schore, 2001). Beynin inkişafının bu təcrübəyə əsaslanan tənzimlənməsi, cəmiyyətə töhfə verən, qanunlara riayət edən vətəndaşlar olaraq böyüyən uşaqların dünyaya gəlməsini təmin edir. Bununla yanaşı, qayğı göstərən şəxsdən qaynaqlanan istismar və ehmə etmə, bu təcrübəyə əsaslanan sistemi ələ keçirərək koqnitiv və emosional əksikliklərə və dünyanı təhlükəli bir yer olaraq görməyə səbəb ola bilər (Teicher & Samson, 2016). Bu erkən həyat travmaları beynin normal proqramlaşdırılmasına maneə olur və patologiyalara gətirib çıxarır (Perry & Vigilante, 1995). Əhəmiyyətli məqamlardan biri odur ki, beynin inkişafının yalnız genetika ilə əlaqəli olduğu ilə bağlı orijinal baxış bucağı artıq əvvəlki kimi qüvvədə deyildir. Beynin inkişafı genlər və mühitin təsiri altında daima dəyişən bir prosesdir və doğum sonrası təcrübələr də beynin quruluşunu dəyişdirir (Greenough et al., 1987).

Beyin hüceyrələrinin yaranması (neyrogenez), beyindəki uyğun yerə getməsi və digər neyronlarla əlaqə qurması ilə (aksonlar giriş siqnallarını qəbul edən hissə və dendritlər çıxış siqnallarını göndərən hissə) bir sistem əmələ gətirir (Stiles & Jernigan, 2010). Daha sonra isə neyron məlumat göndərmək üçün hüceyrələr arasında sinapslar formalaşdırır. Bu proseslərin bəziləri doğum öncəsində gerçəkləşir, lakin sonrakı addımlar həyatın ilk 2–3 ilində yüksək səviyyədə davam edir (Tierney & Nelson, 2009). Eyni zamanda bu proses yeniyetməlik boyunca da davam edir (Blakemore & Choudhury, 2006). Doğum sonrası inkişafın əhəmiyyəti çox böyükdür və erkən yaş dövründə hər gün on minlərlə yeni sinaps formalaşır (Huttenlocher & Dabholkar, 1997). Beynin inkişafının bu təcrübə ilə bağlı idarəetməsinin güclü olması bir hüceyrənin sinir aktivliyini artıran və azaltan təcrübələrlə bağlıdır. Məsələn, istifadə edilməyən neyronlar (az sinir aktivliyinə malik neyronlar) məhv olarkən, istifadə edilən neyronlar məhv olmur.

Həyat boyu beyində yeni neyronlar yaranmasına baxmayaraq, həyatın erkən dönəmində baş verən böyümə sonrakı dövrlərdə əsla təkrarlanmır (Giedd, 1999). Beynin amigdala, hipokampus, prefrontal korteks və mükafat sistemi xüsusilə önəmli əhəmiyyət kəsb edir. Emosional reaksiyalarımıza nəzarət edən amigdala, güvənli bağlanma zamanı stressə adekvat reaksiya verməyimizə və qısa müddətdə əvvəlki halımıza qayıtmaqda mühüm rol oynayır (Tottenham & Sheridan, 2009). Yaddaş və öyrənmə üçün önəmli olan hipokampus isə emosional yaddaşın formalaşmasını və təcrübələrdən öyrənmə bacarığını asanlaşdırır (Kim & Diamond, 2002). Prefrontal korteks emosional nəzarət, qərar vermə və planlama funksiyalarını həyata keçirir. Güvənli bağlanma ilə prefrontal korteks daha mükəmməl şəkildə inkişaf edərək, duyğularımızı idarə etməyə və şüurlu şəkildə qərar verməyimizə kömək edir (Schoore, 2001). Eyni zamanda, güvənli bağlanma müsbət təcrübələr və nəticələrə reaksiya olaraq məmnuniyyət hissi yaradan beyin mükafat sisteminin aktivliyini davam etdirərək şəxsin sosial əlaqələrdən həzz almasını təmin edir (Depue & Morrone-Strupinsky, 2005). Güvənsiz bağlanma tərzləri isə emosiyaların idarə edilməsində çətinliklərə və sosial əlaqələr qurma bacarığının azalmasına gətirib çıxara bilər (Mikulincer & Shaver, 2007). Güvənsiz bağlanma ilə bağlı ortaya çıxan pozuntulara ayrılıq qayğısı, emosiyaların idarə edilməsində çətinlik, davranış problemləri və özünə hörmətin aşağı səviyyədə olması aiddir (Groh, 2012). Ayrılıq qayğısı yaşayan uşaqlarda valideynlərindən ayrıldıqda narahatlıq və qayğı müşahidə edilir. Adətən özlərinin və ya ailələrinin başına bir şey gəlməsindən çox qorxurlar. Bununla yanaşı, güvənsiz bağlanan uşaqlar emosiyalarını idarə etməkdə çətinlik çəkə bilirlər (Cassidy & Berlin, 1994). Onların emosiyalarında tez-tez dəyişiklik olur, kədərli olduqda sakitləşməkdə çətinlik çəkir, duyğularını qeyri-adekvat şəkildə ifadə edirlər. Bu özünü təkrarlanan aqressiv davranışlar və sosial çəkilmə olaraq göstərə bilər (Lyons-Ruth,

1999). Güvənsiz bağlanma ilə əlaqədar uşaqlarda davranış problemləri də özünü göstərir. Onlarda valideynlərə qarşı itaətsizlik, qaydalara riayət etməkdə çətinlik bürüzə verə bilər (Greenberg et al., 1993). Bu bağlanma tərzı eyni zamanda aşağı səviyyədə özünə hörmətə və mənfi imicin yaranmasına səbəb ola bilər (Sroufe, 2005). Bu uşaqlar başqaları ilə sağlam münasibət qurmaqda çətinlik çəkir, insanlara güvənə bilmir və yaxınlıq qurmaqdan qaça bilərlər (Cassidy & Shaver, 2008).

Valideynlər uşaqları ilə güvənli bağ qurub-qurmadıqlarını müəyyən etmək üçün bir sıra məqamlara diqqət yetirməlidirlər. Bunlar uşaqların duyğu və ehtiyaclarını valideynlərinə sərbəst şəkildə ifadə edə bilməsi, narahat və qorxmış hiss etdikdə valideynlərindən duyğusal dəstək istəyə bilməsi və uşaqların ətrafdakıları kəşf etməyə və yalnız şəkildə yeni şeyləri yoxlamağa hazır olmasıdır (Ainsworth, 1978). Güvənli bağlanan uşaq dəstək üçün valideyninə geri dönə biləcəyini bilərək dünyanı kəşf etmədə daha özgüvənli olur (Waters & Cummings, 2000). Bu uşaqlar duyğularını daha yaxşı tanıyır və ifadə edə bilər (Denham, 2003). Eyni zamanda bu uşaqlar ehtiyaclarının qarşılanacağından və ətrafındakıların güvəndə olduğundan əmindirlər (Thompson, 1999). Güvənli bağlanma tərzı uşağın anlaşıldığını hiss etdiyi açıq, səmimi və şəfqət dolu bir münasibətlə xarakterizə edilir (Siegel & Hartzell, 2003). Beləliklə bağlanma nəzəriyyəsi insan inkişafında mühüm rol oynayır və erkən münasibətlərin beyin strukturlarına, emosional tənzimləməyə və sosial bacarıqlara təsir etdiyini göstərir (Schore, 2001; Siegel, 2012).

Yeniyyətlik dövrü insan inkişafında xüsusi əhəmiyyət kəsb edən mərhələdir və bu dövrdə bağlanma tərzləri həm emosional, həm də sosial inkişafın təməlini təşkil edir (Allen & Tan, 2016). Yeniyyətlərin valideynləri və digər əsas qayğı göstərən şəxslər ilə qurduğu bağlanma münasibətləri onların psixoloji sağlamlığına, sosial münasibətlərinə və ümumi adaptasiyasına ciddi təsir göstərir (Laible & Carlo, 2004). Lakin bu bağlanma tərzlərinin formalaşmasında fərdi amillərlə yanaşı, sosial və mədəni amillərin rolu böyükdür və yeniyyətlərin yaşadıkları sosial mühit bu münasibətlərin xüsusiyyətlərini müəyyən edir (Mesman, van IJzendoorn, & Bakermans-Kranenburg, 2016).

Mədəniyyətlərin yeniyyətlərin bağlanma tərzlərinə təsiri xüsusilə nəzərə çarpandır. Kollektivist cəmiyyətlərdə, məsələn, bir çox Asiya ölkələrində, ailə və icma bağlılığı yüksək qiymətləndirilir və yeniyyətlər üçün ailə münasibətləri əsas sosial dəstək mənbəyidir (Kagitcibasi, 2007). Belə mədəniyyətlərdə valideynlərin sərt nəzarəti və yaxınlığı yeniyyətlərin bağlanma tərzlərini təşvişli və ya güvənli şəkildə formalaşdırı bilər (Rothbaum, Weisz, Pott, Miyake, & Morelli, 2000). Yeniyyətlər ailə içi gözləntilərə uyğun davranmaq və ailə dəyərlərini qorumaq üçün sosiallaşır, bu da onların emosional ehtiyaclarına və bağlanma tərzlərinə təsir edir (Chen, Wang, & Wang, 2009). Qərb ölkələrində isə fərdi azadlıq və müstəqillik daha çox

vurğulandığından, yeniyetmələrin özünüifadə və müstəqillik bacarıqları ön plandadır. Bu kontekstdə bağlanma tərzləri fərdi inkişaf və sosial münasibətlərin formalaşması ilə daha sıx bağlıdır (Bornstein, 2012). Yeniyetmələr müstəqilliklərini ifadə etmək üçün valideynlərlə münaqişə yaşaya bilər, bu da bəzən bağlanma problemlərinə və təşvişli bağlanma nümunələrinin artmasına gətirib çıxara bilər (van IJzendoorn & Sagi-Schwartz, 2008).

Yeniyetmələrin yaşadığı sosial dəyişikliklər, xüsusən urbanizasiya və texnoloji inqilab bağlanma tərzlərinin formalaşmasına təsir göstərir. Şəhərlərdə yaşayan yeniyetmələr daha çox təşvişli bağlanma tərzini nümayiş etdirə bilər, çünki ailə üzvləri arasında vaxtın azlığı və sosial dəstəyin zəifləməsi bu təsirin əsas səbəblərindəndir (Keller et al., 2004). Eyni zamanda, sosial media və texnologiyanın geniş yayılması yeniyetmələrin sosial əlaqələrini dəyişdirir, bəzən ailə ilə ünsiyyətin zəifləməsinə və bağlanma problemlərinə yol açır (Odgers & Jensen, 2020).

Sosial-iqtisadi amillər də yeniyetmələrin bağlanma tərzlərinə mühüm təsir göstərir. Aşağı sosial-iqtisadi statuslu ailələrdə yaşayan yeniyetmələrdə stress, valideynlərin işsizliyi və sosial təzyiq daha çox olur, bu da onların emosional təhlükəsizliyini zəiflədərək təşvişli bağlanma riskini artırır (Conger & Donnellan, 2007). Bu tip ailələrdə valideynlər uşaqlara daha az emosional dəstək verə və ya daha sərt tərbiyə metodları tətbiq edə bilər ki, bu da yeniyetmələrin bağlanma tərzlərinə mənfi təsir göstərir (Bradley & Corwyn, 2002).

Dini və mədəni dəyərlər də yeniyetmələrin bağlanma tərzlərinin inkişafında əhəmiyyətlidir. Dini ailələrdə böyüyən yeniyetmələrdə valideyn-uşaq münasibətləri daha sıx və dəstəkləyici ola bilər, bu da güvənli bağlanma tərzlərinin yaranmasına şərait yaradır (Mahoney, Pargament, Tarakeshwar, & Swank, 2001). Həmçinin, mədəniyyətə xas dəyərlər və norma sistemləri yeniyetmələrin ailə içi sosiallaşmasına təsir edir və onların emosional bağlanmasını formalaşdırır (Weaver & Olson, 2006).

Empirik tədqiqatlar göstərir ki, mədəniyyətlərarası fərqlər bağlanma tərzlərinin inkişafında və ifadəsində həlledici rol oynayır. Məsələn, Rothbaum və həmkarları (2000) ABŞ və Yaponiya yeniyetmələri arasında aparılan tədqiqatda fərdi azadlıq və ailə bağlılığının bağlanma nümunələrindəki fərqləri vurğulamışlar. ABŞ-da yeniyetmələr daha çox müstəqillik və fərdi inkişaf yönümlü bağlanma nümayiş etdirirsə, Yaponiya yeniyetmələri daha çox ailəyə bağlılıq və kollektivizmi ifadə etmişdir. Nəticə olaraq, yeniyetmələrdə bağlanma tərzlərinin formalaşması çoxşaxəli prosesdir və yalnız fərdin daxili psixoloji xüsusiyyətləri ilə deyil, sosial mühit, mədəniyyət, ailə strukturu və iqtisadi şərait kimi geniş sosial amillərlə müəyyən edilir. Bu səbəbdən, yeniyetmələrin emosional və sosial inkişafına dəstək vermək üçün psixoloji müdaxilə

və təhsil proqramları sosial-mədəni konteksti nəzərə almalıdır (Mesman et al., 2016; Weaver & Olson, 2006).

1.1.2. Bağlılıq nəzəriyyələri və problemlə bağlı araşdırmalar

Bağlanma nəzəriyyəsi 1950-ci illərin sonunda İngilis psixoloq John Bowlby tərəfindən yaradılmışdır. Edward John Bowlby, 1907-ci ildə Londonda imkanlı bir ailədə dünyaya gəlmişdir. Ailənin 6 uşağından biri olan Bowlby ailəsi ilə çox az əlaqə qurduğunun fərqləndirilməsi olmuşdur. Uşaqlığının keçdiyi evdəki tərbiyə anlayışı uşaqlara həddən artıq sevgi və maraq göstərilməsinin doğru olmaması idi, buna görə də Bowlby 7 yaşında yataqxanası olan bir məktəbə yerləşdirilir. Bowlby, məktəb illərini travmatik bir təcrübə kimi xatırlayır və bütün bunlar onun inkişaf psixologiyasına verdiyi təhəssülə gətirib çıxarır (Bowlby, 1969). Eyni zamanda Bowlby hər iki dünya müharibəsi zamanı ayrılıq və itkinin insan münasibətlərinə təsirinə də şahidlik etmişdir. Psixologiya oxuduğu Kembrij Universitetindən məzun olduqdan sonra Bowlby öz biliklərini könüllü olaraq paylaşmağa qərar verdi və 21 yaşında yataqxanası olan bir məktəbdə problemli uşaqlarla məşğul olmaq qərarına gəldi. Bowlby təcrübələrini düşünərək məktəbdə işlədiyi 6 ayı həyatının ən dəyərli 6 ayı olaraq xatırlamışdır. O, belə demişdir: “bildiyim hər şeyi orada olduğum zaman öyrəndim” (Bowlby, 1988). Beləliklə məktəbin uşaqlar üçün yaratdığı mühit Bowlby'nin bağlanma nəzəriyyəsinin təməllərini formalaşdırdığı bizə məlumdur. Bowlby'nin məktəbdə öyrəndikləri onu psixoanaliz sahəsində təhsil almağa təşviq etdi. Oyun terapiyasının qurucusu olan Melanie Klein'nin təsiri altında Britaniya Psixoanalitik İnstitutunda işləməyə başladı. Psixoanalist olaraq keçirdiyi bu illər Bowlby'nin məktəbdə topladığı təcrübələr ilə uyğun gəlmirdi. Çünki, psixoanaliz insanın şüursuz və şüurlu zehni fəaliyyətlərini, məsələn, qorxularını, arzularını, motivlərini və daxili konfliktlərini əhatə edir və bu da onun məktəbdəki təcrübələri ilə üst-üstə düşmürdü (Bowlby, 1982). Britaniya Psixoanalitik İnstitutundakı təhsil illərində Bowlby'nin psixoanalizlə bağlı yaşadığı məmnuniyyətsizlik daha da artdı. Emosional problemlərin uşağın ətrafındakılarla qurduğu ünsiyyətdən qaynaqlandığı fikrini irəli sürdü (Bowlby, 1980). Bu, Melanie Klein ilə fikir ayrılığına yol açdı. Bowlby'nin davranış problemləri olan uşaqlarla işlədiyi müddət, uşaqların inkişafına, xüsusilə də ana fiqurundan ayrı qalma dövrlərinin uşaqlara necə təsir etdiyi ilə bağlı önəmli məlumatlar əldə etməsinə nail oldu. Tavistock Klinikası və Dünya Sağlamlıq Təşkilatı üçün işlədiyi müddət boyunca Bowlby “şəfqətsiz psixopatiya” terminini ortaya çıxardı. Bu termini uşaqlarda tərki edilmə, rədd edilmə və sevilmənin davranış problemlərində necə rol oynadığını izah etmək üçün istifadə etdi (Bowlby, 1982). Diqqətini ana və uşaq arasındakı bağa yönləndirən Bowlby “Uşaq baxımı və sevginin böyüməsi” adlı bir kitab yazır. Kitab ana sevgisinin uşağın inkişafına təsirinin, qidaların fiziki sağlamlığa təsiri kimi önəmli olduğunu vurğulamışdır (Bowlby, 1988). John Bowlby daha çox ana-uşaq arasındakı bağ və bu

bağın uşağın emosional inkişafına təsiri ilə maraqlandığı üçün, onun müəyyən etdiyi bağlanma mərhələləri bu bağ içərisindəki hər bir inkişaf mərhələsinə ayrılıqda diqqət yetirir. İlk mərhələdə uşaq valideynləri ilə yad insanları bir-birindən ayıra bilmir. Bir müddət sonra uşaq artıq özünə tanış gələn insanlara daha çox yaxınlıq göstərir, lakin digər insanlardan gələn qayğını da qəbul edir. Növbəti mərhələdə artıq uşaqda valideynlərinə və ya ona qayğı göstərən şəxsə qarşı bağlanma formalaşır. Sonda uşağın nitqi inkişaf edir və valideynlərinin və ya ona qayğı göstərən şəxslərin ayrılma və geri dönmə davranışlarını anlamağa başlayır. Bowlby'nin bağlanma mərhələlərinin valideyn-uşaq bağına yönəlməsi səbəbilə, Schaffer və Emerson daha geniş sosial bağlara yönələn bağlanma mərhələləri irəli sürdülər (Schaffer & Emerson, 1964). Schaffer və Emerson'un bağlanma mərhələləri uşaqların inkişafı boyunca birdən çox bağ formalaşdırdığına əsaslanır. Schaffer və Emerson'un bağlanma mərhələləri bunlardır:

Asosial mərhələ (0-2 ay) - Bu mərhələdə uşaq gülmə və gülümsəmə kimi müsbət reaksiya verən hər şeyə yönəlir. Uşaq özünə müsbət şəkildə təqdim edilən hər hansı bir şəxslə və ya əşya ilə bağlanma quracaqdır.

Ayrı seçkiliyin olmadığı bağlanma mərhələsi (2-7 ay) - Uşaq artıq cansız əşyalar əvəzinə insanları seçməyə başlayır, lakin xüsusilə onlara qayğı göstərənləri seçmir və tanımadığı insanlardan qorxmur.

Müəyyən bağlanma mərhələsi (7-9 ay) - Uşaq başqaları əvəzinə özlərinə qayğı göstərən şəxsləri seçir və onlarda rahatlıq, güvən və təhlükəsizlik axtarır. Bu mərhələdə ayrılıq qayğısı formalaşma bilər.

Bağların genişlənmə mərhələsi (10-18 ay) - Bu mərhələdə uşağın qayğı göstərən şəxslərlə olan bağı güclənir. Eyni zamanda uşaq artıq nənə, baba və bacı-qardaşı kimi həyatındakı digər önəmli insanlara da bağlanmağa başlayır.

Bowlby'nin daxili işləmə modelinə görə, bir uşaq ona ilkin qayğı göstərən şəxslərlə qurduğu bağlara əsaslanaraq münasibətlərini necə davam etdirəcəyinə dair daxili işləmə modeli və ya zehni təmsil formalaşdırır. Bowlby bu daxili bağlanma modelinin həyatımız boyunca-yeniyetməlik və yetkinliyə qədər bizimlə birlikdə olduğunu və davranışımızı yönləndirdiyini irəli sürmüşdür (Bowlby, 1988). Daxili işləmə modelləri qarışıqdır və bir-birilə əlaqəli ünsürlərdən ibarətdir. Bu ünsürlər aşağıdakılardır:

-Özümüz və başqaları haqqında formalaşdırdığımız inanclar və gözləntilər

-Bağlanma ilə bağlı ehtiyaclarımız və hədəflərimiz

-Münasibətlərdə nümayiş etdirilən davranış strategiyaları

-Erkən bağlanma təcrübələrinin xatirələri

Daxili işləmə modelinin necə işlədiyinə nəzər yetirək. Məsələn, valideyni xroniki olaraq depressiv olan kiçik bir uşağı düşünək. Uşaq bir şey üçün kədərləndikdə, valideyn adətən onu sakitləşdirə bilmir, uşaq ağladığı üçün ona qəzəblənir. Əgər valideynin bu davranış reaksiyaları təkrar olunmağa davam edərsə, uşaq şüuraltında başqaları ilə birlikdə mövcud olmaq üçün öz duyğularını görməzdən gəlməli olduğunu öyrənməyə başlayar və bu da uşağın başqalarına necə yaxınlaşmalı və onlarla necə əlaqə qurmalı olduğuna dair daxili işləmə modelinə çevrilər.

Mary Ainsworth, John Bowlby-nin bağlanma nəzəriyyəsini daha da inkişaf etdirən tanınmış tədqiqatçılardan biridir (Bretherton, 1992). O, psixologiya sahəsində təhsilini Kanadada başa vurduqdan sonra bir müddət müəllimlik etmiş və müharibədən sonra akademik fəaliyyətini davam etdirmişdir (Bretherton, 2003). Londonda Bowlby ilə əməkdaşlığı onun elmi istiqamətini formalaşdırmış və bağlanma nəzəriyyəsinə marağını artırmışdır (Bretherton, 2003). 1950-ci illərdə Ugandada apardığı tədqiqatları nəticəsində ana və uşaq arasında yaranan emosional bağlılığın müxtəlif formalarını müşahidə etmişdir (Ainsworth & Bowlby, 1991). Daha sonra ABŞ-da universitetlərdə çalışaraq bağlanma davranışlarına dair nəzəri və praktik bilikləri inkişaf etdirmişdir (Ainsworth & Bowlby, 1991). Ainsworth, bağlanma nəzəriyyəsini inkişaf etdirməsi və “yad adam situasiyası” adlandırdığı eksperiment ilə tanınır. Erkən həyat dönməsində inkişaf edən bağlanmanın uşağın gələcək həyatına, münasibətlərinə olan təsirinin öyrənilməsi ilə bağlı yalnız insanlar üzərində yox, eyni zamanda heyvanlar üzərində də müxtəlif eksperimentlər aparılmışdır. Bunlardan biri də Harry Harlow'un eksperimentidir. Psixologiyanın ən önəmli eksperimentlərindən biri olan “Sevginin Təbiəti”, 1950 və 1960-cı illərdə Amerikalı psixoloq Harry Harlow tərəfindən aparılmışdır. Bu eksperimentlə o, duyğusal bağların önəmi və erkən uşaqlıq dönməsinin zehni inkişafa təsiri ilə bağlı mühüm nəticələr əldə etdi. Harry Harlow, sevgi və şəfqətin təbiətini analiz etmək üçün makak cinsinə aid meymunları model olaraq istifadə etmək qərarına gəldi. Meymunlara maddi və mənəvi baxımdan tamamilə təzad olan 2 fərqli “ana” fiquru təqdim etdi. Bunlardan biri yumuşaq parçadan hazırlanmış, rahatlıq vəd edirdi, lakin yemək vermirdi. Digər fiqur isə dəmir tellərdən hazırlanmışdı və meymunları yeməklə, yəni südlə təmin edirdi. Meymunlar dəmir teldən hazırlanmış ana fiqurundan yalnız qısa bir müddət qidalanmaq üçün istifadə etmiş, sonra isə qalan bütün vaxtı rahatladıcı parçadan olan ana fiquru ilə keçirmişdirlər. Bu da rahatlıq və emosional yaxınlığın aclıq kimi təməl fiziki ehtiyacların ödənilməsindən daha əhəmiyyətli olduğunun vurğulamışdır (Harlow, 1958). Günümüzdə müzakirələrə və tənqidlərə məruz qalsa da, Harlow'un eksperimentləri bağlanmanın altında yatan mənəvi və fiziki ehtiyacları anlamaq üçün təməl yaratmış və bağlanmanın yalnız həyatda qalmaqla bağlı olmadığını sübut etmişdir. Eksperimentin ikinci mərhələsi sadəcə olaraq birinci mərhələnin

nəticələrini doğruladı. Bala meymunlar 2 qrupa ayrıldı. Birinci qrup dəmir teldən hazırlanmış ana fiquru ilə bir qəfəsə qoyuldu, ikinci qrup isə yenə parçadan hazırlanmış ana fiquru ilə bir qəfəsə qoyuldu. Ancaq bu dəfə hər iki ana fiquru bir şüşə süd ilə təmin edilmişdi. Müəyyən zaman sonra hər iki meymunun çəkisi artmağa başladı və hər iki meymun bərabər şəkildə böyüməyə başladı. Lakin teldən hazırlanmış ana fiquru ilə eyni qəfəsdə olan meymunlarda artan qayğı, stres, qorxu və önəmli bir psixosomatik simptom olan ishal əlamətləri müəyyən edildi (Harlow, 1965). Eksperimenti tamamladıqdan sonra Harry Harlow bala meymunları öz təbii mühitinə buraxdı. Lakin həyatlarının ilk aylarını izolyasiya edilmiş bir şəkildə keçirmək məcburiyyətində qalan meymunlar, təbii mühitdə doğmuş və böyümüş digər meymunlarla birgə yaşamağa hazır deyildilər. Meymunların yeni balalar dünyaya gətirmədiyini görən Harlow onları zorla bala sahibi olmaq üçün məcbur etməyə başladı. Nəticə olaraq meymunların bir qismi balalarını öldürdü, digər bir qismi onları tərk etdi, onlarla vaxt keçirmədi, qida vermədi və özlərinə verilməyən heç bir şeyi onlara vermədi (Harlow, 1971). Harry Harlow'un "Sevginin Təbiəti" eksperimentinin nəticələri, insanlarda valideynlik anlayışını anlamaq baxımından mühüm əhəmiyyət kəsb edir və uşaq böyüdərkən diqqət yetirilməli olan önəmli məqamları vurğulayır. Bu məqamlar aşağıdakılardır:

Qayğı və emosional dəstək: Eksperiment uşağın rahatlıq, sevgi və şəfqət kimi mənəvi tələbatların fiziki tələbatlardan önəmli olduğunu ortaya qoydu. Valideynlər uşaq üçün güvənli və dəstəkləyici bir mühit yaratmaq üçün onları emosional dəstəklə təmin etməlidir. Məsələn, travma sonrası bir uşağın təsəlli edilməsi zamanı valideynin ona verdiyi rahatladıcı bir qucaqlama uşağın özünü güvəndə və sevilən hiss etməsinə yardım edə bilər (Bowlby, 1988).

Sosial əlaqə: Eksperiment sosial əlaqənin normal zehni inkişafda önəmli bir rol oynadığını göstərdi. Sosial mühitdə olan, başqaları ilə qarşılıqlı əlaqə qurmaq fürsətinə sahib olan uşaqlar daha yaxşı sosial bacarıqlara və empatiya qurma bacarığına malik olurlar. Məsələn, uşağınızı bağçada və ya oyun oynaya biləcəyi bir sahədə digər uşaqlarla oynamağa təşviq etmək, onun sosial bacarıqlarını inkişaf etdirməsinə və başqaları ilə əməkdaşlıq etməyi öyrənməsinə kömək edəcəkdir (Ainsworth, 1979).

Fiziki təmas: Eksperimentdəki meymunlar yumuşaq və rahat olan ana fiqurunu seçdilər, bu da fiziki təmasın və toxunmanın bağlanmanı formalaşdırmaqda və duyğusal bağların qurulmasındakı əhəmiyyətini açıqlayır. Məsələn, ağlayan bir uşaqı qucağımıza alıb şəfqətlə qucaqlamaq, valideyn və uşaq arasındakı duyğusal bağ və yaxınlıq hissini gücləndirməyə səbəb olur (Harlow, 1958).

Zamanın keyfiyyəti: Harry Harlow'un eksperimentləri eyni zamanda valideynlərin uşaqları ilə keçirdikləri keyfiyyətli zamanın əhəmiyyətini də vurğulayır. Bu sadəcə duyğusal dəstək verməklə qalmır, həm də uşağın koqnitiv və sosial bacarıqlarını da inkişaf etdirməsinə təmin edir. Məsələn,

uşağa kitab oxuyarkən onu diqqətlə dinləmək, suallarını müzakirə etmək, maraq dairəsi və nailiyyətləri haqqında danışmaq, valideyn və uşaq arasındakı bağı gücləndirməyə kömək edir (Bowlby, 1973).

Bağlanma və güvənli mühit: Eksperiment nəticələri şəfqətli və dəstəkləyici fiqurlara bağlanmanın uşaq üçün güvənli bir mühit yaratdığını və bunun da onun zehni inkişafını və özgüvənini artırdığını göstərdi. Məsələn, uşaqla davamlı olaraq əlaqə qurmaq, onu dinləmək və çətin vəziyyətlərdə ona dəstək olmaq, onun başqalarına qarşı güvən hissi yaratmasına kömək edir (Ainsworth, 1985).

Harlow'un eksperimentləri fiziki yaxınlıq və emosional dəstəyin uşağın psixoloji sağlamlığı üçün nə qədər vacib olduğunu sübut etmişdir (Harlow, 1958).

Bütün bu tədqiqatlar göstərir ki, erkən bağlanma təcrübələri uşağın emosional, sosial və psixoloji inkişafında həlledici rol oynayır və bu bağlanmaların keyfiyyəti gələcək münasibətlərin əsasını təşkil edir (Bowlby et al., 1988).

Bağlılıq və onun digər anlayışlarla əlaqəsi ilə bağlı müasir dövrdə də çoxsaylı tədqiqatlar aparılmışdır. Bu araşdırmalardan bir neçəsinə nəzər salaıq. Bunlardan biri bağlanma ilə qidalanma arasındakı əlaqənin öyrənilməsinə əsaslanan araşdırmaıdır. Bağlanma münasibətlərinin insanların rifahı, həm fiziki məsələn (hipertoniya, obezlik, xərcəng), həm də psixoloji (depressiya, təşviş pozuntusu, asılılıq kimi) xəstəliklərə meyilliliklə yaxından əlaqəli olduğı müəyyən edilib (Diener et al., 2016). Zəif şəxsiyyətlərarası münasibətlər yemə pozuntularının başlanğıcında və davam etdirilməsində əsas amil olaraq müəyyən edilmişdir (Broberg et al., 2001). Məsələn, 7 fərqli araşdırma yemə pozuntuları olan şəxslərdə bağlanmanın daha güvənsiz və patoloji olma ehtimalının yüksək olduğunu qeyd etmişdir (O'Shaughnessy & Dallos, 2009). Beləliklə, yemək yemək mükafatlandırıcı, motivasiyaedici və zövq verən bir davranış (Blumenthal & Gold, 2010), qısa müddətdə narahatlıq və neqativ emosiyalardan qaçmaq üçün bir üsuldur (Haedt-Matt & Keel, 2011). Başqa bir şəkildə desək, uşaqlar və böyüklər ətraflarındakı insanlardan qayğı və dəstək görmədikdə neqativ emosiyalardan və fizioloji stressdən qaçmaq üçün yeməyi istifadə edirlər, bu da onların daha yaxşı hiss etməsinə səbəb olur (Anderson et al., 2012). Məsələn, Han və Pistole (2014) təşvişli bağlanma tərzinə malik universitet tələbəsi olan cütlüklərdə həddən artıq çox qidalanma meylinin olduğunu müəyyən etmişdirlər.

Müasir tədqiqatlardan bir digəri isə yetkinlik dövründə bağlanmanın necə təzahür ediyi ilə bağlı araşdırmaıdır. Bağlanma əsasən bir şəxsin bağlanma fiquruna yaxınlıq axtardığı və çətin vaxtlarında güvənli bir yer olaraq gördüyü, dünyanı kəşf etmək üçün istifadə etdiyi güvənli bir bağ hesab olunur. Demək olarki, bir çox uşaq ilkin bağlarını ilk qayğı göstərən şəxslərlə qurur (Colin, 1996). Lakin yeniyetmələr böyüdükcə valideynlərini dünyanı kəşf etmək üçün güvənli bir təməl

olaraq istifadə etməyə davam etsələr də, çətin anlarında həmyaşıdlarına da yönəlməyə başlayırlar (Hazan & Zeifman, 1994; Nickerson & Nagle, 2005). Yetkinlik yaşına çatdıqda isə bir çox insan bağlanma davranışlarını valideynlərdən daha çox həmyaşıdlarına, məsələn, dostlar, partnyorlara görə müəyyən edirlər (Doherty & Feeney, 2004). Araşdırmalar yeniyetməlik və yetkinlik dövrlərində yeni bağlanma əlaqələrinin inkişafını asanlaşdıran amillər müəyyən etmişdirlər. Məsələn, araşdırmalar cütlüklərin partnyorları ilə münasibətləri uzun müddət davam etdikcə onları bağlanma fiquru olaraq istifadə etmə ehtimallarının artdığını göstərmişdir. Yəni 2 il və ya daha uzun müddət davam edən münasibətlər, 2 ildən daha az davam edən münasibətlərlə müqayisədə daha inkişaf etmiş bağlanmalara sahib olur (Doherty & Feeney, 2004). Əlavə olaraq, partnyorla birlikdə yaşamaq, bir münasibət içərisində olmaq, dəstəkləyici bir partnyorun varlığı kimi amillər bağlanmanın inkişafını asanlaşdırır bilər (Feeney et al., 2004). Araşdırmalar yetkinlikdəki bağlanma əlaqələrinin inkişafının yavaş bir proses olduğunu desə də, bu hələ də müzakirə olunur. Hazan və Zeifman (1994), adi bir romantik münasibətin 2 il sonra bir bağlanma münasibətinə çevrildiyini irəli sürmüşdür. Bağlanma ilə bağlı erkən dönm ədəbiyyatında bəzi bağlanma fiqurlarının digərlərindən daha önəmli ola biləcəyi fikrini əks etdirən “bağlanma fiqurları ierarxiyası” adlı ifadə tez-tez istifadə edilib (Bowlby, 1982). Bəzi tədqiqatçılar bu fikri yalnız bir şəxs, yəni ilkin bağlanma fiqurunun ierarxiyanın zirvəsində ola biləcəyi şəkildə şərh etmişdir. Digər araşdırmalar isə bir şəxs bağlanma ierarxiyasında daha üst sıraya yüksəldiyində digər şəxslərin daha aşağı sıralara endiyini irəli sürmüşdür. Başqa bir araşdırmada isə bir çox insanın iki və ya daha çox insanı önəmli bağlanma fiquru olaraq istifadə etdiyini irəli sürmüşdür (Rowe & Carnelley, 2005), bu da ilkin bağlanma fiquru fikrinin bir çox insan üçün yanlış ola biləcəyini göstərməkdədir. Bütün bu tədqiqatlara əsasən deyə bilərik ki, yetkinlik dönmindəki bağlanma tərzlərinin qismən erkən inkişaf dönmindəki təcrübələrdən qaynaqlanmış olmasına baxmayaraq, bu erkən təcrübələrin insanların yetkinlikdə güvənli və ya güvensiz olub olmayacaqlarını tamamilə müəyyən edə bilmədiyi ortaya çıxmışdır (Fraley & Roisman, 2018). Bir çox insan erkən inkişaf dönmində yaxşı baxım görməsinə baxmayaraq münasibətlərində güvənli bağlanmaya sahib deyildir. Eyni şəkildə bəziləri də daha az baxım görməsinə baxmayaraq münasibətlərində güvənli bağ yarada bilmişdir.

1.1.3. Bağlıq tərzləri və onun şəxsiyyətin təşəkkülündə rolu ilə bağlı tədqiqatların təhlili

Bağlanma tərzləri insanın özünü və ətrafını necə qavradığını, seçimlərini, qərarlarını, mübarizə aparmaq bacarığını, romantik və yaxın münasibətlərini müəyyən etməyə kömək edir. Mary Ainsworth 1970-ci illərdə "yad adam situasiyası" adlı eksperimenti apararaq uşaqların bağlanma tərzlərini (güvənli bağlanma, təşvişli bağlanma, qaçınqan bağlanma) və onların şəxsiyyətin inkişafına necə təsir etdiyini müəyyən etmişdir. Uşaqlarda bağlanma tərzlərini dəyərləndirmək

üçün hazırlanan bu eksperiment, uşağın valideyni ilə alışiq olmadığı bir mühitdə ayrılma və geri qayıtma kimi davranışlarına reaksiyalarını müşahidə etməyə əsaslanırdı (Ainsworth, 1978). “Yad adam situasiyası” eksperimenti ilə Ainsworth 3 əsas bağlanma tərzini müəyyən etdi. Bunlar güvənli, təşvişli və qaçınqan bağlanmadır. Dördüncü bağlanma tərzi olan qarışıq bağlanma daha sonra Main və Solomon (1986) tərəfindən əlavə edilmişdir.

“Yad adam situasiyası” eksperimenti psixoloq Mary Ainsworth və həmkarları tərəfindən psixoloq John Bowlby'nin bağlanma nəzəriyyəsini yoxlamaq üçün həyata keçirilmiş bir eksperimentdir. Bowlby, nəzəriyyəsində uşaqlar ilə onlara qayğı göstərənlər (xüsusilə analar) arasında qurulan duyğusal bağdan bəhs edir. Bu bağlanmanın uşağın təməl ehtiyaclarının qarşılınmasında və həyatda qalmasında əhəmiyyətli olduğunu vurğulayır. Ainsworth isə yad adam situasiyası eksperimentində bağlanmanın ananın uşağın ehtiyaclarını qarşılamaı ilə əlaqəsi olub olmadığını anlamağa çalışmışdır. Yad adam situasiyası eksperimenti 12-18 aylıq 100 uşağın anaları tərəfindən tək buraxıldıqda yalnız qalma stresini necə yaşayacaqlarını və bu streslə necə başa çıxacaqlarını müəyyən etməyə əsaslanıb. Uşaqlar üçün uyğun oyuncaqların olduğu bir otaqda həyata keçirilən eksperiment hər biri 3 dəqiqə davam edən 8 mərhələdən ibarətdir.

Eksperimentin gedişı belədir: Ana və uşaq tədqiqatçı ilə birlikdə eksperiment otağına daxil olur. Tədqiqatçı otaqdan çıxır və ana ilə uşaq otaqda tək qalır. Ana uşağını oyuncaqlarla dolu yerə qoyur və özü otağın küncündə yerləşən stulda əyləşir və ya uşaqla birlikdə oyuncaqlarla oynayır. Ana uşağın ətrafı kəşf etməsinə icazə verir. Daha sonra eksperimentin aparıldığı otağa yad bir qadın girir. Qadın bir müddət səssizcə oturur. Səssizlikdən qısa bir müddət sonra isə ana ilə danışmağa başlayır. Sonra isə uşağın yanına gələrək oyuncaqlarla oynamağa başlayır. Ana otaqdan çıxır. Yad qadının davranışı uşağın reaksiyasına görə dəyişir. Əgər uşaq narahat olarsa, ya da ağlayarsa onu sakitləşdirməyə çalışır. Uşaq oyuncaqlarla oynamağa davam edərsə, qadın stulda oturmağa davam edir. Yenidən ana otağa daxil olur və uşaqla oynamağa başlayır. Yad qadın otaqdan çıxır. Ana yenidən uşağı tək qoyub otaqdan çıxır. Yad qadın otağa daxil olur. Uşaq narahat olarsa onu sakitləşdirməyə çalışır. Ana otağa girir və qadın yenidən otaqdan çıxır. Eksperiment boyunca eksperimentin həyata keçirildiyi otaq kamera ilə qeydə alınmış və sonra uşaqların davranışları analiz edilmişdir. Aparılan araşdırmalar nəticəsində 3 növ bağlanma tərzi müəyyən edilmişdir. Bunlar güvənli, qaçınqan və təşvişli bağlanmadır. Bu 3 növ bağlanma tərzinə 1986 yılında dördüncü bir növ olan qarışıq bağlanma tərzi də əlavə edilmişdir.

Güvənli Bağlanma – Yad adam situasiyası eksperimentində güvənli bağlanan uşaqlar anaları yanlarında olarkən ətrafı kəşf etməyə istəklidirlər. Eksperiment boyunca ana 2 dəfə otaqdan ayrılır. Güvənli bağlanan uşaqlar ana otaqdan çıxanda ağlaya bilərlər. Ana otağa geri döndükdə isə, ana ilə fiziki təmas qurmaq istəyirlər və qısa müddətdə sakitləşirlər. Bəzi uşaqlar analarının geri

qayıdacağını bildikləri üçün ana otaqdan çıxanda rahat davranırlar və oyuncaqları ilə oynamağa davam edirlər. Ana otağa geri qayıtdıqda və uşaq sakitləşdikdən sonra o kəşf etməyə və oyun oynamağa davam edir. Eksperimentə qatılan uşaqların 70%-i güvənli bağlanmaya sahibdir. Gerçək həyatdan nümunə versək, güvənli bağlanan uşaqların valideynləri onlara kifayət qədər diqqət göstərirlər. Güvənli bağlanan uşaqlar valideynləri yanlarından ayrıldıqda daha az narahat olurlar. Onlar hər zaman valideynlərinin əlçatan olduqlarının fərqindədirlər. Güvənli bağlanan uşaqlar yetkinlik dövrlərində də əsasən güvənli bağlandıqları romantik münasibətlər qururlar.

Qaçınqan Bağlanma – Eksperimentdə qaçınqan bağlanan uşaqlar ana otağa girdikdə onunla əlaqə qurmaqdan qaçırırlar. Bəzi uşaqlar isə ananı tamamilə görməzdən gəlir. Qaçınqan bağlanan uşaqlar ana otaqda olarkən ana ilə əlaqə qurmur, ana otaqdan çıxdıqda da narahat olurlar və oyun oynamağa davam edirlər. Narahat olan bəzi uşaqlar yad qadın tərəfindən asanlıqla sakitləşdirilirlər. Eksperimentə qatılan uşaqların 15%-i qaçınqan bağlanmaya sahibdir. Qaçınqan bağlanan uşaqların anaları adətən uşaqlarına qarşı çox diqqətli deyildirlər. Bu səbəblə uşaqlar da bu diqqətsizliyə qarşı ananı görməzdən gəlməyə başlamışdılar. Yəni uşaq ana ilə əlaqəyə qurmağın fiziki və emosional ehtiyaclarını qarşılamadığı üçün ana ilə olan əlaqəni kəsmişdir. Qaçınqan bağlanan uşaqların stresli hiss etdikləri zaman valideynləri tərəfindən dəstək görmədiyini deyə bilərik. Məsələn, valideynlər uşaq ağladığı zaman onu sakitləşdirməyə çalışmazlar və ya uşağı tək qoya bilərlər. Bu tip davranış tərzinə məruz qalan uşaqlar adətən qaçınqan bağlanmaya sahib olurlar.

Təşvişli Bağlanma – Təşvişli bağlanması olan uşaqlar eksperiment zamanı ana otağa gəldikdə həm ananı istəyir, həm də ona reaksiya göstərirlər. Məsələn, uşaq ananın qucağına getmək istəyir, amma qucaqda olarkən ağlamağa davam edir və ya aşağı düşmək üçün çabalayırlar. Həm anaya ehtiyacları vardır, həm də anaya qarşı hirsliyərlər. Yad adam situasiyası eksperimentindəki uşaqların 15%-i təşvişli bağlanmaya sahibdirlər. Təşvişli bağlanan uşaqların anaları uşaqların ehtiyaclarına qarşı tutarlı davranış göstərmirlər. Təşvişli bağlanan uşaqlar ətrafdakıları kəşf etmək yerinə daha çox analarının harada olduqlarıyla maraqlanırlar. Daimi olaraq yalnız qalma qayğısı hiss edirlər. Bu səbəblə də uşaq anadan ayrıldıqda qəzəb və qayğı hiss edir. Analarına onları tək qoyduqları üçün qəzəb duyarkən eyni zamanda ananı təkrar gördükləri üçün xoşbəxt də olurlar. Bunun səbəbi ehtiyaclarının qarşılanmasındakı tutarsızlıqlardır.

Qarışıq bağlanma- Qarışıq bağlanmaya sahib olan uşaqlar çox az olduğu üçün yad adam situasiyası eksperimenti ilə müəyyən edilə bilməzlər. Qarışıq bağlanan uşaqlar həm təşvişli, həm də qaçınqan davranışlar göstərər bilərlər. Bu bağlanma tərzinə malik olan uşaqların anaları geri qayıtdıqda təəccüblü olduqlarını görmək mümkündür. Qarışıq bağlanma tərzinə malik uşaqların valideynləri adətən problemləli və rədd edilmiş şəxslərdir. Ola bilsin ki, bu şəxslər travmaların təsiri altında

olsunlar. Uşaq-valideyn əlaqələrini sistemətik olaraq müşahidə edən yad adam situasiyası eksperimenti bağlanma nəzəriyyəsi üçün önəmli töhfə vermiş və fərqli bağlanma tərzlərini ortaya çıxarmışdır. Ainsworth'un araşdırmaları erkən bağlanma təcrübələrinin sosial və emosional inkişaf üzərində qalıcı təsirlərə malik ola biləcəyini irəli sürdü (Ainsworth, 1978). Ainsworth'un araşdırmaları yalnız Bowlby'nin nəzəriyyəsinə eksperimental dəstək olmaqla qalmadı, eyni zamanda bağlanma nəzəriyyəsini daha da genişləndirdi. Valideyn-uşaq əlaqəsinin keyfiyyətinə etdiyi vurğu və metodoloji yenilikləri, inkişaf psixologiyasında mühüm dəyişikliklər yaratdı.

Bartholomew və Horowitz isə böyüklərdə güvənli, qaçınqan, qorxulu və obsessiv olmaqla dörd bağlanma tərzini müəyyən etmişdir. Uşaqlarda güvənli bağlanma ananın uşağın emosional ehtiyaclarını düzgün şəkildə qarşılamaı nəticəsində formalaşır. Güvənli bağlanmaya sahib uşaqlar daha az ayrılıq qayğısı yaşayır və tanış olmayan biri onlara yaxınlaşdıqda özlərini daha az narahat hiss edirlər. Bağlanma tərzı güvənli olan yetkin şəxslər isə qurduqları münasibətlərə dəyər verir və münasibətlərinin onların şəxsiyyəti üzərindəki təsirini təsdiqləyirlər. Güvənli bağlanma tərzinə malik şəxslər digər insanlara duyğularını, düşüncələrini sərbəst və açıq şəkildə ifadə etməyi bacarırlar (Cassidy, 1994). Bu bağlanma tərzinə malik olan insanlar da xoş olmayan hadisələr yaşaya bilərlər, lakin, insanları və hadisələri obyektiv şəkildə qiymətləndirə bilir və ümumiyyətlə münasibətlərə müsbət dəyər verirlər. Onlar partnyorlarının səhvlər etməsinə baxmayaraq onları dəstəkləyə bilərlər. Güvənli bağlanma tərzinə malik olan şəxslərin münasibətləri daha uzun müddət davam edir. Onlar romantik hisslərin artıb-azalacağına, lakin sevginin əsla ölmədiyinə inanırlar. Obsessiv bağlanma tərzinə malik şəxslər isə özləri haqqında mənfi, başqaları haqqında isə müsbət fikirlərə sahibdirlər. Onlar daima hər şeylə bağlı başqalarının təsdiqinə ehtiyac duyurlar (Bartholomew, 1990). Eyni zamanda münasibətlərində qarşı tərəflə həddindən artıq çox yaxınlıq və təmas qurmaq istədikləri üçün adətən insanları özlərindən uzaqlaşdırırlar. Bu bağlanma tərzinə malik olan uşaqlar adətən analarına yapışırlar və ətraf mühiti kəşf etməyə maraq göstərmirlər. Analarından ayrılıqda isə həddindən çox narahatlıq keçirirlər. Anaları geri qayıtdıqda və onu gördükdə isə xoşbəxt olur və rahatlamaq üçün yanlarına gedirlər. Lakin rahatladıla bilmirlər və nəticədə anaya qarşı aqressiv reaksiya göstərə bilirlər. Bu cür bağlanma tərzı ananın bəzən uşağın ehtiyaclarını qarşılamaı, bəzən də ehtiyaclarını görməzdən gəlməsi nəticəsində yaranır, yəni ananın davranışları tutarsızdır. Obsessiv bağlanma tərzinə malik olan yetkin şəxslər isə şəxsi münasibətlər qurmaq istəyir, lakin partnyorlarının onların emosional ehtiyaclarını qarşılıyıb-qayılaya bilməyəcəyi ilə bağlı əmin ola bilmirlər. Eyni zamanda bu bağlanma tərzinə malik şəxslər davamlı olaraq valideynlərini məmnun etmək üçün aktiv şəkildə çalışmağa davam edirlər. Bu şəxslərdə stres zamanı bağlanma sistemləri çox aktivləşir, emosional reaksiyalar və başqalarından asılılıq arta bilir (Mikulincer & Shaver, 2003). Obsessiv bağlanma tərzinə malik partnyorlar

münasibətlərini obsessiya, birləşmə arzusu, emosional eniş-çıxışlar, güclü cinsi ehtiras və qısqançlıqla xarakterizə edirlər. Güvənli bağlanma tərzinə malik olan cütlüklərlə müqayisədə obsessiv bağlanan cütlüklər uşaqlıq dönməində valideynləri ilə daha soyuq münasibətlər yaşamış olurlar. Digər bağlanma tərzi olan qaçınqan bağlanma tərzinə malik olan şəxslər isə özləri ilə bağlı müsbət, digər insanlarla bağlı isə mənfi düşüncələrə malik olurlar. Qaçınqan bağlanan uşaqlar analarını güvənli bir şəxs kimi görmürlər və onlardan ayrıldıqda narahatlıq keçirmirlər. Eyni zamanda anaları geri qayıtdıqda da sevinmirlər. Tanımadığı insanlarla birlikdə olduqda çox az narahat hiss edirlər. Bu cür bağlanma ananın uşağın ehtiyaclarını görməzdən gəlməsi nəticəsində formalaşır. Yetkin şəxslər isə müstəqillik və yenilməzliklərini qorumaq üçün başqaları ilə yaxın münasibətlər qurmaqdan qaçırlar. Qaçınqan bağlanma tərzinə malik yetkin şəxslər münasibətlərində problem yaşadıklarını qəbul etmir, bağlanmanın əhəmiyyətini önəmsəmir və digər insanları güvənli olaraq görmürlər. Partnyorları onlara nə qədər yaxınlaşmaq istəyirlərsə, bir o qədər geri çəkirlər. İnsanlara güvənmək onlara çox çətin gəldiyi üçün yeni münasibətlər qurmaqdan qaçırlar. Hətta bəzən müstəqillik qazanmaq üçün münasibətlərini sonlandıra da bilirlər. Özlərini daha güvəndə hiss etdikləri üçün adətən partnyorlarını özlərindən uzaq tuturlar. Ümumiyyətlə partnyorlarına qarşı hislərindən əmin olmur, birinə aşıq olmanın çox çətin olduğuna inanırlar (Hazan & Shaver, 1987). Qorxulu bağlanma tərzinə malik olan şəxslərin isə həm özləri, həm də digər insanlarla bağlı düşüncələri mənfidir. Bu bağlanma tərzi güvənli bağlanmanın tam əksidir. Qorxulu bağlanan uşaqlar analarından ayrı qalıb yenidən bir araya gəldikdə başlanğıcda anaya doğru qaça bilər, lakin daha sonra fikirlərini dəyişib başqa yerə doğru hərəkət edirlər. Qorxulu bağlanma tərzi olan uşağın gözündə ana güvənilməzdir. Əgər bu bağlanma tərzinə malik uşaqlar problemin üstəsindən gəlmək üçün vaxtında dəstək almasalar, gələcəkdəki münasibətlərində özlərini güvəndə hiss etmə ehtimalları aşağıdır. Qorxulu bağlanma tərzinə malik şəxslər qaçınqan bağlanma tərzində olduğu kimi partnyorlarından uzaqlaşmağı seçirlər, lakin onların əksinə partnyorlarının sevgisinə, güvənirliyinə və sədaqətinə möhtaclıq hiss etməyə davam edirlər (Schachner et al., 2003). Bu şəxslər ciddi münasibət qurmaqdan qaçdıkları üçün, münasibətin tanışlıq mərhələsində qalmağa daha çox üstünlük verirlər. İncidilməkdən qorxdıkları üçün insanlarla çox şey paylaşmaqdan çəkinirlər. Qorxulu bağlanma tərzinə malik şəxslərin çox xaotik və toksik bir evdə böyümüş olma ehtimalları yüksəkdir. Ona görə də onlar romantik münasibətlərinin də xaotik olmasını istəyə bilərlər. Əgər güvənli və sakit biriylə münasibətdədirlərsə bundan şüphələnmə bilərlər. Bir şeylərin yanlış olduğuna inana bilər və münasibəti özlərinə daha tanıdıq hala gətirmək üçün çabalaya bilərlər. Münasibətlərində hər zaman pis bir şeyin olmasını gözləyə və incidilməmək üçün münasibəti korlayacaq bir səbəb tapa bilərlər. Partnyorlarını etməkdikləri bir şeyə görə günahlandırma və tərk etməklə təhdid edə bilərlər. Bütün bunlar partnyorunun münasibəti bitirməyi düşünməsinə səbəb ola bilər.

Hazan və Shaver (1987), böyüklərin romantik münasibətlərində nümayiş etdirdikləri duyğu və davranış fərqlərini müşahidə edərək, eyni zamanda Ainworth'un araşdırmalarına da əsaslanaraq üçlü bağlanma modelini formalaşdırmışdılar. Bunlar güvənli, təşvişli və qaçınqan bağlanma tərzləridir. Güvənli bağlanma tərzinə malik böyüklər insanlara yaxın olmağın və onlara bağlanmanın onlar üçün olduqca rahat olduğunu, tərk edilməkdən və insanlarla çox yaxın münasibətlər qurmaqdan çəkinmədiklərini bildirmişdirlər (Shaver & Brennan, 1992). Bu bağlanma tərzinə malik şəxslər digər bağlanma tərzlərinə malik şəxslərlə müqayisədə həm romantik münasibətlərində, həm də uşaqlıq dönməsində ana-ataları ilə olan münasibətlərində müsbət təcrübələr qazanan şəxslərdir. Təşvişli bağlanma tərzinə malik böyüklər digər insanların özləri ilə münasibət qurmaq istəmədiklərini və partnyorlarının əslində onları sevmədiklərini ifadə etmişdirlər (Shaver & Brennan, 1992). Təşvişli bağlanan şəxslər münasibətlərində daha çox emosional dəyişiklər və qısqanclıq yaşayırlar. Bu bağlanma tərzinə malik şəxslər insanlarla rahat münasibət qura bilmədiklərini, insanlara güvənib bağlanmaqda çətinlik çəkdiklərini və biriləri özlərinə baxdıqda əsəbiləşdiklərini qeyd etmişdirlər (Shaver & Brennan, 1992). Qaçınqan bağlanma tərzinə malik şəxslər münasibət qurduqları şəxslərə az güvənirlər və yaxınlıq qurmaqdan qaçırlar. Eyni zamanda qaçınqan bağlanan şəxslər birinə bağlanma halında müstəqilliklərini itirməkdən çox qorxurlar. Bu şəxslər empatiya qurmaqda çətinlik çəkir və başqalarının emosional ehtiyaclarını anlama bilmirlər. Nəticədə bu vəziyyət münasibətlərdə anlaşılmazlıqlara və ayrılıqlara səbəb ola bilər. Beləliklə bağlanma tərzlərinin təsiri, insanlar arasındakı emosional əlaqələrin qurulmasında və qorunmasında mühüm rol oynayır, həmçinin romantik münasibətlərdəki emosional dinamikaları da müəyyən edir (Bartholomew & Horowitz, 1991). Bu bağlanma tərzləri, həm uşaqlıq dövründəki valideyn-uşaq əlaqələrindən, həm də yetkinlik dövründəki romantik münasibətlərdən təsirlənərək fərdlərin emosional adaptasiyasını və münasibətlərə yanaşmalarını formalaşdırır. (Shaver & Brennan, 1992)

1.2. Yeniyetmələrdə bağlanma tərzləri ilə təşviş və aqressiya arasındakı əlaqənin nəzəri təhlili

1.2.1. Təşviş fenomeni və onun yeniyetmələrdə təzahür formaları

Təşviş, mövcud və ya ehtimal edilən təhlükənin koqnitiv olaraq qiymətləndirilməsinə cavab olaraq yaranan və mübarizə aparma və ya qaçma reaksiyası ilə müşayiət olunan avtomatik neyrofizioloji signal vəziyyətidir (LeDoux, 2012). Bu proses əsasən amiqdala və hipotalamus kimi limbik sistemin strukturları vasitəsilə həyata keçirilir və orqanizmin təhlükəyə qarşı fizioloji hazırlığını təmin edir (Shin & Liberzon, 2010). Təşviş əksər hallarda gündəlik həyatın normal bir hissəsidir və xüsusilə imtahan, iş müsahibəsi və ya ictimai təqdimat kimi sosial vəziyyətlərdə

özünü göstərir (Beesdo,2009). Belə hallarda təşviş narahatlıq, gərginlik və ürək döyüntüsünün artması kimi simptomlarla müşahidə olunur, lakin bu hallar hadisə bitdikdən sonra tezliklə aradan qalxır (Beesdo et al.,2009). Təşvişin neyrobioloji əsasları göstərir ki, bu hal adaptiv funksiyaya malikdir və fərdin təhlükəyə qarşı reaksiya verməsini sürətləndirir. Bu baxımdan təşvişin qısa müddətli və vəziyyətə uyğun olması normal sayılır və psixopatoloji hal kimi qiymətləndirilmir (Grupe & Nitschke, 2013). Deməli təşviş stresə qarşı normal bir reaksiyadır və bizi təhlükələrə qarşı qoruma funksiyasını həyata keçirir. Təşviş, əgər idarə olunmaz və davamlı hala gəlsə, psixoloji pozuntuya çevrilə bilər. Bu vəziyyəti müəyyən etmək üçün təşvişin yaratdığı fiziki və psixoloji əlamətlərə diqqət yetirmək vacibdir. Təşviş zamanı orqanizm mübarizə apar və ya qaç reaksiyasına hazırlanır, bu da müxtəlif fiziki əlamətlərlə özünü göstərir. Ürək döyüntülərinin artması, tərləmə, ağızda quruluq, titrəmə, iştahda dəyişikliklər (azalma və ya artma), nəfəs darlığı, əzələlərdə gərginlik və təngnəfəslik bu simptomlara daxildir (Mandal, 2023). Amerika Psixiatriya Assosiasiyasına (2013), görə təşvişin psixoloji simptomları müxtəlif narahatlıq və emosional vəziyyətləri əhatə edir. Bu simptomlar ölməkdən, dəli olmaqdan, idarəni itirməkdən, xəstə olmaqdan, huşunu itirməkdən və özünü utandıracağından qorxmaq, hər şeyin sürətləndiyi hissi, səbəbi olmaq, diqqəti toplaya bilməmək, qərar verməkdə çətinlik yaşamaq, ətrafdakı insanlardan qopuqluq hissi, qorxu hissi, yaddaşda zəifləmə, danışa bilməmək, bir-birilə yarışan düşüncələrə malik olmaq ilə müşahidə edilir. (Beesdo et al.,2009).

Təşviş pozuntuları əhali arasında ən çox rast gəlinən problemlərdəndir. Ailə Həkimləri Amerika Akademiyasının (2022) məlumatına görə ABŞ statistikasına əsasən bunlardan ən çox rast gəlinəni 12,1% ilə spesifik fobiyalardır. Sosial fobiya isə 7,4% ilə ikinci sıradadır. Ən az rast gəlinən təşviş pozuntusu isə 2,5% ilə aqorafobiya. Eyni zamanda generalizə edilmiş təşviş pozuntusuna rast gəlinmə faizi 3,1% , panik pozuntuya 2,7%, ayrılıq təşvişinə isə uşaqların 4,1% , yeniyetmələrin 3% -də rast gəlinir. Təşviş pozuntularına 2:1 nisbətlə qadınlarda kişilərdən daha çox görülür. (Remes, 2016). İndi isə təşviş pozuntularının yaranma səbəblərinə nəzər yetirək:

Medial temporal lobda yerləşən badam şəklindəki amigdala, qorxu və təhdid siqnallarının tənzimlənməsində mühüm rol oynayır. Amiqdaladakı hiperaktivlik təşviş pozuntusu olan şəxslərdə tez-tez müşahidə olunur və bu, şiddətli qorxu reaksiyaları ilə potensial təhdidlərə qarşı həssaslığın artmasına səbəb olur (Etkin & Wager, 2007).

Beynin ön hissəsində yerləşən prefrontal korteks qərar qəbul etmə və planlama kimi koqnitiv funksiyalarda iştirak edir. Bu bölgə emosional reaksiyaların tənzimlənməsinə də kömək edir. Təşviş pozuntularında prefrontal korteksin funksional pozulmaları qorxu və təşvişin nəzarətində çətinliklərə, davamlı narahatlıq və təkrarlanan düşüncələrə yol açma bilər (Kim & Whalen, 2009).

Hipokampus yaddaşın formalaşması və xatırlamada mühüm rol oynayır. O, eyni zamanda qorxu reaksiyalarının kontekstual qiymətləndirilməsini təmin edir. Təşviş pozuntusu olan fərdlərdə hipokampusun həcmi və aktivliyi azalmış olur ki, bu da təhlükəli və təhlükəsiz mühitləri ayırd etmə qabiliyyətini zəiflədir (Shin & Liberzon, 2010).

Beyin korteksinin dərinliklərində yerləşən insula, bədən daxili vəziyyətlərinin qavranmasını təmin edir. Bu bölgədəki hiperaktivlik təşvişin artması, ürək döyüntüsü və nəfəs darlığı kimi bədən hissələrinə qarşı həssaslığın yüksəlməsi ilə əlaqələndirilir (Paulus & Stein, 2006).

Serotonin əhvalın tənzimlənməsi və təşvişin azalmasında mühüm rol oynayan neyrotransmitterdir. Serotonerjik sistemdəki pozulmalar təşviş pozuntuları ilə əlaqələndirilir (Ressler & Nemeroff, 2000).

Gama-aminobütirik turşusu (GABA) beyində əsas inhibəedici neyrotransmitter olub, sinir hüceyrələrinin fəaliyyətini azaldaraq rahatlama yaradır. Təşviş pozuntusu olan şəxslərdə GABA-nın səviyyəsi aşağı olur və ya reseptor funksiyası dəyişmiş vəziyyətdə olur (Nemeroff, 2003).

Norepinefrin (noradrenalin) "mübarizə et və ya qaç" reaksiyasında iştirak edən neyrotransmitterdir. Noradrenerjik sistemdəki hiperaktivlik artan təşviş və panika əlamətləri ilə əlaqələndirilir (Charney, 2004).

Dopamin mükafatlandırma, motivasiya və emosional tənzimləmədə rol oynayır. Onun ötürülməsindəki dəyişikliklər motivasiya və sosial qarşılıqlı münasibətlərə təsir edərək təşviş yaşayan şəxslərdə sosial təcridə səbəb ola bilər (Schneier, 2000).

Təşviş pozuntularının inkişafında genetik amillər mühüm rol oynayır. Araşdırmalar, bu pozuntuların təxminən 30-40%-nin irsiyyətlə əlaqəli olduğunu göstərir (Hettema, 2001). Serotonin daşıyıcı geninin (SLC6A4) dəyişiklikləri və dopamin metabolizmasında iştirak edən COMT geninin müxtəlif formaları, təşviş pozuntularının yaranması ilə əlaqəlidir (Gormley, 2009). Güclü və uzunmüddətli stress, beyin kimyəvi balansına təsir edərək, ruh halını tənzimləyən neyrotransmitter sistemlərində pozuntulara səbəb ola bilər (McEwen, 2007). Uzun müddət davam edən yüksək səviyyəli stress kortizol ifrazını artıraraq, beyin qorxu və təşvişlə əlaqəli bölgələrinə xüsusilə amigdala və hipokampusla mənfi təsir göstərir və bu da təşviş pozuntularının inkişaf riskini artırır (Sapolsky, 2004). Bundan əlavə, erkən yaşlarda və ya sonrakı dövrlərdə yaşanan travmatik hadisələr təşviş pozuntularının yaranmasında mühüm rol oynayır. Travma sonrası stress reaksiyaları, beyin təhlükəyə qarşı həssaslığını artıraraq təşvişin xronik hala keçməsinə səbəb ola bilər (Bremner, 2006).

Yeniyetmələrdə təşviş pozuntusunu müəyyənləşdirmək üçün onların davranış və emosional vəziyyətində baş verən dəyişikliklərin müşahidəsi vacibdir. Bu dəyişikliklərə akademik göstəricilərin zəifləməsi, əvvəllər maraq göstərdikləri fəaliyyətlərə qarşı laqeydlilik, sosial əlaqələrdə azalma və "bacarmaram", "heç nədə yaxşı deyiləm" kimi məntiqə uyğun olmayan düşüncələr daxildir (Costello, 2003). İndi isə yeniyetmələrin yaşadığı təşviş pozuntularının növlərinə diqqət yetirək. Bunlar ayrılıq təşvişi, spesifik fobiya, sosial fobiya, panik pozuntu, aqorafobiya, generalizə edilmiş təşviş pozuntusudur.

Ayrılıq Təşvişi- Ayrılıq təşvişi, inkişaf prosesinə zidd olaraq, bağlanmış şəxsdən ayrılarkən həddən artıq narahatlıq və qorxu hissinin yaşanmasıdır. Bu vəziyyətin ən tipik əlamətləri arasında əsas bağlanma fiqurunun zərər görməsi ilə bağlı (qaçırılma, xəstəlik, yaralanma və ya ölüm kimi) güclü narahatlıq, məktəbə və ya işə getmə istəyinin olmaması, yuxuya getməkdə çətinlik çəkmə və müxtəlif fiziki şikayətlər (baş ağrısı, qarın ağrısı, ürək bulanma) vardır. Daha çox 12 yaşın altındakı uşaqlarda müşahidə edilir. Araşdırmalar, cinsiyyətə görə fərqliliklərin olmadığını göstərir. Uşaqlarda dörd həftədən, böyüklərdə isə altı aydan uzun davam edən hallarda psixoloji dəstək almaq vacibdir.

Spesifik Fobiya- Spesifik fobiya, müəyyən bir obyektə (məsələn, təyyarə), heyvana (məsələn, hörümçək, it) və ya yerə (metro, lift) qarşı intensiv narahatlıq və qorxu hissinin yaşandığı vəziyyətlərdir. Qorxu artarsa, şəxs bu obyektə və ya vəziyyətdən qaçmağa başlayır. Bir müddət sonra, qorxulan obyektə və ya vəziyyətin sadəcə düşünülməsi belə təşviş yaradır. Bu qorxulardan qaçmaq, fərdin funksionallığına ciddi şəkildə təsir edə və həyat keyfiyyətini aşağı sala bilər. Spesifik fobiyalara qadınlarda kişilərdən daha çox rast gəlinir.

Sosial fobiya- Sosial fobiya, sosial mühitlərdə güclü qorxu və narahatlıq hissinin müşahidə edildiyi bir vəziyyətdir. Sosial əlaqələrin yaradıldığı vəziyyətlərdə (məsələn, ictimaiyyət qarşısında danışmaq, təqdimat etmək, yeni insanlarla tanış olmaq) başqaları tərəfindən izlənilmə düşüncəsi olduqca güclüdür. Sosial fobiyası olan insanlar, adətən, başqalarının onların haqqında nə düşündüklərinə çox əhəmiyyət verirlər. Onlar başqalarının onları tənqid etməsi və alçaltması barədə narahatlıq hissi keçirirlər. Cəmiyyət qarşısında hər hansı bir fəaliyyət zamanı qızarma, tərləmə, titrəmə və səhv etmək qorxusu tez-tez müşahidə olunur. Bu qorxular səbəbindən şəxs cəmiyyət qarşısında yerinə yetirməli olduğu fəaliyyətlərdən (məsələn, təqdimat etmək) və ya sosial qarşılıqlı əlaqə tələb edən vəziyyətlərdən (məsələn, avtobusda dayanacaq soruşmaq və ya birindən yol soruşmaq) qaça bilər. Əgər bunları etməyə məcburdursa, onun bədənində təşviş əlamətləri meydana gələ bilər (tərləmə, titrəmə, ürək döyüntüsünün artması, istilik və soyuq basması, nəfəs alma çətinliyi).

Panik pozuntu- Panik pozuntu, təkrarlanan panik ataklar, ciddi fiziki və psixoloji stresin əlamətlərinin müşahidə olunduğu vəziyyətdir. Bu vəziyyət zamanı ürək döyüntülərinin artması, titrəmə, nəfəs almada çətinlik, sinədə ağrı, bədən ağrıları, başgicəllənmə, boğulma hissi, əllərin keyiməsi, nəzarəti itirmək və ölüm qorxusu kimi əlamətlər meydana çıxır. Bu əlamətlər ortaya çıxdıqda, şəxs panik atak yaşayır. Panik pozuntuya qadınlarda kişilərdən daha çox rast gəlinir.

Aqorafobiya- Aqorafobiya, şəxsin tək başına qalma, ictimai nəqliyyatdan istifadə etmə, açıq havada olma, izdihamlı yerlərdə sıxışma və dar yerlərdə dayanmaq kimi vəziyyətlərdə güclü qorxu və narahatlıq hiss etməsidir. Bu səbəbdən şəxs bu cür vəziyyətlərdən qaçmağa çalışır. O, bəzən çarəsiz qalmaqdan, çıxış yolu tapa bilməməkdən, başqalarının gözündə alçalmaqdan və ya insanların yanında panik atak keçirməkdən qorxur. Panik pozuntusu olan insanlarda aqorafobiyanın yaranması mümkündür.

Genərlizə olunmuş təşviş pozuntusu(GAD)- Gündəlik həyatın normallarını pozan, davamlı və həddindən artıq narahatlıq hissini təsvir edir. Bu narahatlıq və gərginlik davamlı olur və fiziki əlamətlərlə (yorğunluq, narahatlıq, əzələ gərginliyi, diqqəti toplamada çətinlik, yuxu problemləri) müşayiət olunur. Narahatlıq əsasən gündəlik məsuliyyətlərlə (ev işləri, işlə bağlı öhdəliklər, uşaqlara qulluq) ilə əlaqəli ola bilər, eyni zamanda ailədəki xroniki xəstəliklər də bu narahatlığa səbəb ola bilər.

Təşviş pozuntusu depresiya kimi əhval-ruhiyyə pozuntuları və ya obsesif kompulsiv pozuntu kimi problemlərlə birlikdə təzahür edə bilər. Təşviş pozuntuları həm psixoterapiya, həm də dərmanlarla müalicə edilir. Bəzi hallarda yalnız psixoterapiya, bəzən isə yalnız dərman müalicəsi tətbiq oluna bilər. Təşviş pozuntularının psixoterapiyasında psixoloji maarifləndirmə, sosial bacarıqların inkişafı, düşüncə-emosiya-davranış əlaqələrinin öyrənilməsi və fiziki simptomların tanınması önəmlidir (Hofmann, 2012). Ən geniş tətbiq olunan metodlardan biri Koqnitiv Davranış Terapiyasıdır (KDT). Bu terapiya təşvişin simptomlarını azaldır, fərdin özünə inamını artırır və narahatlıq hallarında istifadə edilə bilən strategiyalar öyrədir (Butler, 2006). Bütün bu yanaşmalar, fərdin stress yaradan situasiyalarda daha funksional düşüncə və davranış modelləri inkişaf etdirməsinə şərait yaradır, bu da uzunmüddətli psixoloji dayanıqlığın formalaşmasına mühüm töhfə verir (Hofmann, 2012). Təşviş pozuntularının yeniyetmələrdə təzahür formaları onların sosial, emosional və akademik inkişafına ciddi təsir göstərir. Bu dövr, fərdin şəxsiyyətinin formalaşması və müstəqillik qazanması ilə xarakterizə olunduğundan, təşvişin mövcudluğu adaptiv davranışlarda pozuntuya səbəb ola bilər. Yeniyetmələrdə təşviş akademik uğursuzluq, sosial təcrid, özünə güvənsizlik və gələcəyə dair pessimist baxışların formalaşması ilə nəticələnə bilər (Essau, Conradt, & Petermann, 2000). Təşviş yaşayan yeniyetmələr özlərini adekvat ifadə etməkdə çətinlik çəkə bilər, bu da onların sosial əlaqələrində problemlər yaratmağa meyilli

olmalarına səbəb olur. Davamlı təşviş emosional tənzimləmə bacarıqlarını zəiflədir və davranış pozuntularının yaranmasına zəmin yaradır (Beesdo, Knappe, & Pine, 2009). Ailə mühiti təşvişin yaranmasında və davam etməsində əsas amil kimi çıxış edir. Valideynlərin həddindən artıq nəzarətçi və ya tələbkar olması uşaqlarda təşviş səviyyəsini artıran risk amillərindəndir (McLeod, Wood, & Weisz, 2007). Eyni zamanda, ailə daxilində emosional dəstəyin zəif olması və valideyn-uşaq münasibətlərində empatiya çatışmazlığı yeniyetmədə təhlükəsizlik hissinin itməsinə səbəb ola bilər. Ailədə açıq ünsiyyətin və psixoloji dəstəyin olmaması, təşvişin xronik hala keçməsinə zəmin yaradır. Bununla yanaşı, məktəb mühiti də yeniyetmənin təşviş səviyyəsinə birbaşa təsir edir. Müəllimlərin dəstəkləyici münasibəti və məktəb psixoloqlarının erkən müdaxilə imkanları təşvişin idarə olunmasında əhəmiyyətli rol oynayır. Əksinə, məktəbdaxili sosial təzyiq, qiymət mərkəzli yanaşma və rəqabət mühiti bəzi yeniyetmələrdə təşvişin daha da güclənməsinə səbəb ola bilər (Beesdo et al., 2009).

Müasir dövrdə texnologiyadan, xüsusilə sosial mediadan geniş istifadə də yeniyetmələrin təşviş səviyyəsini artıran əsas səbəblərdən biri kimi qeyd edilir. Araşdırmalara əsasən, sosial mediada başqaları ilə müqayisə, bəyənilmə ehtiyacı, kiber zorakılıq və “bir şeyi qaçıрмаq qorxusu” (FOMO) yeniyetmələrin psixoloji rifahını zəiflədir (Vannucci, Flannery, & Ohannessian, 2017). Uzun müddət ekran qarşısında qalmaq sosial qarşılıqlı münasibətlərin zəifləməsinə və təşvişin artmasına səbəb olur (Twenge & Campbell, 2018). Yeniyetmələr bu platformalarda özlərini başqalarının həyat tərzilə müqayisə etdikcə, özlərini təcrid olunmuş hiss edə bilirlər. Bu kontekstdə rəqəmsal savadlılıq və emosional tənzimləmə bacarıqlarının inkişaf etdirilməsi təşvişlə mübarizədə mühüm əhəmiyyət kəsb edir. Bütün bu amillər nəzərə alındıqda, yeniyetmələrdə təşviş pozuntularının qarşısını almaq üçün çoxşaxəli və sistemli yanaşma tələb olunur. Ailə, məktəb və mütəxəssislərin birgə müdaxiləsi yeniyetmələrin psixi sağlamlığını qoruma və təşvişi effektiv şəkildə idarə etməyə imkan yaradır. Bu cür kompleks müdaxilə strategiyaları, həm fərdi dəstəyi, həm də strukturlaşdırılmış psixososial mühiti əhatə etməklə, yeniyetmələrin psixi rifahını gücləndirməyə kömək edir (McLeod et al., 2007; Beesdo et al., 2009).

1.2.2. Aqressiya və onun əsas formaları

Sosial psixoloqlar aqressiyanı zərər görmək istəməyən başqa bir şəxsə zərər vermək məqsədi daşıyan davranış hesab edirlər. (Baron & Richardson, 1994). “Aqressiya” termini latın dilindəki “aggređi” felindən yaranmışdır, bu fel “yaxınlaşmaq”, “irəliləmək” və eyni zamanda “hücum etmək” mənalarını ifadə edir (Parens, 2008). Qədim Romalılar hərəkətə keçməyə səbəb olan istənilən davranışı “aggređi” kimi adlandırırdılar. Bu səbəbdən, latın dilindəki “aggressio” sözü yalnız “ziyan vurmaq” mənasında deyil, həm də “ilk həmlə”, “təşəbbüs” mənasında başa düşülə

bilər (Geen, 2001). Aqressiya yalnız onu ifadə edən şəxsə yox, eyni zamanda ətrafdakı insanlar üzərində də neqativ təsirə malik olan qarışıq və dağıdıcı bir duyğudur. Sigmund Freud və Konrad Lorenz kimi insan və heyvan davranışlarını araşdıran tədqiqatçılar aqressiv davranışın anadangəlmə olduğunu müdafiə etmişdirlər. Lakin bəzi tədqiqatçılar isə bu fikri təkzib etmiş və aqressiyanın sonradan öyrənildiyini irəli sürmüşdülər. (Podolski & Eron, 2003). Hazırda aqressiyanın yaranma səbəbi ilə bağlı tədqiqatlar sosial öyrənmə, ailə daxili şiddət, uşaq istismarı, hormonlar və neyrotransmitterlər üzərinə yönəlmişdir (Stoff & Cairns, 1996). Aqressiya böyük ölçüdə beynin amigdala adlanan hissəsi tərəfindən idarə olunur. (Siegel & Victoroff, 2009). Neqativ duyğularımızı və aqressiyamızı idarə etməmizə kömək edən mexanizmlərdən biri də amigdala ilə prefrontal korteks bölgələri arasındakı sinir əlaqəsidir. (Gibson, 2002). Prefrontal korteks əslində aqressiya üçün bir idarə mərkəzidir. Daha çox aktivləşdikdə aqressiv davranışlarımızı daha yaxşı idarə edə bilərik. Hormonlar da aqressiyanın yaranmasında əhəmiyyətlidir. Həm insanlarda, həm də heyvanlarda artan aqressiya ilə bağlı olan kişi hormonu testosterondur. Aparılan tədqiqatların birində yüksək testosteron səviyyəsinə malik gənc cinayətkarların və məhkumların daha aqressiv olduqları müəyyən edildi (Banks & Dabbs, 1996). Testosteron aqressiv davranışları idarə edən beynin müxtəlif bölgələrinin inkişafına və aqressivliyə təsir edir. Testosteron insan aqressivliyi ilə bağlı olan tək bioloji amil deyildir. Son araşdırmalar serotoninin də aqressivliyin qarşısını almaqda önəmli rol oynadığını vurğulayır. Müəyyən edilib ki, alkoqoldan istifadə də aqressivliyi artırır (Bushman & Cooper, 1990). Əslində alkoqoldan istifadə təcavüz və cinayət də daxil olmaqla bir çox şiddət təşkil edən hadisələrin tərkibində yer almaqdadır. (Abbey et al., 1996). Normalda aqressiv olmayan insanlar belə sərxoş olduqda aqressivləşə bilirlər. (Bushman & Cooper, 1990). Alkoqol aqressivliyi bir neçə səbəbə görə artırır. İlk öncə onu deyə bilərik ki, alkoqol planlama, hədəflərə çatma, emosiyaları və davranışı idarə etmək kimi koqnitiv bacarıqları idarə edən hissənin işini pozur. (Séguin & Zelazo, 2005). Aqressiyanı idarə etməyimizi təmin edən həmin hissə prefrontal korteksdir. Bu səbəblə də alkoqol onu istifadə edən şəxsin aqressivliyinin qarşısını alma bacarığını azaldır. (Steele & Southwick, 1985). İkinci olaraq insanlar sərxoş olduqda daha çox özlərinə fokuslanır və sosial vəziyyətin daha az fərqundə olurlar. Normalda ətrafımızda bir polis və ya digər insanların olduğunu görə bilərik, lakin sərxoş olduqda bunun fərqundə olma ehtimalımız çox aşağıdır. Sərxoş olduqda yaranan diqqət daralması aqressivliyimizin mənfi nəticələrinin də fərqundə olmağımızın qarşısını ala bilər. Əgər alkoqolun bizi aqressivləşdirəcəyini düşünərək içsək onda biz daha aqressiv olmağa meyilli oluruq. Bir şüşə alkoqol reklamı görmək başqaları haqqında aqressiv düşüncələri artırır. (Bartholow & Heinz, 2006). Bunlarla yanaşı neqativ emosiyalar da aqressivliyin artmasında əhəmiyyətli rol oynayır. Aqressiv olduğumuz zamanları xatırlamağa çalışsaq bu anların çoxunda əsəbi, pis ruh halında, yorğun, xəstə və ya xəyal qırıqlığına uğramış vəziyyətdə oluruq. Özümüzü

xəstə hiss etdikdə, imtahandan aşağı bal aldıqda və ya maşınımız işləməyəndə qısaca əsəbi və xəyal qırıqlığına uğramış olduğumuzda xoş olmayan duyğu və düşüncələrə sahib olma ehtimalımız yüksəkdir. Bu da əsasən şiddət təşkil edən davranışlara səbəb olur. Aqressivlik böyük ölçüdə başımıza gələn pis hadisələr və onlarla əlaqəli neqativ düşüncələr nəticəsində təcrübə etdiyimiz neqativ duyğulardan qaynaqlanır. (Berkowitz & Heimer, 1989). Aqressivliyin yaranma səbəblərinə psixoanalitik baxımdan da yanaşmaq olar. Psixoanalizin yaradıcısı Freud' ə görə aqressivlik, dağıdıcılıq və şiddət təşkil edən davranışlar insan təbiətində həmişədən mövcuddur. Freud, demək olar ki, bütün nevroitik münasıqələrin səbəbini cinsəlliklə izah edərkən, aqressivliyi də psixoseksual inkişaf mərhələləri müddəti ərzində dəyərləndirmişdir. Freud, daha sonra aqressivliyi davranış baxımından analiz etmiş və onu şəxsin özünü qoruma instikti ilə əlaqələndirmişdir. Bu baxımdan şəxsin doyuma çatmasının qarşısını alan vəziyyətlərdə reaksiya göstərəcəyini irəli sürərək, bu reaksiyaları aqressiya olaraq dəyərləndirmişdir. (Karr, 1971). Adler isə aqressivliyin özünə hörmətin zədələnməsi nəticəsində ortaya çıxdığını müdafiə etmişdir. Adler, doğduğu andan etibarən ətrafındakılardan nifrət görən şəxslərin gələcəkdə cinayətə yönəlmə biləcəyini, bir qisminin isə özünü aşağı görmə duyğusunu basdırmaq üçün üstünlük kompleksi yaradaraq içindəki nifrəti ətrafdakılara əks etdirə biləcəyini irəli sürmüşdür. (Adler, 2000, s.15) . Jung isə şiddətin qaynağının kölgə arxetipi olduğunu irəli sürmüş, şəxsin həyatında çətinlik çəkdiyi bir dönmə girdiyində şüuraltında zərərsiz şəkildə mövcud olan kölgənin pis tərəflərinin eqonun idarəsindən çıxaraq aqressiv davranışlara yol açma biləcəyini ifadə etmişdir (Geçtan, 1998, s.177-183).

Sosial öyrənmə nəzəriyyəsi də aqressiv davranışların öyrənilməsi baxımından çox əhəmiyyətlidir (Bandura, 1977). İnsanlar ətraflarında gördükləri aqressiv davranışları təqlid edə bilirlər (Bandura et al.,1961). Bu təsirləri nəzərdən keçirək:

Mediyanın təsiri: şiddət dolu media kontentlər insanların bu davranışları normallaşdırmasına səbəb ola bilər (Anderson, 2003).

Ailə Dinamikası: ailə içindəki aqressiv davranışlar, uşaqlar tərəfindən öyrənilə və təqlid edilə bilər (Dodge et al.,1990).

Sosial mühit: dost qrupları və sosial mühit insanların aqressiv davranışlarına təsir göstərə bilər (Huesmann &Guerra, 1997).

Aqressivlik kimi neqativ davranışların öyrənilməsi sosial amillərlə yaxından əlaqəlidir (Huesmann, 1998).

Buna görə də uyğun olmayan sosial davranışlara təşviq edilmənin qarşısını almaq sağlam bir cəmiyyət yaratmaq baxımından olduqca önəmlidir (Anderson & Bushman, 2002).

Aqressiyanın növlərinə nəzər salsaq Buss(1961) aqressiyanı 3 kateqoriyada izah etmişdir. Bunlar fiziki və verbal, aktiv və passiv, birbaşa və dolay aqressiyadır. Aqressiyanın ən çox bilinən növü olan fiziki aqressiya bədən üzvləri (əl, ayaq, diş və.s) vasitəsilə insanlara və ya əşyalara zərər verməkdir. Bu tip aqressiyanın adətən 2 nəticəsi olur. Bunlardan birincisi maneənin aradan qaldırılmasıdır. Maneə adətən bir canlı olur. Şəxsə qarşı başqa bir canlı tərəfindən maneə yaradıldıqda ilkin olaraq dağıdıcı olmayan bir reaksiya ilə maneə aradan qaldırılmağa çalışılır. Əgər bu reaksiya forması uğursuz olarsa, hücum başlayır, çünki maneənin hücum vasitəsilə aradan qaldırılma ehtimalı daha yüksəkdir. Fiziki aqressiyanın digər bir nəticəsi isə qaşısındakı canlıya zülm etmək və ya onu yaralamaqdır. Hər hücumun sonunda yaralanma görülür, lakin hədəfinə çatan hər fiziki hücumun sonunda əziyyət müşahidə edilir.(Buss,1961). Aqressiyanın digər forması isə verbal aqressiyadır. Fiziki aqressiyada əsas hədəf birbaşa maneəni aradan qaldırmaqdır. Verbal aqressiyada isə dolay bir yol istifadə edilir. Verbal aqressiya qarşı tərəfi təhdid etmə, lağa qoyma, aşağı görmə yolu ilə hədəfə çatmağı təmin edir. Bu aqressiya növünə malik şəxslər adətən qarşısındakını, ya da cəmiyyəti günahlandırmağa meyillidir. (Swift & Vourvoulias, 2006). Bu aqressiya növündə qarşı tərəfi hər hansı fiziki yaralamadan söz gedə bilməz. Fiziki aqressiyada yaralanmanın növünə görə hücumun şiddəti müəyyən edilə bildiyi halda, verbal aqressiyada bu mümkün deyildir (Buss,1961). Verbal aqressiyada dağıdıcılıq mövcuddur. Aqressiyanı göstərən şəxs qarşısındakı insanda psixoloji əziyyətə səbəb olacaq şəkildə onun mənliliyinə hücum edir. Mübahisə isə dağıdıcı xarakter daşımır. Araşdırmalara əsasən şəxslərarası münasibətdə verbal aqressiyanın qarşı tərəfdə məmnuniyyətsizliyə səbəb olduğu, mübahisənin isə məmnuniyyət hissi yaratdığı müəyyən edilmişdir. (Martin & Anderson, 1997). Eyni zamanda A. Yıldız (2021) tədqiqatında, yeniyetmələrdə aqressiv davranışların, xüsusilə güvənli bağlanma tərzilə olmayan qruplarda daha yüksək olduğunu və bu qrupda həm fiziki, həm də verbal aqressiyanın sosial münasibətlərdə ciddi çətinliklərə yol açdığını göstərmişdir (Yıldız, 2021). Aqressiyanın digər bir növü hesab edilən aktiv aqressiya məqsədyönlü bir davranış kimi xarakterizə olunur. Bu aqressiya növündə əsas məqsəd qarşıdakı insana əziyyət etməkdir. Passiv aqressiya isə qarşıdakını birbaşa yaralamaq və ya əziyyət vermək yerinə, qarşıdakı insanın məqsədini reallaşdırmasına mane olmağı hədəf qoyur. Digər bir növ olan birbaşa aqressiyada isə hədəf birbaşa qarşıdakı şəxsdir. Hədəf yönümlü bu aqressiyada hücum ya verbal , ya da fiziki ola bilər. Bir insana qışqıraraq və ya ona vuraraq birbaşa aqressiya tətbiq oluna bilər. Dolay aqressiya isə bir əşya və ya şəxsə başqa bir şəxs və ya əşya vasitəsilə zərər verməkdir. Dolay aqressiya Norma Feshbach tərəfindən qarşıdakı insanı rədd etmə, saymamaq kimi davranışlarla xarakterizə

olunur. (Ramirez & Andreu, 2006). Ədəbiyyatda birbaşa və dolaylı aqressiya ilə bağlı cinsiyyət fərqi məsələsi olduqca mübahisəlidir. Kişilər qadınlara nisbətən daha çox birbaşa aqressiyaya müraciət etsələr də, aparılan araşdırmalar cinsiyyətin birbaşa aqressiyada önəmli bir faktor olmadığı müəyyən edilmişdir. (Björkqvist, 1992). Aqressiyanın digər növləri isə reaktiv və proaktiv aqressiyadır (Gençtan, 2009). Reaktiv aqressiya qarşı tərəfdən gələn təhiddə qarşı qəzəbli, müdafiə edici bir şəkildə ortaya çıxan cavab reaksiyadır. Proaktiv aqressiya isə heç bir səbəb olmadan hədəfə yönəlik şüurlu hücum davranışı kimi xarakterizə olunur. Sosial öyrənmə nəzəriyyəsinin tərəfdəşləri proaktiv aqressiyanın möhkəmləndirmə yolu ilə ortaya çıxdığını irəli sürmüşdülər. Aqressiyanın digər növlərinə nəzər salaq. Bunlar instrumental və impulsiv aqressiyadır. İmpulsiv və ya emosional aqressiya çox az miqdarda düşüncə və niyyətlə ortaya çıxan və ilkin olaraq instiktlər vasitəsilə müəyyən edilən aqressiyadır. İmpulsiv aqressiya hücum etdiyimiz anda yaşadığımız ən neqativ emosiyaların nəticəsidir. Məsələn buna qəzəblə hücum edən qısqanc sevgili və ya komandaları önəmli bir oyunu uduzduqdan sonra stadionun ətrafındakı maşınlara, mağazalara hücum edən tərəfdəşləri nümunə göstərmək olar. Instrumental aqressiya isə planlanmış hücumdur. Instrumental aqressiya duyğusal olmaqdan daha çox koqnitivdir. Bu aqressiya növü bir şeyi əldə etmək üçün birinə zərər verməyi əsas məqsəd kimi görür, məsələn diqqət, pul mükafatı və ya siyasi güc buna münəndir. Hücum edən şəxs hədəfə çatmağın daha rahat bir yolu olduğuna inanırsa, hücum adətən həyata keçirilmir. Uşağı döyən və oyuncaqlarını oğurlayan bir insan, siyasi nüfuz qazanmaq üçün insanları öldürən bir terrorist və ya pulla tutulmuş qatil buna ən yaxşı nümunəndir.

Aqressiya kompleks və çoxşaxəli bir davranış forması olaraq həm bioloji, həm də sosial-mədəni amillərin təsiri altında formalaşır. Onun yaranmasında beyin strukturlarının funksionallığı (Siegel & Victoroff, 2009), hormonal dəyişikliklər (Banks & Dabbs, 1996), eləcə də öyrənmə və sosial mühitin rolu (Bandura, 1977) əhəmiyyətli yer tutur. Bu baxımdan aqressiyanın tək bir səbəblə izahı mümkün deyil və onunla mübarizədə fərdi, ailəvi və sosial səviyyədə kompleks müdaxilələr tələb olunur (Anderson & Bushman, 2002).

Aqressiv davranışların forması və qəbul olunma səviyyəsi mədəniyyətlərə görə əhəmiyyətli dərəcədə dəyişir (Bond, 2002). Mədəniyyətin dəyərləri və sosial normativləri fərdlərin emosional reaksiyalarını və davranışlarını formalaşdırmaqda əsas rol oynayır (Matsumoto et al., 2008). Bu baxımdan kollektivist və individualist cəmiyyətlərdə aqressiyanın təzahür və ifadə formaları fərqli olur (Triandis, 1994).

Kollektivist mədəniyyətlərdə məsələn, Yaponiyada və ya Çində sosial harmoniya və qrup birliyi yüksək qiymətləndirildiyi üçün açıq aqressiya adətən sosial cəhətdən qəbul edilməz sayılır (Markus & Kitayama, 1991). Bu cəmiyyətlərdə fərdlər aqressiyanı dolaylı yollarla ifadə etməyə meyllidirlər,

məsələn, qeybət, sosial xaric etmə və ya passiv-aqressiv davranış kimi (Bjorkqvist et al., 1992). Bu cür dolayı aqressiya növləri daha çox sosial uyğunlaşma ilə uzlaşır və qrupun bütövlüyünü birbaşa pozmur (Heine, 2016).

Əksinə, individualist cəmiyyətlərdə məsələn, ABŞ və ya Almaniyada şəxsi sərbəstlik və fərdi ifadə azadlığı ön plandadır və bu səbəbdən aqressiv davranışlar daha açıq şəkildə müşahidə edilə bilər (Triandis, 1994). Bu cəmiyyətlərdə bir fərdin haqsızlığa məruz qalması və buna qarşı sərt reaksiya verməsi daha qəbulolunan hesab edilir, çünki bu, özünümüdafiə və şəxsi sərhədlərin qorunması kimi qiymətləndirilir (Cohen et al., 1996). Bu səbəbdən açıq verbal və ya fiziki aqressiya bəzi hallarda sosial cəhətdən rasionallaşdırıla bilər (Nisbett & Cohen, 1996).

Mədəniyyətlərarası tədqiqatlar həmçinin göstərir ki, aqressiya ilə bağlı reaksiyalar həm cinsə, həm də sosial struktur elementlərinə bağlı olaraq dəyişə bilər (Archer, 2004). Məsələn, bəzi müsəlman cəmiyyətlərində kişilərin açıq aqressiv davranışlarına müəyyən dərəcədə dözümlülük göstərilərsə də, qadınların eyni davranışlara yönəlməsi daha sərt şəkildə qınanır (Haj-Yahia, 2000). Bu, mədəniyyətin patriarxal strukturuna və qadın-k kişi rollarına verdiyi fərqli anlamlarla bağlıdır (Glick & Fiske, 2001). Bəzi cəmiyyətlərdə aqressiv davranış sosial nüfuzun və gücün ifadəsi kimi qiymətləndirilə bilər (Uskul et al., 2010). Məsələn, bəzi Latın Amerikasısı və Orta Şərq ölkələrində "şərəf mədəniyyəti" anlayışı altında kişilər aqressiv davranışlara yönəldikdə bu, zəiflik deyil, əksinə, cəsarət və kişilik kimi qəbul edilir (Nisbett & Cohen, 1996). Bu yanaşma fərdin aqressiv davranışını rəşional və qəbulolunan edən sosial struktur və dəyərləri əks etdirir (Uskul & Cross, 2010). Beləliklə, aqressiyanın həm təzahür formaları, həm də bu formaların qəbul səviyyəsi mədəni dəyərlər, sosial strukturlar və sosial gözləntilərlə sıx bağlıdır (Heine, 2016). Mədəniyyətlərarası yanaşma aqressiyanın universal bir davranış olmadığını, əksinə, sosial və mədəni kontekstdən asılı olaraq fərqli şəkildə başa düşüldüyünü və ifadə olunduğunu təsdiqləyir (Bond, 2002).

Cinsiyyət fərqləri aqressiv davranışların həm növü, həm də ifadə forması baxımından əhəmiyyətli rol oynayır (Archer, 2009). Tədqiqatlar göstərir ki, kişilər adətən daha çox açıq (fiziki və ya verbal) aqressiya göstərməyə meyllidirlər, qadınlar isə dolayı və ya münasibətlərə əsaslanan aqressiya formalarına üstünlük verirlər (Bjorkqvist, 1994). Bu fərqlərin əsas səbəblərindən biri sosial rol nəzəriyyəsi ilə izah olunur. Sosial rol nəzəriyyəsinə görə, cəmiyyətin kişilər və qadınlara verdiyi sosial gözləntilər onların davranışlarını formalaşdırır (Eagly & Wood, 1991). Kişilərdən daha dominant, aqressiv və riskli davranışlar gözlənilədiyi halda, qadınlardan qayğıkeş, uyğunlaşan və münasibətlərə yönəlmiş davranışlar tələb olunur (Eagly & Steffen, 1986). Bu gözləntilər uşaqlıqdan etibarən fərdlərə ötürülür və onların sosial öyrənmə prosesi vasitəsilə daxilləşdirilir (Bussey & Bandura, 1999). Qadınlarda müşahidə olunan dolayı aqressiyanın formaları arasında

qeybət, sosial izolyasiya, münasibətləri manipulyasiya etmə və digər insanların imicinə zərər vurmaq kimi davranışlar yer alır (Crick & Grotpeter, 1995). Bu davranışlar birbaşa qarşıdurmadan qaçmaq məqsədi daşıyır və sosial harmoniya ilə ziddiyyət yaratmamaq üçün dolayı yollarla aqressiv impulsların ifadəsidir (Underwood, 2003). Dolayı aqressiya, xüsusilə kollektivist cəmiyyətlərdə və qadınlar arasında daha geniş yayılmışdır (Archer & Coyne, 2005).

Eyni zamanda, hormonal və bioloji faktorlar da aqressiv davranışların cinslərə görə fərqlənməsində müəyyən rol oynayır. Məsələn, kişilərdə testosteron hormonunun yüksək səviyyədə olması daha yüksək fiziki aqressiya ilə əlaqələndirilmişdir (Dabbs & Morris, 1990). Lakin bu fərqlər təkcə bioloji deyil, həm də sosial və mədəni amillərlə qarşılıqlı şəkildə formalaşır (Sapolsky, 2017). Araşdırmalar həmçinin göstərir ki, qadınlar adətən öz aqressiv davranışlarını daha çox münasibətləri qorumaq və sosial əlaqələri nəzarətdə saxlamaq məqsədilə həyata keçirirlər (Rose & Rudolph, 2006). Bu isə qadınların aqressiyasının daha strateji və sosial kontekstə yönəlik olduğunu göstərir (Murray-Close et al., 2010). Nəticə etibarilə, cinsiyyət fərqləri aqressiv davranışların formasına və məqsədinə əhəmiyyətli dərəcədə təsir göstərir (Archer, 2004). Sosial rol nəzəriyyəsi bu fərqləri anlamaqda mühüm çərçivə təqdim edir, çünki o, aqressiv davranışların yalnız bioloji deyil, sosial və mədəni amillərlə necə formalaşdığını izah edir (Eagly & Wood, 2012).

1.2.3. Yeniyetmələrdə aqressiv davranışın xüsusiyyətləri

Buss və Perry (1992) aqressiyanı "düşməncəsinə düşüncələr, yanlış anlaşılma və mənfi duyğularla əlaqəli davranış" olaraq izah etmişdir. Volavka (2008) isə aqressiyanı "dağıdıcı davranış" termini ilə ifadə etmişdir. O, aqressiyanı "bir şəxsə və ya obyektə fiziki və ya psixoloji bütünlüyünə tam və ya qismən zərər verən hər hansı bir davranış" olaraq vurğulamışdır (Volavka, 2008). Yeniyetmələrdə aqressiv davranışların xüsusiyyətlərini anlamaq üçün ilk növbədə onların doğulduğu ailəni araşdırmaq vacibdir. Türk müəlliflər ailə münasibətləri ilə aqressiv davranış arasında birbaşa əlaqə qururlar (Eskin, 2012). Zinchenko (2010) psixologiyanın nəzəriyyələrini araşdıraraq, ailə əlaqələrindəki çətinliklərin yeniyetmələrdə təşviş və aqressiya ilə sıx əlaqəli olduğunu vurğulamışdır. Ailə isə cəmiyyətin ən kiçik qurumu olaraq, dünyaya gələn hər bir uşağın kimliyinin formalaşdığı, həyatlarına yön verən, sosiallaşmalarını təmin edən ilk mühitdir. Uşağın ailəsi ilə olan əlaqəsi, sonrakı həyatını formalaşdırmaqda böyük önəm daşıyır. Ailə daxilində sağlam bir ünsiyyətin olması, hər bir uşağın özünə inamı yüksək, diqqətli və sağlam şəxslər olaraq yetişməsində əsas rol oynayır. Tədqiqatlar göstərir ki, ailə daxilindəki mənfi vəziyyətləri müşahidə edən uşaqlarda davranış və psixoloji problemlərin meydana gəldiyi müşahidə edilmişdir. Anohin (2003) də yeniyetmələrdə aqressiyanın artmasının ailə mühitindəki münasibətlər və bağlanma

tərzlərinə bağlı olduğunu müəyyən etmişdir. Ailə içindəki şiddətin ona məruz qalan şəxsin psixoloji və emosional vəziyyətinə mənfi təsir göstərdiyi düşünülür. Şiddətin növü və forması da çox mühüm rol oynayır. Bu verbal, emosional, fiziki və cinsi ola bilər. Ailə daxilində şiddətə məruz qalan uşaqlarda ən çox rast gəlinən davranış reaksiyalardan biri aqressiya olur (Jaffe et al.,1990). Uşaqlıq dövründə mənimsənilən bu davranışların, uşağın bütün inkişaf proseslərini təsir etdiyi düşünülür (Perry, 2002). Bu inkişaf proseslərinin ən kritik və mühüm dövrlərindən biri olan yeniyetməlik dövrü, diqqətə alınmalı ən həssas mövzulardandır (Steinberg, 2014).

Yeniyetməlik dövrü, insan şəxsiyyətinin böyük bir hissəsinin formalaşdığı dövrüdür (Erikson, 1968). Bu dövr ərzində o, gördüyü və eşitdiyi hər şeyi yadda saxlayır (Casey et al.,2008). Şəxsin genetikası ilə formalaşan xüsusiyyətlər ətraf mühitlə birlikdə yeniyetmənin inkişafına təsir edir (Bronfenbrenner, 1979). Bu səbəblərə görə yeniyetməlik dönəmi stressli və çətin bir dönmə olaraq xarakterizə edilir (Arnett, 1999). Yeniyetməlik çağındakı hər bir fərd bir çox cəhətdən fərqlənməyə başlayır. Bu fərqlənmə, yeniyetməlik dövründəki fərdin demək olar ki, bütün davranışlarını və düşüncələrini ələ keçirir. Bu dövr qızlarda 9 yaş, oğlanlarda isə 11 yaşında başlayır. Yeniyetməlik dövrü, şəxsin emosiyalarının ən intensiv şəkildə yaşandığı bir dövrüdür. Yeniyetmə hər bir hissi ən yüksək səviyyədə və şiddətdə yaşayır. Uşaqlar böyüdükcə onların məntiqi düşünmə və mühakimə etmə bacarıqları da inkişaf etdirməyə başlayır. Beləliklə, bir insanı qəsdən incitməyin doğru olmadığı, qırmızı işıqda gözləməyin səbəbini və bir mağaza sahibinin bizdən daha çox pulu olsa da, onun mağazasından bir şey aldıqdan sonra ödəniş etmədən çıxmağın doğru olmadığını yeniyetmə başa düşməyə başlayır. Koqnitiv inkişaf ilə birlikdə, yeniyetmələrin digər insanların düşüncələrini qəbul etmə və problem həll etmə bacarıqları da inkişaf edir. Yeniyetmələr, dostlarının qarşısında hörmətsizliklə qarşılaşdıqda, aqressiv və ya zorakılıq nümayiş etdirən bir davranış sərgiləməyə daha çox meyillidirlər. Bir çox yeniyetmə, kiminsə onlara lağ etməsindən dolayı asanlıqla aqressiv davranmağa meyilli olurlar. Gün keçdikcə daha çox uşaq, şiddətin olduğu mühitlərdə şiddətin qurbanı və ya şahidi olurlar. Yeniyetməlik dövründə, gənclərin ana-ataları və ya digər ailə üzvlərindən daha çox dostları ilə vaxt keçirdikləri məlumdur. Bu vəziyyət, bir çox ailə mübahisələrinin əsas səbəblərindən biridir. Bir çox yeniyetmə ailələri yerinə dostları ilə vaxt keçirməyi üstün tutduqlarını söyləsələr də, eyni zamanda ailələrinin onların həyatlarına əhəmiyyətli şəkildə müdaxilə etməyə davam etdiklərini qəbul edirlər. Gənclər, necə geyinməli, nə yeməli və dost mühitlərində kimlərin olmalı olduğu ilə bağlı gündəlik məsələlərdə dostlarının təsiri altında qalsalar da, hələ də valideynlərinin dəyərlər sistemini qəbul edirlər və çox mühüm məsələlərdə valideynlərinin fikirlərini nəzərə almağa davam edirlər. Hətta ən kiçik problemlərdə belə bu belədir. Məsələn, ABŞ-da aparılan genişmiqyaslı araşdırmaya əsasən, əgər valideynlər uşaqlarına sözlə, etdikləri davranışları təsdiqləmədiklərini söyləsələr, gənclər uzun müddət ərzində

daha az problem yaşayırlar. Müəyyən olunub ki valideynlərin bu cür xəbərdarlıqları eşitməyən gənclərlə müqayisədə, xəbərdarlıqları nəzərə alan yeniyetmələrin mənfi davranışlara meyl etmə ehtimalı daha azdır (Flannery, 2006). Tədqiqatlar odlu silaha sahib olmanın intihar, qəza ilə yaralanma və ya biri ilə mübahisə zamanı silah istifadə etmə riskini artırdığını göstərmişdir (Wilkinson & Fagan, 2001). Son 20 ildə gənclər arasında narkotik maddə və odlu silah istifadəsinin qətl törətmə və ya qətlə məruz qalma riskini əhəmiyyətli dərəcədə artırdığı görülür (Miller, 2002). Yeniyetmələrdə prososial və antisosial davranışlara nəzər salmaq. Prososial və antisosial davranışlar, psixi sağlamlıq və sosial əlaqələrə təsir edir (Kaur, 2019). Tədqiqatlar, bu iki anlayışın bir-birinə sıx bağlı olduğunu göstərir, yəni aşağı səviyyədə prososial davranışlara və başqalarına qarşı aşağı dözümlülüyə malik olan fərdlər daha aqressiv olmağa meyillidirlər (Joosten, 2015). Prososial davranış, başqalarına kömək etməyə meyilli könüllü bir davranışdır. Bu cür davranışa sahib olan fərdlər qayğıkeşdirlər və sahib olduqlarını başqaları ilə bölüşməyi sevirlər (Manesi, 2017). Prososial və antisosial davranışlarla bağlı bir çox tədqiqat, bu davranışların fərdlərin uşaqlıqdan yeniyetməliyə keçidində sosial əlaqələr baxımından rahat və ya çətin bir keçid etmələrinə kömək etdiyini göstərir. Prososial davranış, sosial əlaqələri asanlaşdırır və arzuolunmaz davranışları azaldaraq, sosial uyğunlaşmanı təmin edir ki, bu da müsbət inkişafa aparır (Akers, 2011). Prososial davranışa sahib olan yeniyetmələr, yoldaşları arasında populyar olur, öz qabiliyyətlərinə əmin olur və müsbət emosiyalar yaşayırlar. Digər tərəfdən, antisosial davranış, digər insanlara qarşı mənfi davranış növü olaraq təsvir edilir. Bu cür davranışa sahib şəxslər, sosial qaydaları pozmağa meyillidirlər (Castano, 2012). Bu davranış növü müxtəlif formalarda meydana çıxıb bilər, məsələn, aldatma, cinsi davranışlar, qaydalara əməl etməmək, qanunsuz narkotik istifadəsi, cinayət, o cümlədən oğurluq, fiziki və ya verbal aqressiya buna nümunədir. (Morgado, 2017). Santoso (2017) hesab edir ki, 15 yaşdan əvvəl antisosial şəxsiyyətə sahib olan şəxslər məktəbə getməmək, evdən qaçmaq, fiziki döyüşlərə meyilli olmaq, silah istifadə etmək, başqasını cinsi fəaliyyətə məcbur etmək, insanlara və ya heyvanlara fiziki zülm etmək, binaları qəsdən zədələmək və ya yandırmaq, yalan danışmaq, oğurluq etmək kimi davranışlar göstərilir. Boks, müxtəlif sosial tədbirlərdə aktiv iştirak, futbol azərkeşlərinin hərəkətlərinə qatılmaq prososial və ya anstisosial davranış formaları ola bilər. Aqressiyanın əhəmiyyətli olduğu hallar da vardır. Məsələn, gənclərin idman müsabiqələrinə, boksa qatıldığı durumlara baxmaq. Əgər bir gənc dağıdıcı bir fəaliyyətdə iştirak edib və daha sonra atletik davranışa keçib, bu antisosial davranışın prososial davranışa çevrildiyini göstərir. Bu sosial və pedaqoji təsirin uğurlu nümunəsidir. Yeniyetməlik dönməsində olan bir uşaq tez-tez kontrol eləmək, ona təzyiq etmək, əsas olmayan qınaqlar, diqqət və sevgi əksikliyi kimi amillər onun ətrafındakılara qarşı qəzəbli olmasına səbəb ola bilər. Meydana gələn dəyişikliklərin təzyiqi altında olan yeniyetmə bütün problemlərlə tək başına başa çıxma biləcəyini düşünür. Yeniyetmə özündə baş verən dəyişikliklər səbəbilə artıq

böyüdüyünü, fiziki və psixoloji baxımdan özündən böyüklərlə eyni səviyyəyə gəldiyini güman edir. Bu dövəmdə bütün dünyanı dəyişdirmə, fəth etmə istəyi ortaya çıxır, lakin onlar bunu gerçəkləşdirə bilmirlər. Məktəbin uşaqların neyropsixoloji vəziyyətinə yetərincə diqqət göstərməməsi, şiddətə təşviq edən film və video sənayesi bu problemi daha da gücləndirir. Yeniyetmənin sosial inkişafı əsas olaraq məktəbdə reallaşır, lakin uşaq fürsəti məktəbdə əldə edə bilməzsə bu zaman başqa sahələrə yönəlməyə başlayır. Məktəb tədbirlərində aktiv olaraq iştirak edən uşaqların dağıdıcı toplumlara daxil olma ehtimalları olduqca aşağıdır. Yeniyetməlik dövəmində olan bir gənc həmyaşıdları arasında tanınmazsa və onlardan anlayış görməzsə, xüsusilə yeniyetməlik dövəmində ehtiyac duyduğu münasibətləri məktəbdə qura bilməzsə, aqressiv və dağıdıcı davranışların özünü göstərə biləcəyi bir qrupa meyl etmə ehtimalı yüksəkdir.

Müasir cəmiyyətdə texnologiyanın və sosial medianın inkişafı yeniyetmələrin sosial münasibətlərinə və davranışlarına ciddi təsir göstərir. Bu inkişafıa yanaşı, aqressiv davranışlar da yeni formalar almış və ənənəvi zorakılıq modellərindən fərqli olaraq, daha gizli və yayıla bilən formalarla müşahidə olunmağa başlamışdır. Bu baxımdan kiber-aqressiya və sosial təcrid də yeniyetmələrin aqressiv davranışlarının həm səbəbi, həm də nəticəsi kimi qiymətləndirilir (Livingstone & Smith, 2014). Kiber-aqressiya, texnologiyanın və internet vasitələrinin köməyi ilə başqasına qarşı düşmənçilik və ya zərər vermə məqsədi ilə edilən davranış forması kimi müəyyən edilir (Tokunaga, 2010; Kowalski, Giumetti, Schroeder, & Lattanner, 2014). Bu davranışa təhqir, ifşa etmə, sosial reputasiyanı zədələmə, hədələmə və şəxsi məlumatların icazəsiz paylaşılması daxildir. Yeniyetmələr bu davranış formalarına tez-tez müraciət edirlər, çünki virtual məkanda anonimlik və məsuliyyətsizlik hissi onlara daha təhlükəsiz hiss etdirir (Slonje, Smith, & Frisén, 2013). Virtual mühitdə aqressiya, real həyatda mövcud olan sosial maneələrdən azad olduğu üçün daha sərt və nəzarətsiz şəkildə təzahür edə bilər (Wright, 2017; Barlett, Gentile, & Chew, 2016). Aparılan bir sıra tədqiqatlar göstərir ki, kiber zorakılığa məruz qalan yeniyetmələrdə təşviş, depressiya və sosial təcrid kimi əlamətlər yüksək səviyyədə müşahidə olunur. Hətta bəzi hallarda özünəqəsd düşüncələrinin artması ilə nəticələnə bilər (Hinduja & Patchin, 2010; van Geel, Vedder, & Tanilon, 2014). Belə ki, bu davranış forması təkə qurbanın psixoloji vəziyyətinə zərər vermir, eyni zamanda aqressiv davranış göstərən şəxsin də empatiya qabiliyyətini zəiflədir (Barlett et al., 2016).

Sosial medianın geniş istifadəsi, həmçinin yeniyetmələr arasında emosional tənzimləmə və empatiya qurma bacarığına da mənfi təsir göstərir. Yeniyetmələr real həyatda ifadə etməyə çətinlik çəkdiqləri ifadələri virtual mühitdə rahatlıqla bildirə bilirlər. Bu, “virtual dezinhibisiya effekti” adlandırılır və aqressiv davranışların artmasına şərait yaradır (Suler, 2004). Virtual mühitdə qarşılıqlı əlaqələrdə sərhədlərin silinməsi və insan münasibətlərinin insani dəyərlərdən

uzaqlaşdırılması bu davranışların normallaşmasına səbəb ola bilər (Bauman, 2010). Əlavə olaraq, kiber zorakılıq ənənəvi zorakılıqdan fərqli olaraq, daim davam edə bilər və qurbanın təhlükəsiz məkanlarda belə istirahət etməsinə maneə ola bilər (Tokunaga, 2010). Bu səbəbdən, yeniyetmələrdə 24/7 davam edən psixoloji təzyiqin artması, onları davamlı qorxu və narahatlıq halında saxlayır. Bu vəziyyət emosional tükənməyə, davranış pozuntularına və aqressiv cavab reaksiyalarına gətirib çıxara bilər (Ybarra & Mitchell, 2004). Digər bir vacib amil isə sosial təcrid və həmyaşıdlar tərəfindən rədd edilmə ilə bağlıdır. Yeniyetmələr üçün sosial qəbul edilmə və dost mühiti ilə integrasiya yüksək əhəmiyyət daşıyır. Sosial qrupdan kənarlaşdırılmaq və ya davamlı rədd edilmə aqressiv müdafiə mexanizmlərinin aktivləşməsinə səbəb ola bilər (Coie, Dodge, & Kupersmidt, 1990; Rubin, Bukowski, & Parker, 2006). Yeniyetmələrdə sosial əlaqələrin zəif olması nəticəsində qarşılıqlı empatiya qurma bacarıqları zəifləyir, bu da antisosial davranışların artmasına şərait yaradır (Prinstein & Cillessen, 2003). Araşdırmalar göstərir ki, sosial təcrid olunan fərdlər tez-tez “təcrid nəticəli qəzəb” yaşayır və bu qəzəb aqressiv davranış formasında xaricə yönəlir (Leary, Twenge, & Quinlivan, 2006). Bu cür aqressiya bəzən qrup halında da baş verir və aqressiv davranış dövrü şəkildə qarşılıqlı şəkildə möhkəmlənir (Patterson, 1982). Bu dövr “aqressiya dövrü” olaraq tanınır və ailə içi münasibətlərdə və məktəbli qruplarda geniş yayılmışdır.

Bəzi hallarda isə aqressiv davranış yalnız xaricə deyil, fərdin özünə qarşı da yönəlmiş ola bilər. Bu forma autoaqressiya və ya özünə zərərverici davranış kimi tanınır. Özünə fiziki zərər vermə, bədənə kəsiklər atmaq, başını divara vurmaq və ya özünü cəzalandırmaq kimi davranışlar bu kateqoriyaya daxildir (Klonsky, 2007). Nock (2010) qeyd edir ki, bu davranışlar adətən emosional tənzimləmədə çətinlik çəkən və daxili gərginliyini ifadə edə bilməyən yeniyetmələrdə müşahidə olunur. Psixoloji baxımdan, aqressiv davranışların davam etməsi yeniyetmələrdə psixopatoloji riskləri artırır. Xüsusilə Davranış Qaydası Pozuntusu və antisosial şəxsiyyət pozuntusu ilə nəticələnmə bilər (American Psychiatric Association, 2013; Frick & Nigg, 2012). Davranış Qaydası Pozuntusu simptomları arasında təkrarlanan yalan danışma, vandalizm, aqressivlik və heyvanlara qarşı qəddarlıq var. Bu simptomlar yetkin yaşa keçdikdə daha ciddi hüquqi və sosial nəticələrə səbəb ola bilər (Moffitt, 1993; Fergusson, Horwood, & Ridder, 2005).

Tədqiqatlar göstərir ki, aqressiv davranışların qarşısının alınması üçün emosional savadlılıq, empatiya bacarığı, sosial dəstək və ailəvi müdaxilələr olduqca vacibdir. Bu müdaxilələr aqressiyanın yalnız nəticələrini deyil, həm də köklərini hədəf almalıdır (Eisenberg, Spinrad, & Morris, 2014; Durlak et al., 2011). Məktəb proqramlarında sosial-emosional öyrənmə komponentlərinin artırılması, psixoloji dəstək və ailələrlə əməkdaşlıq bu baxımdan effektiv strategiyalar hesab edilir.

1.2.4. Bağlanma tərzlərinə əsasən təşviş və aqressiyanın öyrənilməsi ilə bağlı tədqiqatların təhlili

Hər bir insanın davranışları doğumundan başlayaraq həyatın ilk üç ilinə qədər özünə qayğı göstərən şəxslərlə qurduğu bağa görə formalaşır (Bowlby, 1969). Yeni doğulan körpə qidalanma, sevilmə, diqqət görmə kimi tələbatlarını qarşılamaq üçün, bu ehtiyacları ödəyən bir obyektə yönəlir. Bu obyekt adətən anadır və ya ananın yerinə keçən körpənin ehtiyaclarını ödəyən başqa şəxsdir. Bağlanma nəzəriyyəsinin əsas prinsipi, bağlanmanın fərdin münasibətlərində ömür boyu davam edəcəyidir (Bartholomew & Horowitz, 1991).

Bağlanma nəzəriyyəsinin müdafiəçilərinə görə, körpəlik dövründə güvənli və ya güvensiz şəkildə formalaşan bağlanma tərz, sonradan çox az dəyişir. Güvənli bağlanma, sağlam münasibətlər ilə özünü göstərərkən, güvensiz bağlanma isə yaxın, dəstəkləyici və lazım olduqda ona çatmaq mümkün olan valideynlərə sahib olmayan fərdlərin inkişaf etdirdikləri bağlanmadır. Valideynlərlə yaxın olmaq uşaqların təşviş səviyyəsindən asılı olmayaraq özlərini rahat hiss etmələrini təmin edərək, təşviş əlamətlərindən qorxmamalarını təmin edir.

Bağlanma fiquru ilə yaxınlıq qurulmadığı halda isə uşaqlar, xüsusilə sosial mühitlərdə, təşviş əlamətlərindən qorxmağa başlaya bilirlər. Anaya qarşı yadlaşma, rədd edilmə qorxusu təşviş əlamətlərinin ortaya çıxmasına və məntiqsiz qorxuların inkişafına səbəb ola bilər. Təşvişin inkişafında genetik amillərlə yanaşı, uşağın böyüdüüyü sosial mühit, valideynləriylə qurduğu münasibətlər mühüm əhəmiyyət kəsb edir (Butcher et al., 2013).

Təşvişi ortaya çıxaran əsas amillərdən biri, fərdin qarşılaşdığı vəziyyətlərə yüklədiyi mənalər, valideyn münasibətləri, genetik faktorlar və qeyri-müəyyənliklərdir. Bununla yanaşı ani dəyişikliklər, yeni iş və ya məktəb seçimi, yeni sosial rola uyğunlaşmaqda çətinlik, maddə istifadəsi, xəstəliklər və ailə problemləri kimi amillər də təşvişin yaranmasına səbəb ola bilər. Yaşanan təşviş vəziyyəti, fərdin düşünmə, qavrama və öyrənmə qabiliyyətlərini zəiflədir. Şəxs körpəlik, uşaqlıq və yeniyetməlik dövrlərində hər iki valideyni ilə qurduğu əlaqə vasitəsilə daxili işləmə modellərini formalaşdırır. Bu model, fərdin həyatının növbəti mərhələlərində başqaları ilə əlaqə qurma və bu əlaqələri davam etdirmə baxımından əhəmiyyətlidir (Bowlby, 1969). Uşağın valideyni ilə bağ qurması nəticəsində yaranan təhlükəsizlik hissi onun həyatda qalmaq üçün ehtiyacı olan instinktiv tələbatlarını təmin edir (Myers, 2017).

Bağlanma nəzəriyyəsinin əsas fərziyyələrindən biri, yeni doğulmuş körpənin müəyyən qidalanma və qorunma ehtiyaclarının olmasıdır. Bu fərziyyəyə görə, bağlanma, ana və ya ananın yerini tuta biləcək bir şəxs tərəfindən qarşılanan ehtiyaclar nəticəsində yaranan bir bağıdır. Əgər

bu bağın qurulmasına mane olacaq bir amil meydana gəlsə, uşaqda narahatlıq, qəzəb və kədər kimi emosional reaksiyalar ortaya çıxır.

İkinci Dünya Müharibəsi və sonrasında aparılan araşdırmalar, ayrılmanın uşaqlara olan təsirini araşdırmışdır. Əldə edilən nəticələrə görə, uşaqların kifayət qədər baxım almış olmalarına baxmayaraq, fiziki və psixoloji baxımdan yetərli inkişaf etmədikləri və təxminən iki il sonra öldükləri müəyyən edilmişdir. Həyatda qalan uşaqlarda isə gəzə bilməmək, danışa bilməmək, zəkada geriləmə, əzələ problemləri, reflekslərdə və immun sistemdə zəiflik kimi fiziki xəstəliklər və xüsusilə də emosional pozuntular müşahidə edilmişdir (Masterson, 1960). Uşaq, qayğı göstərən şəxsin yoxluğunda stresli vəziyyətə düşür və bu vəziyyət, uşağın bağlanma fiqurlarına olan etibarını sarsıdır. Bu etibarın itirilməsi, emosional inkişafa mənfi təsir edir və zamanla daha ağır psixoloji problemlərə səbəb ola bilər (Bowlby, 1969). Bowlby, analarından ayrı qalan uşaqların stress altında olduqlarını və onların emosional reaksiyalarının üç mərhələyə ayrıldığını müşahidə etmişdir. İlk mərhələ, uşağın ağlaması, aktiv şəkildə valideyn və ya qayğı göstərənini axtarması və sakitləşdirmə cəhdlərinə qarşı göstərdiyi etiraz mərhələsidir. İkinci mərhələdə isə passiv vəziyyətə keçiddir və bu zaman kədər hissi ilə ümitsizlik özünü göstərir. Son mərhələdə isə duyğusal olaraq əlaqəni kəsmə meydana gəlir. Əslində, uşağın göstərdiyi bu reaksiyalar, yenidən əlaqəni bərpa etməyə yönəlik reaksiyalardır. Əgər zamanla bağ möhkəmləndirilməzsə, uşaq ümitsizliyə düşərək yalnız emosional deyil, həm də fiziki olaraq tükənməyə başlayır. Əgər əlaqə tamamilə qırılsa, o zaman uşaq yeni bir bağlanma fiquru tapmağa çalışa bilər (Bowlby, 1969).

Ainsworth və digər tədqiqatçılar (1978) göstərdilər ki, güvənli bağlanma tərzinə malik insanlar, sağlam şəkildə emosional əlaqələr qurur və daha az təşviş təcrübəsi yaşayır, çünki onlar özlərini təhlükəsiz hiss edirlər və sosial dəstəyi qəbul edirlər. Bu insanların emosiyalarını tənzimləmə qabiliyyəti də güclüdür və bu onları təşvişli hallardan qoruyur (Bowlby, 1969). Təşvişli bağlanma tərzini olan şəxslər, yaxın əlaqələrdə tez-tez narahatlıq, qeyri-müəyyənlik və qorxu hissi yaşayırlar. Bu şəxslər, başqalarına yaxınlaşmaqda çətinlik çəkir və başqalarının özlərinə qarşı olan sevgisini və diqqətini tez-tez sorğulayırlar (Mikulincer & Shaver, 2007). Bu, onların təşvişini daha da artırır. Bir çox tədqiqatlar göstərir ki, təşvişli bağlanma tərzinə malik insanlar daha çox sosial fobiya və panik atak təcrübələri yaşayırlar (Bartholomew & Horowitz, 1991). Bu insanlar, stresli vəziyyətlərdə daha həssasdırlar. Qaçınqan bağlanma tərzini olan şəxslər isə, yaxın əlaqələrdən qaçmağa meyllidirlər və emosional yaxınlıqdan qorxurlar. Bu bağlanma tərzinə malik insanlar, təşviş yaradan vəziyyətlərdə və ya stressli hallarda özlərini izolyasiya etməyə çalışırlar (Feeney & Noller, 1990). Tədqiqatlar göstərir ki, qaçınqan bağlanma tərzinə malik şəxslər, əlaqə qurmaqdan və başqalarına emosional olaraq bağlı olmaqdan çəkinirlər və bu, onların təşvişlə bağlı

problemlərini daha da çətinləşdirə bilər. Bu insanlar, çətin vəziyyətlərlə üzləşdikdə, sosial dəstəkdən imtina edirlər və bunun nəticəsində təşviş və sosial narahatlıq daha da artmış olur.

İlkin bağlanma fiquru ilə qurulan güvənsiz bağlanmanın həyatın irəliləyən dövrlərində duyğu və davranış problemlərin yaşanmasına səbəb olduğu məlumdur (Perry, 1996). Araşdırmalar göstərmişdir ki, bioloji ailəsində deyil, uşaq evlərində və ya sonradan övladlığa götürülən şəraitdə böyüyən yeniyetmələr bağlanma baxımından daha çox qeyri-sabit və nizamsız tərzlərlə xarakterizə olunurlar. Bu fərqlər, bioloji ailələrdə böyüyən həmyaşıdlarla müqayisədə daha geniş şəkildə müşahidə olunmuşdur (Schuengel, 2009). Bioloji valideynləri ilə bağlanma əlaqəsinin olmaması və ya itirilməsi ilə yanaşı, övladlığa götürülmüş uşaqlar tez-tez erkən yaşlarda zorakılığa və ya laqeydliyə məruz qalmış olurlar (Zill & Bramlet, 2014). Həm bu amillər təkbaşına, həm də birlikdə, uşaqlarda güvənli olmayan bağlanma tərzlərinin formalaşmasına, eləcə də aqressiya və digər davranış pozuntuları kimi mənfi psixososial nəticələrin yaranmasına səbəb ola bilər (Teisl & Cicchetti, 2008). Övladlığa götürülmə kontekstində bağlanma nəticələri inkişaf dövrlərinə uyğun olaraq dəyişiklik göstərə bilər. Məsələn, ilk yaşından sonra övladlığa götürülən uşaqlarda bağlanma problemləri daha çox müşahidə olunsada, bu fərqlər yetkinlik yaşına çatdıqda övladlığa götürülmüş və bioloji valideynləri ilə yaşayan fərdlər arasında əhəmiyyətli dərəcədə azalır və bəzən tamamilə aradan qalxır (Bakermans-Kranenburg, 2009). Bu nəticələr onu göstərir ki, erkən yaşlarda aşkarlanan bağlanma çətinlikləri yeniyetməlik dövründə zamanla azala bilər. Bu dəyişimin səbəbi kimi, övladlığa götürən ailələrin çox vaxt daha əlverişli tərbiyə şəraiti yaratması göstərilə bilər. Belə ailələrin daha yüksək təhsil səviyyəsinə və sosial-iqtisadi statusa malik olmaları, daha uyğun tərbiyə metodları və intizam strategiyalarından istifadə etmələri, eləcə də bağlanma təhlükəsizliyi baxımından daha güclü olmaları bu dəyişikliklərə səbəb ola bilər (O'Brien & Zamostny, 2003).

Bağlanmada problemlərin olması yeniyetmələrdə aqressiv davranışların formalaşmasına səbəb ola bilər. Sokolov (2021) bağlanma tərzlərinin yeniyetmələrdə aqressiv davranışların inkişafında əhəmiyyətli rol oynadığını müəyyən etmişdir. Bu cür davranışların düzgün tənzimlənməməsi həm hal-hazırda, həm də gələcək inkişaf mərhələlərində müxtəlif uyğunlaşma problemləri ilə əlaqələndirilmişdir (Assink, 2015). Bu kontekstdə aparılan bəzi tədqiqatlar göstərir ki, bağlanma pozuntuları ilə yeniyetmələrdə aqressivlik arasında güclü əlaqə mövcuddur (Gallarin & Alonso-Arbiol, 2012). Bundan əlavə, aqressiv davranış riski olan yeniyetmələrdə bağlanma təhlükəsizliyini gücləndirməyə yönəlmiş müdaxilələrin aqressivliyin azalmasına səbəb olduğu sübut olunmuşdur. Bu da bağlanma ilə aqressivlik arasında möhkəm bir əlaqənin olduğunu göstərir (Moretti & Obsuth, 2009). Digər tərəfdən, bağlanma təhlükəsizliyinə dair mövcud tədqiqatlar məhdud və qeyri-müəyyən olsa da, bəzi meta-analizlər övladlığa götürülmüş yeniyetmələrin,

övladlığa götürülməmiş həmyaşdrları ilə müqayisədə, daha çox xarici davranış problemləri yaşadıklarını göstərmişdir (Juffer & van IJzendoorn, 2005). Əvvəlki mənfi təcrübələri (məsələn, istismar, laqeydlilik və ya tərək edilmə) nəzərə alındıqda, bu kateqoriyaya aid yeniyetmələrin aqressivlik riski daha yüksək ola bilər. Bowlby (1988) qeyd edir ki, ayrılıq və tərək edilmə kimi yaşantılar qəzəb və disfunksional davranış reaksiyalarına səbəb ola bilər. Eyni zamanda, bəzi tədqiqatçılar vurğulayır ki, övladlığa götürülmüş yeniyetmələr kimlik və mənsubiyyət məsələləri ilə daha çox mübarizə aparır və bu daxili narahatlıqları əsas qayğıverici şəxslərin diqqətini cəlb etmək məqsədilə aqressiv davranışlarla ifadə edə bilərlər (Pace et al., 2018). Buna baxmayaraq, övladlığa götürülmüş uşaqlarda aqressiya ilə bağlı aparılmış spesifik tədqiqatların sayı çox azdır. Bu istiqamətdə aparılmış azsaylı araşdırmalardan yalnız biri (Menlove, 1965) klinik nümunə əsasında övladlığa götürülmüş və götürülməmiş uşaqları müqayisə etmiş, lakin bu nümunə yeniyetmələri deyil, uşaqları əhatə etmişdir.

Bununla belə, tədqiqatlar göstərir ki, dəstəkləyici və sabit mühitlər, uşaq üçün yeni, müsbət bağlanma nümunələri yaratmaqla, əvvəlki mənfi təcrübələrin təsirini azalda və daha sağlam inkişaf yolunu mümkün edə bilər (O'Brien & Zamostny, 2003). Bu baxımdan, bağlanma yalnız erkən yaş dövrü ilə məhdudlaşmır, əksinə, davamlı dəstək və münasibətlərin keyfiyyəti sayəsində zamanla dəyişə və düzələ bilər (Juffer & van IJzendoorn, 2005).

Son illərdə aparılan müxtəlif beynəlxalq tədqiqatlar bağlanma tərzləri ilə təşviş və aqressiya arasındakı qarşılıqlı əlaqənin psixoloji sahədə nə qədər aktual olduğunu ortaya qoymuşdur (Dagan, Sagi-Schwartz, & Madigan, 2021; Lyons-Ruth, Bureau, & Holmes, 2020). Fərqli mədəniyyətlərdə bu əlaqələrin hansı formada özünü göstərdiyi və əldə olunan nəticələrin sosial-kulturoloji çərçivədə necə izah olunduğu məsələsi tədqiqatlara daha geniş və interdisiplinar yanaşmanı zəruri edir (van IJzendoorn & Bakermans-Kranenburg, 2010; Mesman et al., 2016).

Amerika Birləşmiş Ştatlarında aparılmış empirik tədqiqatlar göstərmişdir ki, təşvişli bağlanma tərzinə malik olan yeniyetmələrdə həm narahatlıq, həm də aqressiv davranışlar daha yüksək səviyyədə müşahidə edilir (Murphy, Bates, & Gonzalez, 2021; Brumariu, 2015). Bu bağlanma tərzini emosional qeyri-sabitlik və sosial münasibətlərdə həssaslıqla xarakterizə olunur ki, bu da ümumi psixoloji rifahın azalmasına gətirib çıxarır (Groh et al., 2017). Bunun əksinə olaraq, güvənli bağlanma tərzinə malik fərdlər stresli vəziyyətlərdə daha sağlam emosional tənzimləmə bacarıqları nümayiş etdirir və münasibətlərdə sabitlik göstərilir. Bu isə təşvişin azalmasına və uyğunlaşma strategiyalarının daha effektiv tətbiqinə şərait yaradır (Allen, Grande, Tan, & Loeb, 2020; Mikulincer & Shaver, 2019).

Avropada, xüsusilə Niderland və Almaniyada keçirilmiş tədqiqatlar ABŞ-da əldə olunan nəticələrlə paralellik təşkil edir. Niderlandda 14–17 yaşlı yeniyetmələr arasında aparılmış bir tədqiqat güvənli bağlanmanın emosional tarazlığı dəstəklədiyini, təşvişli və qaçınqan bağlanma tərzlərinin isə təşviş hallarını və neqativ emosional təcrübələri artırdığını göstərmişdir (Sijtsma et al., 2019; Spangler & Zimmermann, 2014). Əlavə olaraq, qaçınqan bağlanma tərzinə malik yeniyetmələrin öz emosiyalarını ifadə etməkdə çətinlik çəkdikləri, nəticədə isə bu emosiyaların passiv-aqressiv və ya qəfil davranış partlayışları ilə ortaya çıxdığı bildirilmişdir (Zimmer-Gembeck, 2020; Cassidy & Shaver, 2018). Asiya ölkələrində, xüsusilə də Çin kimi kollektivist cəmiyyətlərdə, bağlanma tərzləri ilə təşviş və aqressiya arasındakı münasibətlər fərqli sosial və ailəvi kontekstlərdə təzahür edir. Chen və Zhang (2020) qeyd edirlər ki, ailə daxilində yüksək nəzarət və avtoritar valideynlik üslubu təşvişli bağlanma hallarını artırır və bununla yanaşı emosional dəstəyin yetərsizliyi həm təşvişi, həm də dolayı aqressiv davranış formalarını (məsələn, sosial uzaqlaşma və passiv müqavimət) gücləndirir (Qin & Pomerantz, 2016). Bənzər şəkildə, Cənubi Koreyada aparılmış bir araşdırmada Kim və Lee (2022) göstərmişdir ki, təşvişli bağlanma ilə aqressiv davranış arasında birbaşa əlaqə olmasa da, bu münasibət emosional tənzimləmə bacarıqları vasitəsilə dolayı yolla mövcuddur (Jin & Kim, 2021).

Beynəlxalq səviyyədə aparılmış müqayisəli tədqiqatlar göstərir ki, bağlanma tərzlərinin təşviş və aqressiya ilə əlaqəsi müəyyən oxşarlıqlara malik olsa da, bu münasibətlər mədəni və sosial strukturlar çərçivəsində dəyişkənlik nümayiş etdirir. Qərb ölkələrində fərdi sərbəstlik və emosional ifadə ön planda olduğu halda, Şərq ölkələrində daha çox ailə bağlılığı, itaət və emosiyaların nəzarətdə saxlanması vurğulanır (Mesman et al., 2016; Rothbaum et al., 2000). Bu səbəbdən, təşvişli və qaçınqan bağlanma ilə aqressiv davranışlar arasındakı əlaqə müxtəlif cəmiyyətlərdə fərqli şəkildə formalaşır və fərqli psixoloji dəstək yanaşmaları tələb edir (Mikulincer & Shaver, 2019; Brumariu & Kerns, 2010).

II FƏSİL. TƏDQIQATIN METOD VƏ METODOLOGİYASI

2.1. Tədqiqatın təşkili və keçirilməsi.

Xəzər universitetinin etik komitəsinin 2024/25-2 tarixli protokoluna əsasən tədqiqatın keçirilməsinə icazə verilmişdir. Tədqiqat 100 nəfər 8,9,10,11 ci siniflərdə oxuyan, 13-17 yaş aralığında olan 100 (50 oğlan və 50 qız) yeniyetmələrlə keçirilmişdir. Tədqiqatın empirik hissəsində anket sorğusu aparılmışdır. Sorğu, Google Forms onlayn platforması vasitəsilə hazırlanmış və təsadüfi seçilmiş hazırlıq kurslarında təhsil alan iştirakçılara online anket formasında təqdim edilmişdir. Tədqiqatın icrasına üç həftə sərf olunmuşdur. Tədqiq olunan yeniyetmələrə tədqiqatın məqsədi izah edilmiş, məxfilik şərtləri qeyd edilmişdir. Yeniyetmələr könüllülük prinsipi ilə tədqiqatda iştirak etmişdirlər.

2.2. İstifadə edilmiş metodikalar.

Tədqiqat işinin məqsəd və vəzifələrinə, irəli sürülən fərziyyələrə uyğun olaraq aşağıda qeyd olunan metodlar seçilmişdir:

1. Demografik məlumatlar anketi (tərəfimizdən hazırlanmışdır).
2. Böyüklər üçün bağlanma tərzı şkalası (Cindy Hazan və Phillip Shaver)
3. Hamiltonun təşviş reytingi cədvəli (HARS)
4. A.Bass və A.Darki aqressiya testi.

1.Demoqrafik məlumat anketi.

Tədqiq olunan yeniyetmələrin demoqrafik göstəricilərini müəyyənləşdirmək üçün, tərəfimizdən hazırlanan məlumat anketi istifadə edilmişdir. Bu anket vasitəsilə tədqiqat iştirakçılarının cinsiyyəti, yaşı, neçənci sinifdə oxuduğu, ailədə neçə nəfər olduqları, ailədə neçənci uşaq olduqları haqqında məlumatlar əldə edilmişdir.

2. Böyüklər üçün bağlanma tərzı şkalası (Cindy Hazan və Phillip Shaver)

Tədqiqat işində iştirak edən yeniyetmələrin hansı növ bağlanma tərzinə malik olduqlarını müəyyən etmək üçün 1987-ci ildə Amerikalı psixoloqlar C.Hazan və P.Shaver tərəfindən hazırlanan “Böyüklər üçün bağlanma tərzı şkalası” istifadə edilmişdir. Metoddə 18 mülahizə və bu mülahizələrə uyğun likert tipli cavab variantlarından (tam razı deyiləm, qismən razı deyiləm, nə razı, nə narazıyam, qismən razıyam, tam razıyam) istifadə olunmuşdur. Metodun əsas məqsədi

yeniyetmələrin hansı növ bağlanma tərzinə (güvənli, qaçınqan, təşvişli) malik olduğunu müəyyənləşdirməkdir.

Qiymətləndirmə:

Yaxınlıq- 1, 7, 9*, 13, 15*, 17*

Asılılıq- 3*, 6, 8*, 14, 16*, 18*

Təşviş- 2*, 4, 5, 10, 11, 12

“*” nişanı olan suallar tərs kodlama tələb edir. Bu zaman (1-5), (5-1), (2-4), (4-2), (3-3) bal kimi qiymətləndirilir.

Sualları kodladıqdan sonra hər 3 kateqoriyaya aid tək-tək balları hesablayırıq. Yüksək yaxınlıq, aşağı təşviş və aşağı asılılıq balına sahib şəxslər güvənli bağlanmaya aid olunur. Aşağı yaxınlıq, yüksək təşviş və yüksək asılılıq balına sahib şəxslər təşvişli bağlanma tərzinə aid olur. Aşağı yaxınlıq, aşağı asılılıq və yüksək təşviş balına sahib olanlar qaçınqan bağlanma tərzinə aid olunur.

3.Hamiltonun təşviş reytingi cədvəli (HARS)

Yeniyetmələrin təşviş səviyyəsini müəyyənləşdirmək üçün tədqiq olunanlara 1959-cu ildə M.Hamilton tərəfindən hazırlanan təşviş reytingi cədvəli təqdim edilmişdir. Metod 14 mülahizə və mülahizələrə uyğun cavab variantlarından (0 – yoxdur; 1 – yüngül dərəcədə ifadə olunub; 2 – orta dərəcədə ifadə olunub; 3 – ağır dərəcədə ifadə olunub; 4 –kəskin ağır dərəcədə ifadə olunub) ibarətdir. Metodun əsas məqsədi yeniyetmələrdə təşvişin hansı səviyyədə olduğunu (yüngül, orta, ağır) müəyyən etməkdir. Yekun nəticə balların toplanması ilə əldə olunur. Metod ölkəmizə Azərbaycan Respublikası Səhiyyə Nazirliyinin İctimai Səhiyyə və İslahatlar Mərkəzi tərəfindən adaptasiya olunmuşdur.

Qiymətləndirmə:

<17 bal – Yüngül dərəcəli təşviş pozuntusu

18-24 bal – Orta ağır dərəcədə olan təşviş pozuntusu

25-30 bal – Ağır dərəcəli təşviş pozuntusu

4. A.Bass və A.Darki aqressiya testi.

Yeniyetmələrdə aqressiyanın səviyyəsini müəyyənləşdirmək üçün tədqiq olunanlara 1957-ci ildə A.Bass və A.Darki tərəfindən hazırlanan aqressiya testi təqdim edilmişdir. Metod 75 mülahizə və mülahizələrə uyğun ikili cavabdan (bəli və xeyr) istifadə edilmişdir. Metodun əsas məqsədi

yeniyetmələrdə aqressiya səviyyəsinin müəyyən edilməsidir. Metod Azərbaycana A.K.Osnitski tərəfindən adaptasiya olunmuşdur.

Qiymətləndirmə:

Açar 1

(sınağın sorğu üzrə nəticələrinin işlənməsi üçün)

1. Fiziki aqressiya:

1+, 9-, 17-, 25+, 33+, 41+, 48+, 55+, 62+, 68+.

2. Verbal aqressiya:

7+, 15+, 23+, 31+, 39-, 46+, 53+, 60+, 66-, 71+, 73+, 74-, 75-.

3. Dolayı aqressiya:

2+, 10+, 18+, 26-, 34+, 42+, 49-, 56+, 63+.

4. Neqativizm:

4+, 12+, 20+, 28+, 36-.

5. Əsəbilik:

3+, 11-, 19+, 27+, 35-, 43+, 50+, 57+, 64+, 69-, 72+.

6. Şübhəlilik:

6+, 14+, 22+, 30+, 38+, 45+, 52+, 59+, 65-, 70-.

7. İnciklik:

5+, 13+, 21+, 29+, 37+, 44+, 51+, 58+.

8. Təqsirkarlıq:

8+, 16+, 24+, 32+, 40+, 47+, 54+, 61+, 67+

Nömrəsində *-* nişanı olan suallar həm də cavabların əks nişanla qeyd olunmasını tələb edirlər: əgər cavab —bəli olubsa, onda biz onu —xeyr, əgər cavab —xeyr olubsa, —bəli kimi qeyd edirik.

(“1” + “2” + “3”) : 3 = Aİ – aqressivlik indeksi (“6” + “7”) : 2 = Dİ – düşmənçilik indeksini göstərir.

Aqressivlik indeksinə 1, 2 və 3-cü miqyaslar daxildir; Düşmənçilik indeksinə 6 və 7-ci miqyaslar daxildir.

Aqressivlik norması 21 ± 4 , düşmənçilik üçün isə $6,5-7 \pm 3$ -ə bərabər indeks dəyəridir.

Tədqiqatdan alınan məlumatların işlənməsi.

Tədqiqatda toplanan empirik məlumatların işlənməsi və statistik təhlili IBM SPSS Statistics proqramının (30.0) versiyası vasitəsilə aparılmışdır. Məlumatların normal paylanmaya uyğunluğunu müəyyən etmək üçün Shapiro-Wilk və Kolmogorov-Smirnov testlərindən istifadə olunmuşdur. Paylanmanın normal olmadığı hallarda qeyri-parametrik statistik metodlara üstünlük verilmişdir. Müxtəlif qruplar arasında statistik fərqləri müəyyən etmək üçün Kruskal–Wallis H testi tətbiq edilmişdir. Dəyişənlər arasında əlaqənin istiqamətini və gücünü qiymətləndirmək məqsədilə Spearman sıralama korelyasiya analizi (Spearman's rank-order correlation) həyata keçirilmişdir. Bütün statistik analizlərdə əhəmiyyətlik səviyyəsi $p < 0.05$ olaraq qəbul edilmişdir.

III FƏSİL. TƏDQIQAT MƏLUMATLARININ STATİSTİK TƏHLİLİ

3.1. Demografik məlumatların göstəricilərini təhlili

Cədvəl 3.1.1. Tədqiq olunan yeniyetmələrin demografik göstəriciləri

Tədqiq olunanların cinsiyyəti		Tədqiq olunanların oxuduğu sinif				Ailədə nəfər sayı
Kişi	Qadın	8	9	10	11	2-7
50 %	50 %	23%	24 %	28%	25%	

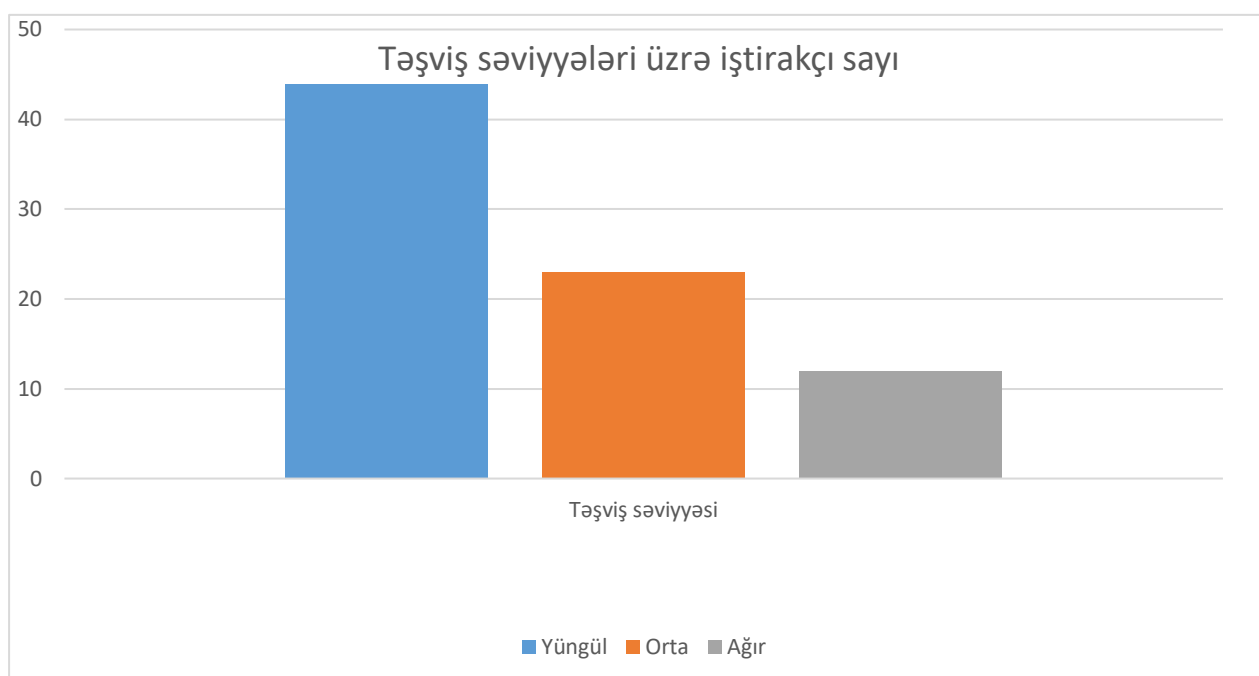
Tədqiq olunanların ailədə neçənci uşaq olduqları				Tədqiq olunanların yaşı				
Birinci	Ortancıl	Sonuncu	Tək	13	14	15	16	17
35%	25%	29%	11%	19%	23%	19%	18%	20%

Tədqiqatda iştirak edən 100 nəfər tədqiq olunanın 50%-i (50 nəfər) kişilər, 50%-i (50 nəfər) qadınlardır. Tədqiq olunanların 23%-i (23 nəfər) 8, 24%-i (24 nəfər) 9, 28%-i (28 nəfər) 10, 25%-i (25 nəfər) 11- ci sinifdə oxuyur. Tədqiq olunan şəxslərin 19%-nin (19 nəfər) yaşı 13, 23% (23 nəfər) yaşı 14, 19% (19 nəfər) yaşı 15, 18% (18 nəfər) yaşı 16, 20% (20 nəfər) yaşı 17, 1% (1 nəfər) yaşı 18-dir. Tədqiq olunanların 35%-i (35 nəfər) ailədə birinci, 25%-i (25 nəfər) ortancıl, 29%-i (29 nəfər) sonuncu, 11%-i (11 nəfər) tək uşaqdır. Tədqiq olunan yeniyetmələrdə ailədə nəfər sayı minimum iki, maksimum yeddidir.

3.2. Hamiltonun təşviş reytingi cədvəli (HARS) nəticələrinin təhlili

Cədvəl 3.2.1. Hamilton təşviş şkalası üzrə göstəricilər

Şkala göstəriciləri	Tədqiq olunanların göstəriciləri		
	N	%	M
Yüngül	44	44.0%	11.58
Orta	23	23.0%	13.21
Ağır	12	12.0%	11.41



Qrafik 3.2.2.

Tədqiqat nəticələrinə əsasən, iştirakçıların 44%-i, yəni 44 nəfər, yüngül təşviş səviyyəsinə malikdir və bu qrup üzrə ortalama qiymət 11.58 olaraq müəyyənləşdirilmişdir. Bu nəticə göstərir ki, bu qrupdakı şəxslər ümumilikdə stabil emosional vəziyyətə sahibdirlər və gündəlik stress amilləri ilə mübarizə aparmaq qabiliyyətinə malikdirlər. Psixoloji baxımdan bu səviyyə normativ çərçivələr daxilində hesab olunur və sağlam emosional tənzimləmənin əlamətidir. İştirakçıların 23%-i, yəni 23 nəfəri, orta səviyyəli təşviş göstəricilərinə malikdir və bu qrupun ortalama qiyməti 13.21 olaraq qeydə alınmışdır. Orta təşviş səviyyəsi, fərdlərin emosional sabitliyinin bir qədər pozulduğunu, gündəlik həyatda isə daha çox gərginlik və narahatlıq hiss

etdiklərini ifadə edir. Bu cür şəxslər tez-tez sosial vəziyyətlərdə özlərini narahat hiss edər, qərar qəbul etmədə tərəddüdlər yaşaya və ya qeyri-müəyyən situasiyalara qarşı həssas reaksiya verə bilərlər. Emosional reaktivlik bu qrupda daha yüksək ola bilər və bu da onların özünə inam səviyyəsinə, sosial funksionallığına və ümumi psixoloji rifahına təsir göstərə bilər. Bu mərhələdə erkən psixoloji müdaxilə, stressin idarə olunması və emosional tənzimləmə bacarıqlarının artırılması faydalı ola bilər.

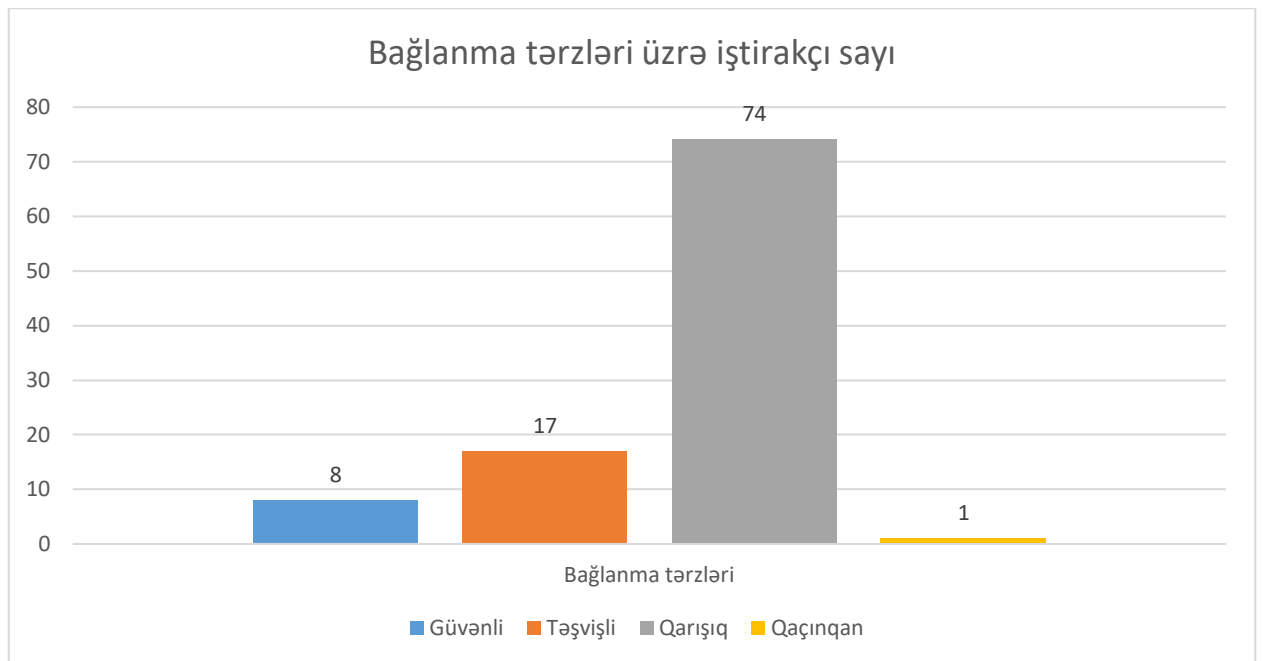
12% iştirakçı, yəni 12 nəfər isə ağır təşviş səviyyəsinə malikdir və bu qrupun ortalama qiyməti 11.41 olmuşdur. Buna baxmayaraq, ağır təşviş səviyyəsi ümumilikdə bu şəxslərin davamlı və intensiv narahatlıq hissi keçirdiklərini, tez-tez psixosomatik əlamətlər, yuxu pozuntuları, emosional tükənmə və ya depressiv əlamətlər yaşadıklarını göstərir.

Qalan 21% iştirakçıda isə heç bir təşviş əlamətinə rast gəlinməmişdir. Qeyd olunan bu nəticələr, təşviş səviyyələrinin fərqli qruplar arasında necə dəyişdiyini və bu səviyyələrin fərdlərin emosional və sosial fəaliyyətinə olan təsirini göstərmək baxımından mühüm əhəmiyyət daşıyır. Orta və ağır təşviş səviyyəsinə malik qruplarla profilaktik və dəstəkləyici psixoloji proqramların həyata keçirilməsi, onların psixososial funksiyalarını gücləndirər və gələcəkdə təşvişin daha da dərinləşməsinin qarşısını ala bilər.

3.3. Böyüklər üçün bağlanma tərzı şkalasının nəticələrinin təhlili

Cədvəl 3.3.1. Böyüklər üçün bağlanma tərzı şkalası üzrə göstəricilər

Şkala göstəriciləri	Tədqiq olunanların göstəriciləri	
	N	%
Güvənli	8	8%
Təşvişli	17	17%
Qaçınqan	1	1%
Qarışıq	74	74%



Qrafik 3.3.2.

Tədqiqat nəticələri göstərdi ki, iştirakçıların cəmi 8%-i (8 nəfər) güvənli bağlanma tərzinə malikdir. Bu qrupun üzvləri yüksək funksionallıq, emosional sabitlik və sosial əlaqələrdə etibarlı davranış sərgiləyirlər. Yeniyetməlik dövründə belə bir bağlanma tərzinin müşahidə olunması, onların həm ailə daxilində, həm də yaşlı qruplarında sağlam münasibətlər qurduqlarına işarədir (Bowlby, 1988; Ainsworth, 1979).

Tədqiqatda iştirak edənlərin 17%-i (17 nəfər) təşvişli bağlanma tərzinə malikdir. Təşvişli bağlanma tərzli, yeniyetmələrdə yüksək təşviş səviyyəsi, emosional dəyişikliklər və özünə qarşı qeyri-müəyyən münasibətlə müşayiət oluna bilər. Belə şəxslər tez-tez emosional tələbatlarının qarşılanmadığını düşünərək münasibətlərdə ya həddindən artıq asılı davranışlar sərgiləyir, ya da inadla diqqət axtarırlar (Mikulincer & Shaver, 2007).

Qaçınqan bağlanma tərzli yalnız 1 nəfərdə (1%) müşahidə olunmuşdur. Bu bağlanma tərzinə malik fərdlər tez-tez duyğularını bastırır, başqalarına etibar etməkdə çətinlik çəkir və yaxın münasibətlərdən qaçmağa meylli olurlar (Bartholomew & Horowitz, 1991).

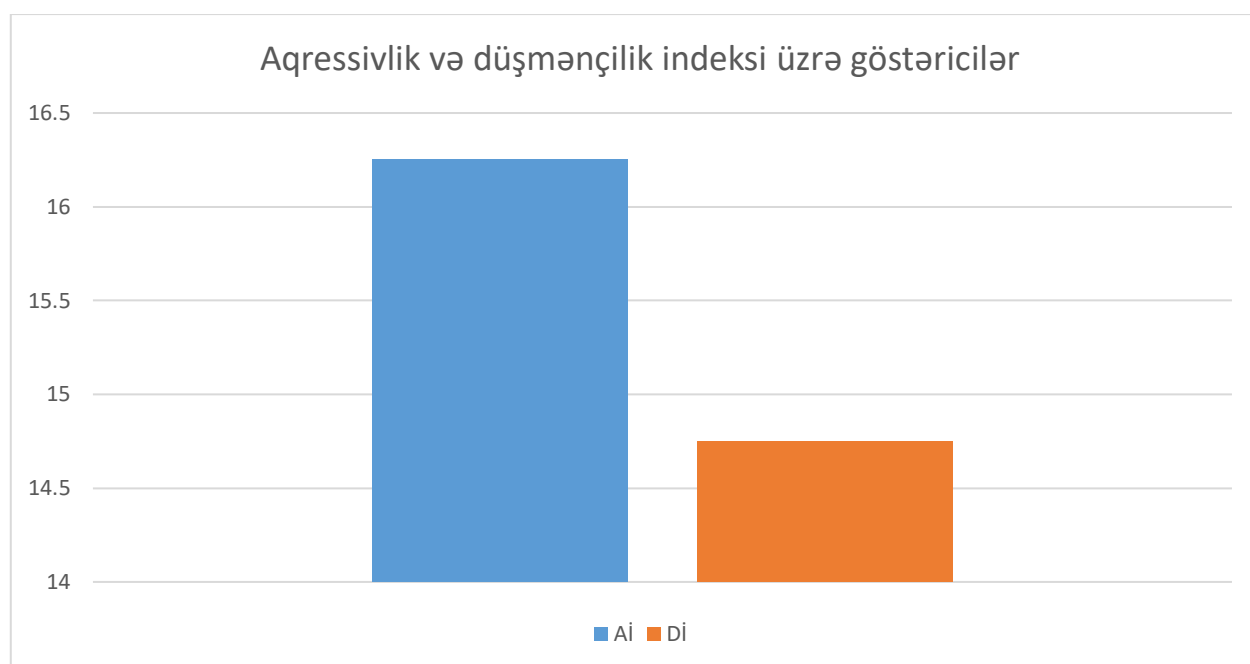
Ən əsas nəticə isə iştirakçıların 74%-nin (74 nəfər) qarışıq bağlanma tərzinə malik olmasıdır. Bu yüksək faiz iştirakçıların əksəriyyətinin bağlanma davranışlarında aydın və sabit bir tərzin mövcud olmadığını, əksinə müxtəlif bağlanma tərzlərinin eyni anda və ya dəyişkən şəkildə təzahür etdiyini göstərir. Qarışıq bağlanma tərzinə malik fərdlər bir tərəfdən münasibətə və yaxınlığa ehtiyac duyur, digər tərəfdən isə rədd edilmə və incinmək qorxusuyla həmin münasibətlərdən uzaq durmağa çalışırlar. Bu ikili münasibət onların daxili emosional vəziyyətində gərginlik, narahatlıq və qeyri-sabitlik yaradır.

Belə bağlanma tərzinə malik olan yeniyetmələrdə həm təşviş, həm də qaçınmanın paralel şəkildə müşahidə olunması mümkündür.

3.4. A.Bass və A.Darki aqressiyanın göstəriciləri və formalarının diaqnostikasının nəticələrinin təhlili

Cədvəl 3.4.1. “A.Bass və A.Darki aqressiya testi” şkalası üzrə göstəricilər

Şkala göstəriciləri	Tədqiq olunanların göstəriciləri		
	N	%	M
Aqressivlik indeksi (Aİ)	100	100%	16.25
Düşmənçilik indeksi (Dİ)	100	100%	14.75



Qrafik 3.4.2.

Tədqiqat çərçivəsində istifadə olunan A.Bass və A.Darki aqressiya testi nəticələrinə əsasən, iştirakçıların ümumi Aqressivlik İndeksi ($M = 16.25$) normativ diapazon olan 21 ± 4 aralığından aşağı olmuşdur. Bu nəticə göstərir ki, ümumilikdə tədqiq olunan yeniyetmələrdə aqressiv davranışlara meyillilik zəifdir. Nəticə, aqressiyanın normaya yaxın, lakin nisbətən aşağı səviyyədə müşahidə edildiyini göstərir ki, bu da iştirakçıların çoxunda açıq, impulsiv və ya fiziki aqressiv davranışların daha az müşahidə edildiyini göstərir. Bu vəziyyət, onların

davranışlarını daha çox sosial baxımdan qəbul olunan formalar çərçivəsində tənzimləyə bilmələri ilə əlaqələndirilə bilər (Bass & Darki, 1957).

Digər tərəfdən, Düşmənçilik İndeksi ($M = 14.75$) isə normativ diapazon olan $6.5-7 \pm 3$ aralığından bir qədər yüksəkdir. Bu fərq düşmənçilik səviyyəsinin normadan yuxarı olduğunu göstərir və bu da iştirakçılarda emosional gərginlik, daxili narazılıq və neqativ münasibətlərin mövcud olduğunu ehtimal etməyə əsas verir. Bass və Darkiyə görə, düşmənçilik daha çox emosional rənglənmiş, passiv, dolayısı və ya daxilə yönəlmiş aqressivlik formaları ilə əlaqəlidir. Bu səbəbdən, aqressivlik aşağı olsa belə, düşmənçilik səviyyəsinin yüksək olması potensial psixoloji gərginlik və emosional tənzimləmə çətinliklərini göstərə bilər.

Bu iki göstərici arasındakı fərq, tədqiq olunan yeniyetmələrin emosional vəziyyətlərinin passiv-aqressiv xarakterli, yəni davranışda birbaşa aqressiyanın olmamasına baxmayaraq, daxilə neqativ emosiyaların cəmləndiyi bir profili əks etdirdiyini göstərir. Bəzi tədqiqatçılar bu vəziyyəti emosiyaların ifadəsində çətinlik və gizli psixoloji gərginlik kimi qiymətləndirirlər (Mikulincer & Shaver, 2007). Xüsusilə yeniyetməlik dövründə emosional tənzimləmə bacarıqları yetkin səviyyəyə çatmadığı üçün bu cür daxili düşmənçilik daha da güclənə bilər.

Bu nəticələrin bir başqa izahı bağlanma tərzləri ilə əlaqəlidir. Əvvəlki tədqiqatlar göstərir ki, qaçınqan və təşvişli bağlanma tərzinə malik olan fərdlər emosional diskomfortlarını birbaşa deyil, dolayısı yollarla ifadə etməyə meyllidirlər. Bu da özünü açıq aqressiya yox, yüksəlmiş düşmənçilik şəklində göstərə bilər (Cassidy & Shaver, 2008). Beləliklə, aşağı aqressivlik və yüksək düşmənçilik səviyyəsi, bu yeniyetmələrin emosional ehtiyaclarını birbaşa ifadə edə bilmədiklərini, lakin daxili narahatlıq yaşadıklarını göstərən göstəricilər kimi dəyərləndirilə bilər.

Metodoloji baxımdan da bu nəticələr əhəmiyyətlidir. Nəticələrin bu şəkildə alınması, həm bağlanma tərzlərinin, həm də sosial mühitin (məsələn, ailə münasibətləri, məktəb atmosferi) yeniyetmələrin davranış və emosional reaksiya formalarına necə təsir etdiyini başa düşmək üçün imkan yaradır.

3.5. Normallıq (“Kolmogorov-Smirnov”; “Shapiro-Wilk”) və qeyri-parametrik test

analizlərinin nəticələri

Cədvəl 3.5.1. Normallıq Testlərinin Nəticələri (“Kolmogorov-Smirnov”; “Shapiro-Wilk”)

Diaqnostik metod	Kolmogorov-Smirnov			Shapiro-Wilk		
	Stats.	DF	Sig	Stats.	DF	Sig
“A.Bass və A.Darki aqressiya testi”	0.170	100	<.001	0.891	100	<.001

Diaqnostik metod	Kolmogorov-Smirnov			Shapiro-Wilk		
	Stats.	DF	Sig	Stats.	DF	Sig
“Hamiltonun təşviş reytingi cədvəli”	0.224	100	<.001	0.779	100	<.001

Tədqiqatda istifadə olunan verilənlərin paylanmasının normal olub-olmamasını müəyyən etmək üçün “Kolmogorov-Smirnov” və “Shapiro-Wilk” normallıq testləri tətbiq edilmişdir. Bu testlər verilənlərin statistik olaraq normal paylanmaya uyğunluğunu yoxlamaq üçün geniş istifadə olunur və hər biri fərqli xüsusiyyətlərə malikdir. “Kolmogorov-Smirnov” testi, əsasən nümunənin paylanmasının nəzəri paylanmaya uyğunluğunu qiymətləndirir, “Shapiro-Wilk” isə xüsusilə kiçik və orta nümunələr üçün daha həssasdır və yüksək gücə malikdir.

Cədvəl 3.5.1-də təqdim olunan nəticələrə əsasən, həm “A.Bass və A.Darki aqressiya testi”, həm də “Hamiltonun təşviş reytingi cədvəli” üçün aparılan normallıq testlərinin p-dəyərləri 0.05 səviyyəsindən kiçik çıxmışdır ($p < 0.001$). Bu, verilənlərin normal paylanmaya uyğun olmadığını göstərir. Yəni, tədqiqat çərçivəsində toplanmış məlumatların normal paylanmaya uyğunluğu təmin olunmamışdır.

Nəticə olaraq, bu tədqiqatda verilənlərin normallıq fərziyyəsini ödəməməsi səbəbindən analizlər üçün “Kruskal-Wallis” və “Mann-Whitney U” testləri kimi qeyri-parametrik metodlardan istifadə etmək məntiqi olmuşdur. Bu testlər, qruplar arasında fərqlərin medianlar üzərindən qiymətləndirilməsinə imkan verir və paylanma normal olmadığı halda daha etibarlı nəticələr verir.

Beləliklə, tədqiqatın analitik mərhələsində verilənlərin xüsusiyyətləri nəzərə alınaraq uyğun testlərin seçilməsi nəticələrin düzgünlüyünü və etibarlılığını artırmışdır.

Cədvəl 3.5.2. Bağlanma tərzləri ilə aqressiya və təşviş səviyyəsi arasındakı korelyasiya

Dəyişənlər	Spearman's rho	Sig.(2-tailed)	N
Aqressiya	0.167	0.098	100
Təşviş	-0.204	0.071	79
Aqressiya-təşviş	-0.382**	< 0.001	79

Bu tədqiqatda bağlanma tərzləri ilə aqressiya və təşviş səviyyəsi arasındakı qarşılıqlı əlaqələrin təhlili üçün Spearman's rho korrelyasiya testi tətbiq olunmuşdur. Spearman korrelyasiya analizi, xüsusilə verilənlərin normal paylanmadığı və ya dəyişənlər arasında xətti olmayan, monoton əlaqənin mövcud olduğu hallarda istifadə edilən güclü statistik vasitədir. Bu test nəticəsində əldə edilmiş korrelyasiya əmsalları, dəyişənlər arasındakı əlaqənin istiqamətini və gücünü göstərir və müvafiq olaraq p-dəyərləri əlaqənin statistik əhəmiyyətini müəyyən edir.

Cədvəl 3.5.2-də təqdim edilmiş nəticələrə görə, ilk olaraq bağlanma tərzilə aqressiya arasında olan əlaqəyə diqqət yetirilmişdir. Burada müşahidə edilən korrelyasiya əmsalı 0.167 olaraq müəyyən olunmuşdur ki, bu da zəif müsbət korrelyasiya deməkdir. Bu göstərici bağlanma tərzində baş verən dəyişikliklərin aqressiya səviyyəsində az da olsa artım ilə müşayiət oluna biləcəyini ehtimal edir. Lakin, statistik əhəmiyyətlik səviyyəsinin ($p = 0.098$) 0.05-dən böyük olması səbəbindən bu əlaqə elmi cəhətdən təsdiq olunmur. Başqa sözlə, verilən nümunə daxilində bağlanma tərzinin aqressiya ilə bağlı təsiri mühüm əsaslarla təsdiqlənməmişdir. Bu nəticə, bağlanma tərzlərinin aqressiya ilə birbaşa əlaqəsinin çox zəif olduğunu göstərir.

İkinci mərhələdə bağlanma tərzilə təşviş səviyyəsi arasındakı münasibət araşdırılmışdır. Bu korrelyasiya əmsalı mənfi istiqamətdə, yəni -0.204 olaraq müəyyən edilmişdir ki, bu da zəif mənfi əlaqəni ifadə edir. Lakin, bu əlaqənin də statistik əhəmiyyəti təmin olunmayıb ($p = 0.071$), yəni bağlanma tərzilə təşviş səviyyəsi arasında mühüm və əlaqə müşahidə olunmayıb.

Ön mühüm və statistik baxımdan əhəmiyyətli nəticə isə aqressiya ilə təşviş səviyyəsi arasındakı korrelyasiyada müşahidə edilmişdir. Spearman's rho -0.382 kimi orta dərəcədə mənfi əlaqəni göstərmişdir və bu əlaqə çox yüksək statistik səviyyədə əhəmiyyətlidir ($p < 0.001$). Bu nəticə aqressiya ilə təşviş arasında qarşılıqlı tərs istiqamətdə güclü əlaqənin mövcud olduğunu göstərir. Yəni, təşviş səviyyəsi yüksəldikcə, aqressiya səviyyəsi azalma meyli göstərir və ya əksinə, aqressiya səviyyəsi artdıqca təşviş azalır. Bu nəticə psixoloji proseslərin qarşılıqlı təsir

mexanizmlərini anlamaq üçün vacibdir və çoxsaylı psixoloji araşdırmalarla da müəyyən dərəcədə dəstəklənir.

Bu mənfi əlaqənin izahı, təşvişin fərdlərdə əksər hallarda daxili narahatlıq və qorxu ilə müşayiət olunan emosional vəziyyət olması ilə bağlıdır. Yüksək təşviş səviyyəsi olan şəxslərdə aqressiv davranışların azaldığı müşahidə edilə bilər, çünki təşviş onları daha çox geri çəkilməyə, sosial vəziyyətlərdən qaçmağa və passivliyə meylləndirir. Bununla yanaşı, aqressiya yüksək olan şəxslərdə isə təşviş səviyyəsinin nisbətən aşağı olması, aqressiyanın impulsiv və xarici yönümlü emosional reaksiya forması kimi ortaya çıxdığını göstərir.

Bu nəticələr həmçinin bağlanma tərzlərinin psixoloji vəziyyət və davranış modellərinə təsirini daha da mürəkkəbləşdirir. Belə ki, bağlanma tərzləri birbaşa olaraq aqressiya və təşvişə təsir göstərə bilməsə də, onların arasında olan digər psixoloji dəyişənlər vasitəsilə dolaylı yolla əlaqə qurması mümkündür. Məsələn, fərdin özünəinamı, emosional tənzimləmə qabiliyyəti və ya sosial dəstək sistemi bu münasibətlərin vasitəçisi rolunda çıxış edə bilər.

Spearman korrelyasiya analizinin nəticələri göstərir ki, bağlanma tərzləri ilə aqressiya və təşviş arasında güclü və birbaşa əlaqə olmaya bilər, lakin aqressiya ilə təşviş səviyyələri arasında mənəvi və əhəmiyyətli mənfi əlaqə mövcuddur. Bu isə psixoloji davranışların və emosional vəziyyətlərin qarşılıqlı təsir mexanizminin daha dərinlənə araşdırılmasına ehtiyac olduğunu göstərir.

Cədvəl 3.5.3. Aqressiya üçün Kruskal-Wallis analizi nəticələri

Qruplar	N	Median	Ortalama sırası (Mean Rank)
Qarışıq	74	120.00	50.57
Güvənli	8	120.00	44.69
Qaçınqan	1	120.00	4.00
Təşvişli	17	120.00	55.65

Tədqiqatda aqressiya səviyyəsinin müxtəlif bağlanma tərzləri üzrə paylanması Cədvəl 3.5.3-də ətraflı şəkildə təqdim edilmişdir. Nümunənin əksəriyyətini təşkil edən qarışıq bağlanma tərzli qrupunda aqressiyanın median dəyəri 120 olaraq müəyyən edilmiş və ortalama sıralama 50.57 səviyyəsində olmuşdur. Bu, həmin qrupda aqressiya səviyyəsinin orta səviyyədə paylandığını göstərir. Digər tərəfdən, güvənli bağlanma tərzli qrupunda median dəyər yenə 120 olmaqla

bərabər, ortalama sıralama 44.69 olaraq ölçülmüşdür ki, bu da həmin qrupda aqressiya səviyyəsinin bir qədər aşağı olduğunu göstərə bilər.

Qaçınqan bağlanma tərzı qrupunda isə yalnız bir iştirakçı olduğundan, bu qrupun ortalama sıralaması 4.00 kimi olduqca aşağıdır ki, bu da nəticələrin ümumiləşdirilməsi və müqayisəsində məhdudiyyətlər yaradır. Təşvişli bağlanma tərzı qrupunda isə median dəyər 120 olmaqla yanaşı, ortalama sıralama 55.65 səviyyəsində ölçülmüşdür ki, bu da bu qrupda aqressiya səviyyəsinin digər qruplara nisbətən az da olsa yüksək ola biləcəyini göstərir.

Kruskal-Wallis testi nəticələrinə əsasən ($\chi^2 = 3.432$, $df = 3$, $p = 0.330$), bağlanma tərzləri üzrə aqressiya səviyyəsində qruplar arasında statistik baxımdan əhəmiyyətli fərq aşkar edilməmişdir. Bu nəticə göstərir ki, bağlanma tərzləri aqressiya səviyyəsinə müstəqil təsir göstərən əsas amil deyil və fərqli bağlanma tərzlərinə malik şəxslərin aqressiya davranışları arasında nəzərəcarpacaq fərqlilik mövcud deyil.

Bu vəziyyət, aqressiyanın formalaşmasında bağlanma tərzindən başqa, sosial mühit, psixoloji vəziyyət, fərdin emosional tənzimləmə bacarıqları və digər fərdi xüsusiyyətlərin də əhəmiyyətli rol oynadığını göstərir.

Ümumilikdə, aparılan analiz göstərir ki, bağlanma tərzləri ilə aqressiya səviyyəsi arasında statistik olaraq əhəmiyyətli bir fərq mövcud deyil. Bu da gələcək tədqiqatlarda daha geniş nümunələr əsasında və əlavə psixoloji dəyişənlərlə birlikdə mövzunun daha dərinəndən araşdırılmasının vacibliyini vurğulayır.

Cədvəl 3.5.4. Təşviş üçün Kruskal-Wallis analizi nəticələri

Qruplar	N	Median	Ortalama sırası (Mean Rank)
Qarışıq	74	19.00	52.43
Güvənli	8	19.00	61.81
Qaçınqan	1	19.00	94.50
Təşvişli	17	19.00	34.21

Tədqiqat çərçivəsində təşviş səviyyəsinin müxtəlif bağlanma tərzlərinə görə paylanması Cədvəl 3.5.4-də təqdim edilmişdir. Nümunənin böyük hissəsini təşkil edən qarışıq bağlanma tərzı qrupunda median dəyər 19 olaraq müəyyən edilmiş və bu qrupun ortalama sıralaması 52.43 səviyyəsində olmuşdur. Bu, həmin qrupda təşviş səviyyəsinin orta səviyyədə paylandığını göstərir. Güvənli bağlanma tərzı qrupunda median dəyər dəyişməz qalmaqla,

ortalama sıralama 61.81 kimi nisbətən yüksək qiymətləndirilmişdir ki, bu da bu qrupda təşviş səviyyəsinin orta səviyyədən bir qədər yuxarı ola biləcəyini göstərir.

Digər tərəfdən, qaçınqan bağlanma tərzı qrupunda nümunə sayı çox az olduğu üçün bu nəticə həmin qrupda təşviş səviyyəsinin digər qruplarla müqayisədə daha yüksək ola biləcəyini göstərsə də, qrupun azsaylı olması nəticələrin ümumiləşdirilməsində məhdudiyyət yaradır. Təşvişli bağlanma tərzı qrupunda isə median 19 olmaqla yanaşı, ortalama sıralama 34.21 kimi digər qruplarla müqayisədə nisbətən aşağı səviyyədədir, bu isə həmin qrupda təşviş səviyyəsinin daha aşağı olduğunu göstərə bilər.

Kruskal-Wallis testinin nəticələrinə əsasən ($\chi^2 = 7.486$, $df = 3$, $p = 0.058$), bağlanma tərzləri ilə təşviş səviyyəsi arasında statistik baxımdan əhəmiyyətli fərq aşkar edilməmişdir. Nəticədə, p dəyərinin 0.05-dən bir qədər yüksək olması bağlanma tərzlərinin təşviş səviyyəsinə təsirinin statistik olaraq təsdiqlənmədiyini göstərir. Bu vəziyyət, fərqli bağlanma tərzlərinə malik şəxslərin təşviş səviyyələri arasında nəzərəcərpacaq fərqlilik olmadığını ortaya qoyur.

Bu nəticələr göstərir ki, təşvişin inkişafında bağlanma tərzı təkamül və ya əsas amil kimi çıxış etmir və təşviş səviyyəsinə təsir edən digər psixoloji, sosial və bioloji amillər daha önəmli ola bilər.

Beləliklə, mövcud tədqiqatın nəticələri bağlanma tərzlərinin təşviş səviyyəsinə birbaşa və statistik olaraq əhəmiyyətli təsirinin olmadığını göstərir. Gələcək araşdırmalarda təşvişin formalaşmasında bağlanma tərzı ilə yanaşı, digər dəyişənlərin də geniş şəkildə nəzərə alınması, daha böyük və müxtəlif nümunələrlə işlənməsi əhəmiyyətli hesab olunur.

NƏTİCƏ

Bağlanma tərzləri, uşaqlıq dövründə valideynlər və digər bağlanma fiqurları ilə qurulan emosional əlaqələrin nəticəsi olaraq formalaşır və şəxsiyyətin inkişafında mühüm rol oynayır (Bowlby, 1969). Bu bağlanma tərzləri insanların sonrakı münasibət qurma bacarıqlarına, streslə mübarizə strategiyalarına və emosional tənzimləmə qabiliyyətlərinə təsir edə bilər. Bəzi tədqiqatlar göstərir ki, bağlanma tərzləri xüsusilə güvənli, təşvişli, qaçınqan və qarışıq bağlanma tərzləri yeniyetmələrin emosional vəziyyətlərinə və davranışlarına təsir göstərir (Mikulincer & Shaver, 2007). Lakin bəzi digər araşdırmalar bu təsirin hər zaman statistik və ya klinik olaraq əhəmiyyətli olmadığını irəli sürür. Problemə aid elmi ədəbiyyatların təhlilinə əsasən əldə edilən məlumatların ümumiləşdirilməsi, bizə müxtəlif nəticələr əldə etməyə imkan yaradır.

Bir sıra tədqiqatlar bağlanma tərzləri ilə emosional vəziyyətlər, xüsusilə təşviş və aqressiv davranışlar arasında əlaqəni öyrənmişdir. Məsələn, Mikulincer və Shaver (2007) bağlanma tərzlərinin daha çox qarşılıqlı münasibətlərin keyfiyyətinə təsir etdiyini vurğulayaraq təşviş və aqressiya ilə birbaşa əlaqənin zəif olduğunu qeyd etmişlər. Eyni şəkildə, Cassidy (1994) bağlanma tərzlərinin bu iki emosional göstərici ilə statistik əhəmiyyətli əlaqə yaratmadığını bildirmişdir. Schneider və digərlərinin (2001) apardığı tədqiqat isə, mədəni və ailəvi amillər nəzərə alındıqda, bu əlaqələrin statistik baxımdan əhəmiyyətli olmadığı müəyyən edilmişdir. Bu cür nəticələr, mədəniyyətin, sosial strukturların və ailə mühitinin bu əlaqələrin formalaşmasında rol oynaya biləcəyini göstərir. Bu nəticələr eyni zamanda onu da göstərir ki, bağlanma tərzləri ilə aqressiya və təşviş arasındakı əlaqənin olmaması, metodoloji yanaşmaların fərqliliyi, nümunə qruplarının sosial və demoqrafik xüsusiyyətləri, eləcə də mədəni müxtəlifliklər ilə bağlı ola bilər. Beləliklə, bağlanma tərzlərinin psixoloji göstəricilərə təsirinə hər zaman birbaşa və sabit olmaması mümkündür. Bu isə araşdırmaların daha çox kontekstual yanaşma ilə aparılmasını və nəticələrin təhlilində müxtəlif dəyişənlərin nəzərə alınmasını tələb edir.

Dissertasiya işində aparılmış statistik təhlillərin nəticələrinə əsasən, yeniyetmələrin bağlanma tərzləri ilə onların aqressiya və təşviş səviyyələri arasında ümumilikdə statistik baxımdan əhəmiyyətli bir əlaqə müşahidə olunmamışdır ($p > 0.05$). Kruskal-Wallis testi nəticəsində güvənli, təşvişli, qaçınqan və qarışıq bağlanma tərzinə sahib olan qruplar arasında aqressiya və təşviş səviyyələrində əhəmiyyətli fərqlər müəyyən edilməmişdir.

Spearman korelyasiya analizi əsasında isə bağlanma tərzləri ilə aqressiya arasında zəif müsbət, təşvişlə isə zəif mənfi korelyasiya müəyyən edilmişdir, lakin bu əlaqələr də statistik baxımdan əhəmiyyət daşımamışdır ($p > 0.05$). Bu nəticələr bağlanma tərzlərinin yeniyetmələrin aqressiya

və təşviş səviyyələrinə birbaşa təsir göstərmədiyini göstərir. Beləliklə, əsas hipotezimiz statistik olaraq təsdiq olunmamışdır. Bununla yanaşı, köməkçi hipotezin təhlili zamanı aqressiya ilə təşviş səviyyəsi arasında mənfi və statistik olaraq əhəmiyyətli korelyasiya müəyyən edilmişdir ($p < 0.05$). Bu nəticə göstərir ki, aqressiya və təşviş arasında qarşılıqlı tənzimləyici münasibət mövcuddur və bu əlaqə potensial olaraq yeniyetmələrin emosional tarazlığına təsir edə bilər. Aparılmış tədqiqat nəticələrinə əsasən, yeniyetmələrin bağlanma tərzləri ilə onların təşviş və aqressiya səviyyələri arasında statistik baxımdan əhəmiyyətli bir əlaqə müəyyən edilmədiyini qeyd etdik. Bu nəticə, ilk baxışda Bowlby (1969) və Ainsworth (1978) kimi nəzəriyyəçilərin bağlanma tərzlərinin emosional tənzimləmədə və davranışda mühüm rol oynadığına dair fikirləri ilə ziddiyyət təşkil edə bilər. Lakin bu uyğunsuzluq fərdi, metodoloji və sosial kontekstlərlə izah edilə bilər.

Bağlanma tərzləri ilə təşviş və aqressiya arasındakı əlaqələrin zəifliyi, bəzən bu təsirlərin dolayı xarakter daşması ilə bağlı ola bilər. Mikulincer və Shaver (2007) qeyd edirlər ki, bağlanma tərzləri emosional tənzimləmə strategiyalarını formalaşdırır, lakin bu strategiyaların davranışa necə təzahür etdiyi fərdi xüsusiyyətlərdən və ətraf mühitdən asılıdır. Məsələn, eyni dərəcədə qaçınqan bağlanmaya malik iki yeniyetmənin biri aqressiv davranış sərgiləyə bilər, digəri isə emosional təcrid yolu ilə reaksiyalarını ifadə edə bilər. Digər əhəmiyyətli nəticə aqressiya ilə təşviş səviyyəsi arasında mənfi korelyasiyanın mövcudluğudur. Bu, aqressiv davranışların bəzən təşvişin qarşısını almağa yönəlmiş müdafiə mexanizmi funksiyası daşdığını göstərir. Psixodinamik yanaşmalara əsasən (Freud, 1936), bu cür davranışlar “yerini dəyişmə” və ya “sublimasiya” kimi müdafiə mexanizmləri ilə izah olunur. Emosional gərginlik və təşvişin davranışa çevrilməsi xüsusilə yeniyetməlik dövründə daha çox müşahidə olunur (Kerns & Brumariu, 2014).

Yeniyetmələrin emosional tənzimləmə bacarıqları da bu münasibətləri izah etməkdə mühüm rol oynayır. Güvənli bağlanmaya malik fərdlər öz emosiyalarını daha effektiv şəkildə idarə edə bildiklərindən, onların təşviş səviyyəsi nisbətən aşağı olur və aqressiv reaksiya verməyə ehtiyac hiss etmirlər (Cassidy & Shaver, 2008). Əksinə, qaçınqan və təşvişli bağlanma tərzlərinə malik olan fərdlər emosional tənzimləmədə çətinlik çəkərək, təşvişlərini aqressiv davranışlar şəklində ifadə edə bilirlər (Bartholomew & Horowitz, 1991).

Sosial və mədəni faktorlar da nəticələrin şərhində nəzərə alınmalıdır. Azərbaycan kimi kollektivist cəmiyyətlərdə emosional ifadə formaları fərqli şəkildə tənzimlənir. Məsələn, oğlan yeniyetmələr təşviş əlamətlərini zəiflik kimi qəbul edərək onu gizlədə bilər və nəticədə daxili gərginlik aqressiya ilə əvəz olunur (Mesman et al., 2016). Bu, bəzi hallarda statistik olaraq təşvişin aşağı, aqressiyanın isə yüksək səviyyədə görünməsinə səbəb ola bilər. Yeniyetmələr

bəzən öz təşviş və ya aqressiv reaksiyalarını tam dərk etmədən və ya sosial baxımdan qəbul edilmədiyi üçün onu düzgün ifadə etməyə bilər.

Praktiki baxımdan isə əldə olunan nəticələr göstərir ki, aqressiya və təşvişin qarşılıqlı əlaqəsi terapeutik və psixoloji müdaxilə proqramlarının hazırlanmasında nəzərə alınmalıdır. Məsələn, aqressiv davranışlar sadəcə davranış problemi kimi deyil, arxasında emosional diskomfort və təşviş ehtimalı olan simptom kimi qiymətləndirilməlidir (Siegel & Hartzell, 2003). Bu baxımdan psixoloji dəstək proqramları, emosional tənzimləmə bacarıqlarının inkişafı və güvənli münasibətlərin təşvişinə yönəlməlidir.

Tədqiqat eyni zamanda bağlanma nəzəriyyəsinin lokal kontekstdə təhlilinin vacibliyini ortaya qoyur. Bowlby (1988) və Ainsworth (1989) bağlanmanın universal prinsiplərini ortaya qoymuş olsa da, müxtəlif mədəniyyətlərdə bağlanma tərzlərinin təzahürü dəyişə bilər. Buna görə də Azərbaycanda sosial, dini və ailə strukturunun təsiri ilə formalaşan bağlanma təcrübələrinin öyrənilməsi gələcək tədqiqatlar üçün mühüm əhəmiyyət kəsb edir. Əldə olunan nəticələr bağlanma tərzləri ilə emosional vəziyyətlər arasındakı əlaqənin mürəkkəb olduğunu və bu əlaqənin tədqiqində sadə səbəb-nəticə yanaşmasından daha çox sistemli və çoxşaxəli analizlərin vacibliyini göstərir. Xüsusilə fərdi psixoloji xüsusiyyətlər, ailə dinamikası, sosial dəstək sistemləri və mədəniyyət kimi faktorların bu münasibətləri modifikasiya edə biləcəyi nəzərə alınmalıdır. Bu isə tədqiqat nəticələrinin daha geniş kontekstdə interpretasiyasını və gələcək araşdırmalar üçün əsaslı tövsiyələrin formalaşdırılmasını zəruri edir. Beləliklə, aparılmış tədqiqat göstərir ki, bağlanma tərzləri yeniyetmələrin emosional vəziyyətlərinə təsir göstərsə də, bu təsir mühitdən, sosial kontekstdən və fərdi xüsusiyyətlərdən asılı olaraq əhəmiyyətli şəkildə dəyişir. Bu isə psixoloji sahədə fərdi inkişafın və davranışın formalaşmasında çoxsaylı amillərin qarşılıqlı və dinamik təsirini nəzərə almağın vacibliyini aydın şəkildə ortaya qoyur.

İSTİFADƏ OLUNAN ƏDƏBİYYATLAR

Azərbaycan dilində

1. Bayramov, Ə. S., & Əlizadə, Ə. Ə. (2009). *Psixologiya*. Bakı: Çinar-Çap Nəşriyyat-Poliqrafiya Müəssisəsi.
2. Əliyev, M. (2018). *Psixologiyanın əsasları*. Bakı: Təhsil Nəşriyyatı.
3. Həmzəyev, M.Ə., & Əmiraslanova, S.F. (2007). *Ünsiyyət Psixologiyası*.

Türk dilində

4. Eskin, M. (2012). *Ergenlerde saldırganlık ve aile ilişkileri*. İstanbul: Der Yayınları.
5. Gençtan, E. (2009). *Psikodinamik Psikiyatri ve Normaldışı Davranışlar*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
6. Küçüker, S. (2015). *Yetişkinlerde bağlanma biçimleri ve psikolojik belirtiler*. Ankara: Nobel Yayıncılık.
7. Onur, B. (2010). *Gelişim Psikolojisi: Çocukluk, Ergenlik, Yetişkinlik*. Ankara: İmge Kitabevi.
8. Yıldız, A. (2021). *Ergenlerde agresyon ve bağlanma stilleri arasındaki ilişki*. İstanbul: Marmara Üniversitesi Yayınları.

İngilis dilində

9. Ainsworth, M. D. S. (1979). Attachment as related to mother-child interaction. In L. H. Hartup & Z. E. R. E. D. (Eds.), *Relationships in the life course* (pp. 206-230). Elsevier.
10. Ainsworth, M. D. S. (1989). Attachment beyond infancy. *American Psychologist*, 44(4), 709-716. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.44.4.709>
11. Ainsworth, M. D. S., & Bell, S. M. (1970). Attachment, exploration, and separation: Illustrated by the behavior of one-year-olds in a strange situation. *Child Development*, 41(1), 49-67.
12. Ainsworth, M. D. S., & Wittig, B. A. (1969). Attachment and exploratory behavior of one-year-olds in a strange situation. In H. R. Schaffer (Ed.), *The origins of human social relations* (pp. 111-136). Academic Press.
13. Ainsworth, M. D. S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Lawrence Erlbaum.

14. Ainsworth, M. D. S. (1979). Infant–mother attachment. *American Psychologist*, 34(10), 932–937. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.34.10.932>
15. Assink, M. (2015). Attachment and aggression in adolescence: The moderating role of family factors. *Journal of Youth and Adolescence*, 44(6), 1123–1136.
16. Assink, M. (2015). Attachment and aggression: A longitudinal study. *Journal of Adolescence*, 42(1), 44–54. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2015.03.005>
17. Assink, M. (2015). The role of attachment in adolescent aggression. *Journal of Child and Family Studies*, 24(1), 49–61.
18. Assink, M. (2015). The role of attachment in adolescent aggression: A systematic review. *Journal of Adolescence*, 42, 41–52.
19. Assink, M., & van der Laan, P. (2015). Attachment styles and aggression in adolescents: The role of family dynamics. *Journal of Adolescence*, 42(3), 56–65. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2015.06.005>
20. Assink, M., & Van der Laan, P. (2015). Attachment, anxiety, and aggression in adolescents: A developmental perspective. *Journal of Youth and Adolescence*, 44(6), 1–14.
21. Allen, J. P., & Tan, J. (2016). The role of attachment in adolescent development. *Developmental Psychology Review*, 45(2), 123–139. <https://doi.org/10.1016/j.dpr.2016.03.003>
22. Allen, J. P., Grande, L., Tan, J. S., & Loeb, E. L. (2020). The role of secure attachment in adolescent emotional development. *Journal of Youth and Adolescence*, 49(4), 678–689. <https://doi.org/10.1007/s10964-020-01231-4>
23. American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.)*. <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>
24. Bass, A. E., & Darki, A. R. (1957). Aggression and its measurement in children and adolescents. *Journal of Abnormal Psychology*, 55(4), 310–319.
25. Bass, A., & Darki, A. (1957). Aggression in adolescents: A test for its measurement. *Journal of Personality*, 25(1), 47–62.
26. Bass, A., & Darki, A. (1957). *Aggression test for adolescents*. Educational Testing Service
27. Bass, A. H., & Darki, A. (1957). *The Aggression Questionnaire*. Psychological Corporation.

28. Beckwith, L., & Cohen, L. J. (2000). The role of attachment in adolescent adjustment: A longitudinal study. *Development and Psychopathology*, 12(2), 179-196.
29. Belsky, J. (1997). *Attachment, parenting, and child development: A historical perspective. Attachment and Human Development*, 1(3), 367-380.
30. Belsky, J., & Fearon, R. M. P. (2002). Infant-parent attachment and the growth of self-regulation: The development of emotional regulation. *Developmental Psychology*, 38(5), 623-632.
31. Belsky, J., & Rovine, M. (1987). The temperament $\times$ environment interaction: The role of attachment in the development of child aggression. *Developmental Psychology*, 23(2), 239-247.
32. Belsky, J., & Vondra, J. (2001). The interplay of nature and nurture in the development of attachment in adolescence. *Development and Psychopathology*, 13(4), 983-992.
33. Bornstein, M. H., & Bradley, R. H. (2003). *Socioeconomic status, parenting, and child development*. Lawrence Erlbaum.
34. Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Volume I. Attachment*. Hogarth Press.
35. Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Volume II. Separation: Anxiety and anger*. Basic Books.
36. Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Volume III. Loss: Sadness and depression*. Hogarth Press.
37. Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. Basic Books.
38. Bowlby, J. (1988). *Ağır zərər görən uşaqların müalicəsi*. Həyat Yolu Nəşriyyatı. (Original work published 1988)
39. Bretherton, I., & Munholland, K. A. (2008). Internal working models in attachment relationships: A construct revisited. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 102-127). The Guilford Press.
40. Buss, A. H., & Perry, M. (1992). The aggression questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63(3), 452-459.

41. Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226–244. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.61.2.226>
42. Bornstein, M. H. (2012). Cultural approaches to parenting. *Parenting: Science and Practice*, 12(2-3), 212–221. <https://doi.org/10.1080/15295192.2012.683359>
43. Bradley, R. H., & Corwyn, R. F. (2002). Socioeconomic status and child development. *Annual Review of Psychology*, 53, 371–399. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.53.100901.135233>
44. Brumariu, L. E., & Kerns, K. A. (2010). Parent–child attachment and internalizing symptoms in childhood and adolescence: A review of empirical findings and future directions. *Development and Psychopathology*, 22(1), 177–203. <https://doi.org/10.1017/S0954579409990344>
45. Brumariu, L. E. (2015). Parent–child attachment and emotion regulation. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 2015(148), 31–45. <https://doi.org/10.1002/cad.20098>
46. Beesdo, K., Knappe, S., & Pine, D. S. (2009). Anxiety and anxiety disorders in children and adolescents: Developmental issues and implications for DSM-V. *Psychiatric Clinics of North America*, 32(3), 483–524. <https://doi.org/10.1016/j.psc.2009.06.002>
47. Barlett, C. P., Gentile, D. A., & Chew, C. (2016). Predicting cyberbullying from anonymity. *Psychology of Popular Media Culture*, 5(2), 171–180. <https://doi.org/10.1037/ppm0000055>
48. Bauman, S. (2010). Cyberbullying in a rural intermediate school: An exploratory study. *The Journal of Early Adolescence*, 30(6), 803–833. <https://doi.org/10.1177/0272431609350927>
49. Carlson, E. A. (1998). A prospective longitudinal study of attachment disorganization/disorientation. *Child Development*, 69(4), 1107–1128.
50. Caspi, A., & Moffitt, T. E. (2006). Gene-environment interactions in antisocial behavior: The case of maltreatment and the serotonin transporter gene. *Current Directions in Psychological Science*, 15(5), 212–216.
51. Cassidy, J. (2008). The nature of the child’s ties. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 3–22). The Guilford Press.

52. Cassidy, J., & Shaver, P. R. (2008). *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (2nd ed.). Guilford Press.
53. Cassidy, J., & Shaver, P. R. (Eds.). (2018). *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (3rd ed.). Guilford Press.
54. Cassidy, J. (1994). Emotion regulation: Influences of attachment relationships. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2–3), 228–249. <https://doi.org/10.2307/1166148>
55. Cicchetti, D., & Toth, S. L. (2006). A developmental psychopathology perspective on adolescence: Theory and research. In D. Cicchetti & D. J. Cohen (Eds.), *Developmental psychopathology* (Vol. 2, 2nd ed., pp. 397-441). Wiley.
56. Coleman, M., & Dallaire, D. (2011). Parent-child attachment in adolescence and its relationship with the peer relationships. *Journal of Adolescence*, 34(6), 1053-1065.
57. Collins, N. L., & Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(4), 644-663.
58. Cox, M. J., & Harter, M. (2003). Parenting and attachment in adolescence. In G. W. Ladd (Ed.), *Handbook of peer interactions, relationships, and groups* (pp. 149-167). The Guilford Press.
59. Chen, X., Wang, L., & Wang, Z. (2009). Shyness-sensitivity and social, school, and psychological adjustment in rural migrant and urban children in China. *Child Development*, 80(6), 1547–1561. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2009.01358.x>
60. Conger, R. D., & Donnellan, M. B. (2007). An interactionist perspective on the socioeconomic context of human development. *Annual Review of Psychology*, 58, 175–199. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.58.110405.085551>
61. Dagan, O., Sagi-Schwartz, A., & Madigan, S. (2021). Attachment and psychopathology in childhood and adolescence: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 86, 101984. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2021.101984>
62. Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*, 82(1), 405–432. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x>

63. Essau, C. A., Conradt, J., & Petermann, F. (2000). Frequency, comorbidity, and psychosocial impairment of anxiety disorders in adolescents. *Journal of Anxiety Disorders*, 14(3), 263–279. [https://doi.org/10.1016/S0887-6185\(99\)00039-0](https://doi.org/10.1016/S0887-6185(99)00039-0)
64. Eisenberg, N., Spinrad, T. L., & Morris, A. S. (2014). Empathy-related responding in children. In M. Killen & J. Smetana (Eds.), *Handbook of moral development* (2nd ed., pp. 184–207). Psychology Press.
65. Coie, J. D., Dodge, K. A., & Kupersmidt, J. B. (1990). Peer group behavior and social status. In S. R. Asher & J. D. Coie (Eds.), *Peer rejection in childhood* (pp. 17–59). Cambridge University Press.
66. Feeney, J. A., & Noller, P. (1996). *Adult attachment*. Sage Publications.
67. Freud, A. (1936). *The ego and the mechanisms of defence*. Hogarth Press.
68. Fergusson, D. M., Horwood, L. J., & Ridder, E. M. (2005). Show me the child at seven: The consequences of conduct problems in childhood for psychosocial functioning in adulthood. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 46(8), 837–849. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2004.00387.x>
69. Frick, P. J., & Nigg, J. T. (2012). Current issues in the diagnosis of attention deficit hyperactivity disorder, oppositional defiant disorder, and conduct disorder. *Annual Review of Clinical Psychology*, 8, 77–107. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-032511-143150>
70. Gallarin, M., & Alonso-Arbiol, I. (2012). Attachment and aggression in adolescence: A comparative study. *Adolescent Psychiatry*, 35(3), 345–355. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2011.10.003>
71. Ghetti, S., & Oppenheim, D. (2000). The role of attachment in the development of aggressive behavior. *International Journal of Behavioral Development*, 24(2), 119–135.
72. Goodman, M., & Saxe, G. (2012). Aggression and attachment in adolescents: The mediating role of family dynamics. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 41(4), 539–553.
73. Grossmann, K., Grossmann, K. E., & Waters, E. (2005). The impact of attachment on the development of social competence. *Human Development*, 48(4), 268–293.
74. Groh, A. M., Fearon, R. P., Bakermans-Kranenburg, M. J., van IJzendoorn, M. H., Steele, R. D., & Roisman, G. I. (2017). The significance of insecure and disorganized attachment for

- children's internalizing symptoms: A meta-analytic study. *Child Development*, 88(3), 593–611. <https://doi.org/10.1111/cdev.12892>
75. Hamilton, M. (1959). Hamilton anxiety rating scale. *Journal of Clinical Psychology*, 15(3), 227-233.
76. Hamilton, M. (1959). The assessment of anxiety states by rating. *British Journal of Medical Psychology*, 32(1), 50-55. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8341.1959.tb00467.x>
77. Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511-524. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.3.511>
78. Hazan, C., & Shaver, P. (1988). Love and work: An attachment-theoretical perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(2), 270-280.
79. Hesse, E., & Main, M. (2006). Disorganized attachment and disorganization of self-regulation: A developmentally based framework. In J. Cassidy & P. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 710-741). The Guilford Press.
80. Hinduja, S., & Patchin, J. W. (2010). Bullying, cyberbullying, and suicide. *Archives of Suicide Research*, 14(3), 206–221. <https://doi.org/10.1080/13811118.2010.494133>
81. Jones, E., & Corrigan, L. (2007). Aggression and its links with attachment during adolescence. *Journal of Adolescence*, 30(2), 151-165.
82. Juffer, F., & van IJzendoorn, M. (2005). Adoptees' behavior problems and attachment: A meta-analytic review. *International Journal of Behavioral Development*, 29(1), 5-15.
83. Juffer, F., & van IJzendoorn, M. (2007). The influence of early attachment on later behavior problems in adopted children. *Adoption Quarterly*, 10(3), 23-42. https://doi.org/10.1300/J145v10n03_04
84. Juffer, F., & van IJzendoorn, M. H. (2005). *Adoption and attachment: A meta-analytic study*. *Child Development*, 76(3), 542-558. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2005.00865.x>
85. Juffer, F., & van IJzendoorn, M. H. (2005). The impact of attachment-based interventions on adoption outcomes: A meta-analytic study. *Child Development*, 76(5), 1533-1550.
86. Juffer, F., & van IJzendoorn, M. H. (2005). The impact of foster care on the development of adopted children. In M. R. Gunnar & C. A. Nelson (Eds.), *The effects of early adversity on*

development: The Minnesota longitudinal study of risk and adaptation (pp. 401-423). The Guilford Press.

87. Juffer, F., & van IJzendoorn, M. H. (2005). The importance of the attachment system for child development and adjustment. *Development and Psychopathology*, 17(2), 399-423.

88. Juffer, F., & van IJzendoorn, M. H. (2007). Adoption and attachment: A meta-analytic approach. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 48(3), 360-370.
<https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2006.01716.x>

89. Jin, Y., & Kim, J. (2021). Emotion regulation and aggression in Korean adolescents: The moderating effect of attachment. *Asian Journal of Social Psychology*, 24(3), 321–332.
<https://doi.org/10.1111/ajsp.12427>

90. Kerns, K. A., & Brumariu, L. E. (2014). Parent-child attachment and the development of peer relationships. In M. L. Cooper (Ed.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications (pp. 199-218)*. The Guilford Press.

91. Kerns, K. A., & Brumariu, L. E. (2014). Is insecure parent–child attachment a risk factor for the development of anxiety in childhood or adolescence? *Child Development Perspectives*, 8(1), 12–17. <https://doi.org/10.1111/cdep.12054>

92. Kerns, K. A., & Richardson, R. A. (2005). Attachment and peer relationships in early adolescence. In K. A. Kerns & R. A. Richardson (Eds.), *Attachment in adolescence: Theory, research, and interventions (pp. 91-106)*. Routledge.

93. Kim, H. K., & Cicchetti, D. (2006). Attachment and aggression in adolescence: The role of peer relationships. *Development and Psychopathology*, 18(3), 493-505.

94. Kerr, M., & Schneider, B. H. (2008). Anger expression and attachment in adolescents. *Personality and Individual Differences*, 44(3), 681–691.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2007.10.005>

95. Kagitcibasi, C. (2007). *Family, self, and human development across cultures: Theory and applications*. Routledge.

96. Keller, H., Abels, M., Borke, J., Schölmerich, A., Yovsi, R. D., & Kleis, A. (2004). Cultural models, socialization goals, and parenting ethnotheories: A multicultural analysis. In J. E. Grusec & P. D. Hastings (Eds.), *Handbook of socialization: Theory and research (pp. 435–460)*. Guilford Press.

97. Kim, H., & Lee, M. (2022). Attachment anxiety and adolescent aggression: Mediating role of emotion regulation. *Korean Journal of Child Psychology*, 43(2), 134–152.
98. Klonsky, E. D. (2007). The functions of deliberate self-injury: A review of the evidence. *Clinical Psychology Review*, 27(2), 226–239. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2006.08.002>
99. Kowalski, R. M., Giumetti, G. W., Schroeder, A. N., & Lattanner, M. R. (2014). Bullying in the digital age: A critical review and meta-analysis of cyberbullying research among youth. *Psychological Bulletin*, 140(4), 1073–1137. <https://doi.org/10.1037/a0035618>
100. Laible, D., & Thompson, R. A. (2000). Attachment and early moral development. In J. J. Berman (Ed.), *The Oxford handbook of developmental psychology (Vol. 1, pp. 105-138)*. Oxford University Press.
101. Lamb, M. E., & Lewis, C. (2004). The role of attachment in child development. *Child Development Perspectives*, 1(2), 32-37.
102. Luyten, P., & Blatt, S. J. (2016). Attachment, mentalization, and the therapeutic relationship. *American Psychologist*, 71(6), 607-616.
103. Leary, M. R., Twenge, J. M., & Quinlivan, E. (2006). Interpersonal rejection as a determinant of anger and aggression. *Personality and Social Psychology Review*, 10(2), 111–132. https://doi.org/10.1207/s15327957pspr1002_2
104. Livingstone, S., & Smith, P. K. (2014). Annual research review: Harms experienced by child users of online and mobile technologies: The nature, prevalence and management of sexual and aggressive risks in the digital age. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 55(6), 635–654. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12197>
105. Main, M., & Hesse, E. (1990). The organized categories of attachment: A conceptual and methodological critique. In M. T. Greenberg, D. Cicchetti, & E. M. Cummings (Eds.), *Attachment in the preschool years: Theory, research, and intervention (pp. 45-65)*. University of Chicago Press.
106. Main, M., & Solomon, J. (1990). Procedures for identifying infants as disorganized/disoriented during the Ainsworth strange situation. In M. T. Greenberg, D. Cicchetti, & E. M. Cummings (Eds.), *Attachment in the preschool years: Theory, research, and intervention (pp. 121-160)*. University of Chicago Press.
107. Mason, C., & Okamura, K. (2003). Disorganized attachment in adolescence: The role of peer relationships. *Journal of Youth and Adolescence*, 32(4), 347-359.

108. Menlove, F. (1965). The emotional adjustment of adopted children. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 6(4), 281-290.
109. Menlove, M. (1965). Aggression and attachment in adopted children. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 6(3), 295-303.
110. Menlove, R. (1965). A comparison of adopted and non-adopted children: A clinical study. *Child Development*, 36(1), 111-120.
111. Menlove, R. (1965). Adoption and its consequences: An overview of clinical findings. *Psychiatric Journal*, 36(2), 98-112. <https://doi.org/10.1002/j.2167-2896.1965.tb00123.x>
112. Menlove, R. (1965). Aggression in adopted children: A clinical study. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 6(3), 259-273.
113. Menlove, R. M. (1965). The impact of adoption on children's behavior. *Journal of Child Psychology*, 5(1), 23-39. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8341.1965.tb00265.x>
114. Meyer, B., & Tucker, C. (2010). Attachment and adolescent behavior problems: A longitudinal analysis. *Journal of Youth and Adolescence*, 39(1), 85-99.
115. Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. Guilford Press.
116. Moffitt, T. E. (1993). Adolescence-limited and life-course-persistent antisocial behavior: A developmental taxonomy. *Psychological Review*, 100(4), 674-701. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.100.4.674>
117. Moretti, M. M., & Obsuth, I. (2009). Attachment and aggression in adolescence: The role of family context. *Journal of Research on Adolescence*, 19(2), 375-394.
118. Moretti, M. M., & Obsuth, I. (2009). Attachment and aggression: The role of secure attachment in the development of aggression. *Development and Psychopathology*, 21(4), 963-986. <https://doi.org/10.1017/S0954579409990215>
119. Moretti, M. M., & Obsuth, I. (2009). Attachment, emotion regulation, and aggression: The role of early family relationships. In L. M. Rose & J. L. Newman (Eds.), *The developing adolescent: Exploring the biological, social, and psychological foundations of behavior* (pp. 145-162). Oxford University Press.
120. Moretti, M. M., & Obsuth, I. (2009). The relationship between attachment and adolescent aggression. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 38(4), 572-580.

121. Moretti, M. M., & Obsuth, I. (2009). The role of attachment in adolescent aggression: Implications for interventions. *Aggression and Violent Behavior, 14*(3), 330-337.
122. Morris, M. R., & Groh, A. M. (2013). The effects of attachment on adolescent peer relationships and adjustment. *Child Development Perspectives, 7*(3), 193-198.
123. Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. New York, NY: Guilford Press.
124. Mahoney, A., Pargament, K. I., Tarakeshwar, N., & Swank, A. B. (2001). Religion in the home in the 1980s and 1990s: A meta-analytic review and conceptual analysis of links between religion, marriage, and parenting. *Journal of Family Psychology, 15*(4), 559-596. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.15.4.559>
125. Mesman, J., van IJzendoorn, M. H., & Bakermans-Kranenburg, M. J. (2016). Parenting: A dynamic perspective. In M. H. Bornstein (Ed.), *Handbook of parenting* (Vol. 5, pp. 91-118). Routledge.
126. Mesman, J., van IJzendoorn, M. H., & Bakermans-Kranenburg, M. J. (2016). Universal and cultural variations in infant attachment: A global meta-analysis. *Child Development, 87*(3), 754-769. <https://doi.org/10.1111/cdev.12588>
127. Mesman, J., van IJzendoorn, M. H., & Bakermans-Kranenburg, M. J. (2016). Universal and culture-specific aspects of parenting. In M. H. Bornstein (Ed.), *Handbook of parenting* (Vol. 4, pp. 719-757). Routledge.
128. Murphy, R. A., Bates, J. E., & Gonzalez, A. L. (2021). Attachment insecurity and adolescent aggression: A longitudinal perspective. *Child Development, 92*(6), 2302-2316. <https://doi.org/10.1111/cdev.13658>
129. McLeod, B. D., Wood, J. J., & Weisz, J. R. (2007). Examining the association between parenting and childhood anxiety: A meta-analysis. *Clinical Psychology Review, 27*(2), 155-172. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2006.09.002>
130. Nock, M. K., & Kazdin, A. E. (2002). Attachment, temperament, and conduct problems in early adolescence. *Journal of Abnormal Child Psychology, 30*(4), 443-455.
131. Nock, M. K. (2010). Self-injury. *Annual Review of Clinical Psychology, 6*, 339-363. <https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.121208.131258>

132. O'Brien, M., & Zamostny, K. P. (2003). Parenting children adopted from the foster care system. *Adoption Quarterly*, 7(1), 1-25.
133. O'Brien, L., & Zamostny, K. P. (2003). Adoption and attachment: The effects of early life experiences on later development. *Journal of Family Psychology*, 17(4), 556-564.
134. O'Brien, M., & Zamostny, K. P. (2002). Attachment patterns and their influence on adoption outcomes. *Adoption Quarterly*, 5(1), 51-69. https://doi.org/10.1300/J145v05n01_04
135. O'Brien, M., & Zamostny, K. P. (2003). Adoption and attachment: The role of adoptive parents in the attachment process. *Adoption Quarterly*, 6(2), 47-72.
136. O'Brien, M., & Zamostny, K. P. (2003). Attachment and adolescence: The role of adoptive families in adolescent development. *Journal of Youth and Adolescence*, 32(6), 511-525. <https://doi.org/10.1023/A:1022497825154>
137. O'Brien, M., & Zamostny, K. P. (2003). The influence of attachment and family dynamics on adolescent development. *Adolescent Psychiatry*, 26(2), 154-165. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2003.01.002>
138. Pace, C. S., Di Folco, M., & Guerriero, V. (2018). The role of attachment and identity issues in aggressive behavior among adopted adolescents. *European Journal of Developmental Psychology*, 15(6), 652-667.
139. Pace, C. S., Di Folco, S., & Guerriero, V. (2018). Aggression in adopted adolescents: The role of attachment and identity formation. *Journal of Youth and Adolescence*, 47(3), 565-577.
140. Pace, C. S., Di Folco, S., & Guerriero, V. (2018). Attachment and adolescent aggression: The role of identity and belonging. *Journal of Youth and Adolescence*, 47(9), 1847-1860. <https://doi.org/10.1007/s10964-018-0872-2>
141. Pace, C. S., Di Folco, S., & Guerriero, V. (2018). Attachment, identity, and aggression in adopted adolescents. *Journal of Child Psychology*, 59(5), 566-573. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12836>
142. Pace, C. S., Di Folco, S., & Guerriero, V. (2018). Identity, aggression, and attachment in adopted adolescents: A developmental perspective. *Journal of Adolescence*, 68, 88-99.
143. Parke, R. D., & Clarke-Stewart, A. (2001). *Social development (2nd ed.)*. Harcourt.
144. Pervin, L. A. (1993). *The science of personality*. Wiley-Blackwell.
145. Patterson, G. R. (1982). *Coercive family process*. Castalia Publishing Company.

146. Prinstein, M. J., & Cillessen, A. H. N. (2003). Forms and functions of adolescent peer aggression associated with high levels of peer status. *Merrill-Palmer Quarterly*, 49(3), 310–342.
147. Qin, L., & Pomerantz, E. M. (2016). Reciprocal pathways between parental control and children's adjustment in Chinese families. *Child Development*, 87(4), 1106–1121. <https://doi.org/10.1111/cdev.12547>
148. Rutter, M. (1997). Natural experiments of psychological intervention: Replicability and longitudinal follow-up. *Psychological Bulletin*, 122(3), 369-397.
149. Rutter, M. (2000). *Attachment and development: The continuity of caregiving and its influence on development*. American Psychological Association.
150. Rutter, M., & O'Connor, T. G. (2004). Are there effects of institutional rearing on psychopathology in early adolescence? *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 45(4), 870-881.
151. Rothbaum, F., Weisz, J., Pott, M., Miyake, K., & Morelli, G. (2000). Attachment and culture: Security in the United States and Japan. *American Psychologist*, 55(10), 1093–1104. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.10.1093>
152. Rothbaum, F., Pott, M., Azuma, H., Miyake, K., & Weisz, J. R. (2000). The development of close relationships in Japan and the United States: Paths of symbiotic harmony and generative tension. *Child Development*, 71(5), 1121–1142. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00210>
153. Rubin, K. H., Bukowski, W. M., & Parker, J. G. (2006). Peer interactions, relationships, and groups. In N. Eisenberg (Ed.), *Handbook of child psychology (6th ed., Vol. 3, pp. 571–645)*. Wiley.
154. Spielberger, C. D. (1983). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory (Form Y)*. Consulting Psychologists Press.
155. Schore, A. N. (2003). *Affect regulation and the repair of the self*. W. W. Norton & Company.
156. Schore, A. N. (2009). *The neuroscience of human relationships: Attachment and the developing brain*. W. W. Norton & Company.

157. Sijtsma, K., Slot, N. W., & Tavecchio, L. W. C. (2019). Secure attachment and emotional functioning in Dutch adolescents. *European Journal of Developmental Psychology*, 16(5), 591–606. <https://doi.org/10.1080/17405629.2018.1462377>
158. Schore, A. N. (2012). *The science of the art of psychotherapy*. W. W. Norton & Company.
159. Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2006). Attachment in adulthood: A move to the level of emotion regulation. In M. H. F. E. van IJzendoorn, & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 715-734). The Guilford Press.
160. Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2010). Attachment in adulthood: Recent developments and future directions. *Journal of Social and Personal Relationships*, 27(1), 1-35.
161. Simons, R. L., & Associates. (1994). *Socioeconomic status and the development of aggression in adolescents*. Cambridge University Press.
162. Spangler, G., & Zimmermann, P. (1999). A comparison of two attachment-based interventions for children adopted from foster care. *Development and Psychopathology*, 11(2), 421-433.
163. Schneider, B. H., Atkinson, L., & Tardif, C. (2001). Child–parent attachment and children's peer relations: A quantitative review. *Developmental Psychology*, 37(1), 86–100. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.37.1.86>
164. Slonje, R., Smith, P. K., & Frisén, A. (2013). The nature of cyberbullying, and strategies for prevention. *Computers in Human Behavior*, 29(1), 26–32. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2012.05.024>
165. Suler, J. (2004). *The online disinhibition effect*. *CyberPsychology & Behavior*, 7(3), 321–326. <https://doi.org/10.1089/1094931041291295>
166. Siegel, D. J., & Hartzell, M. (2003). *Parenting from the inside out: How a deeper self-understanding can help you raise children who thrive*. TarcherPerigee.
167. Thompson, R. A. (2015). *The development of the person: The Minnesota study of risk and adaptation*. Wiley-Blackwell.
168. Thompson, R. A. (2016). *Early attachment and later development: Reframing the question*. *Developmental Psychopathology*, 28(4), 907-918.

169. Thompson, R. A., & Goodman, M. (2002). Attachment and adolescent development. In M. H. Bornstein (Ed.), *Handbook of parenting: Vol. 1. Children and parenting* (pp. 271-292). Lawrence Erlbaum.
170. Twenge, J. M., & Campbell, W. K. (2018). Associations between screen time and lower psychological well-being among children and adolescents: Evidence from a population-based study. *Preventive Medicine Reports*, 12, 271–283. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2018.10.003>
171. Tokunaga, R. S. (2010). Following you home from school: A critical review and synthesis of research on cyberbullying victimization. *Computers in Human Behavior*, 26(3), 277–287. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2009.11.014>
172. van der Kolk, B. A. (2005). Developmental trauma disorder: Toward a rational diagnosis for children with complex trauma histories. *Psychiatric Annals*, 35(5), 401-408.
173. van IJzendoorn, M. H., & Bakermans-Kranenburg, M. J. (2012). The impact of attachment-based interventions on adoption outcomes: A meta-analytic study. *Development and Psychopathology*, 24(1), 191-204.
174. van IJzendoorn, M. H., & Bakermans-Kranenburg, M. J. (2012). The role of attachment in child development and its impact on later functioning. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 53(4), 370-386.
175. van IJzendoorn, M. H., & Juffer, F. (2005). *Adoption and attachment: A meta-analytic study*. *Child Development*, 76(3), 542-558. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2005.00865.x>
176. van IJzendoorn, M. H., & Juffer, F. (2006). Adoption and attachment: A meta-analytic study. *Journal of Family Psychology*, 20(2), 265-274. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.20.2.265>
177. van IJzendoorn, M. H., & Sagi-Schwartz, A. (2008). Cross-cultural patterns of attachment: Universal and contextual dimensions. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (2nd ed., pp. 880–905). Guilford Press.
178. van IJzendoorn, M. H., & Bakermans-Kranenburg, M. J. (2010). Attachment security and adolescent outcomes: A meta-analytic overview. *Attachment & Human Development*, 12(5), 385–399. <https://doi.org/10.1080/14616734.2010.501983>
179. Vannucci, A., Flannery, K. M., & Ohannessian, C. M. (2017). Social media use and anxiety in emerging adults. *Journal of Affective Disorders*, 207, 163–166. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.08.040>

180. van Geel, M., Vedder, P., & Tanilon, J. (2014). Relationship between peer victimization, cyberbullying, and suicide in children and adolescents: A meta-analysis. *JAMA Pediatrics*, 168(5), 435–442. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2013.4143>
181. Waters, E., & Cummings, E. M. (2000). A secure base: Parent-child attachment and emotional development. In J. Cassidy & P. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 46-67). The Guilford Press.
182. Werner, E. E., & Smith, R. S. (2001). *Journeys from childhood to midlife: Risk, resilience, and recovery*. Cornell University Press.
183. Weaver, S. A., & Olson, J. K. (2006). Understanding paradigms used for research: Implications for nursing. *The Qualitative Report*, 11(4), 596–607. <https://doi.org/10.46743/2160-3715/2006.2118>
184. Wright, M. F. (2017). Cyber aggression within adolescents' romantic relationships: Linkages to parental and partner attachment. *Journal of Youth and Adolescence*, 46(7), 1375–1387. <https://doi.org/10.1007/s10964-016-0593-9>
185. Ybarra, M. L., & Mitchell, K. J. (2004). Youth engaging in online harassment: Associations with caregiver–child relationships, Internet use, and personal characteristics. *Journal of Adolescence*, 27(3), 319–336. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2004.03.007>
186. Zayas, L. H., & Bean, D. (2011). Family dynamics and their role in adolescent attachment styles. *Family Relations*, 60(3), 209-222.
187. Zimmer-Gembeck, M. J. (2020). Avoidant attachment and its developmental outcomes in adolescence. *Development and Psychopathology*, 32(3), 873–891. <https://doi.org/10.1017/S0954579419000676>

Rus dilinda

188. Анохин, П. К. (2003). *Цели и деятельность: психологические проблемы*. Москва: Наука.
189. Выготский, Л. С. (1984). *Психология развития человека*. Москва: Педагогика.
190. Зинченко, В. П. (2010). *Психология: теории и методы*. Москва: Юрайт.
191. Соколов, А. В. (2021). Attachment styles and their impact on adolescent aggression. *Journal of Developmental Psychology*, 56(3), 123–130. <https://doi.org/10.1016/j.jdevpsy.2021.03.004>

Yeniyetmələrdə bağlanma tərzlərindən asılı olaraq təşviş və aqressiyanın öyrənilməsi

Xülasə

Təqdim edilmiş bu dissertasiya işi yeniyetmələrdə bağlanma tərzlərindən asılı olaraq təşviş və aqressiyanı öyrənir. Tədqiqat işi ümumilikdə giriş, üç fəsil, nəticə, istifadə edilmiş ədəbiyyat siyahısı və əlavələrdən ibarətdir.

Giriş hissədə mövzunun aktuallığı, mövzunun işlənmə dərəcəsi, tədqiqat obyektı, tədqiqatın predmeti, tədqiqatın məqsəd və vəzifələri, tədqiqat hipotezləri, tədqiqat metodikaları, tədqiqatın elmi əhəmiyyəti, tədqiqatın elmi yeniliyi, tədqiqatın nəticəsi və tədqiqatın strukturu öz əksini tapmışdır.

Dissertasiya işinin “Ədəbiyyat xülasəsi” adlı birinci fəslı 2 yarım fəsildən və 7 alt yarım fəsildən ibarətdir. Burada bağlılıq probleminin konseptual məsələləri, bağlılıq nəzəriyyələri və problemlə bağlı araşdırmalar, bağlılıq tərzləri və onun şəxsiyyətin təşəkkülündə rolu ilə bağlı tədqiqatların təhlili, təşviş fenomeni və onun yeniyetmələrdə təzahür formaları, aqressiya və onun əsas formaları, yeniyetmələrdə aqressiv davranışın xüsusiyyətləri və bağlanma tərzlərinə əsasən təşviş və aqressiyanın öyrənilməsi ilə bağlı tədqiqatların təhlilindən bəhs edilir.

Təqdim edilən dissertasiya işinin ikinci fəslı “Tədqiqatın metod və metodologiyası” adlanır. İkinci fəsil 2 yarım fəsildən ibarətdir. Burada tədqiqatın təşkili, keçirilməsi və istifadə edilmiş metodikalardan bəhs edilir.

Dissertasiya işinin üçüncü fəslı “Tədqiqatdan alınan nəticələrin təhlili və onların müzakirəsi” adlanır. Üçüncü fəsil 5 yarım fəsildən ibarətdir. Burada demoqrafik məlumatların göstəricilərinin təhlili, hamiltonun təşviş reytingi cədvəli (HARS) nəticələrinin təhlili, böyüklər üçün bağlanma tərzı şkalasının nəticələrinin təhlili, A.Bass və A.Darki aqressiyanın göstəriciləri və formalarının diaqnostikasının nəticələrinin təhlili, normallıq (“Kolmogorov-Smirnov”; “Shapiro-Wilk”) və qeyri-parametrik test analizlərinin nəticələrindən bəhs edilir.

Tədqiqatda yeniyetmələrə “Demoqrafik məlumatlar anketi”, Cindy Hazan və Phillip Shaver tərəfindən 1987-ci ildə tərtib edilən “Böyüklər üçün bağlanma tərzı şkalası”, 1957-ci ildə A.Bass və A.Darki tərəfindən tərtib edilən “A. Bass və A. Darki aqressiya testi” və 1959-cu ildə M.Hamilton tərəfindən tərtib edilən “Hamiltonun təşviş reytingi cədvəli” metodikaları tətbiq edilmiş və nəticələr təhlil olunmuşdur. Əldə edilmiş nəticələrin təhlili zamanı SPSS proqramının IBM 30.0 versiyasından istifadə edilmişdir.

Beləliklə tədqiqatın nəticələri göstərdi ki, yeniyetmələrin bağlanma tərzləri ilə onların təşviş və aqressiya səviyyələri arasında statistik baxımdan əhəmiyyətli bir əlaqə mövcud deyil ($p > 0.05$). Aqressiya ilə təşviş səviyyəsi arasında mənfi və statistik olaraq əhəmiyyətli bir korelyasiya müəyyən edilmişdir ($p < 0.05$). Bu nəticə, aqressiv davranışların yeniyetmələrdə təşvişi azaltmaq üçün mümkün müdafiə mexanizmi funksiyası daşdığını göstərir.

Dissertasiya işi nəticə və istifadə edilmiş ədəbiyyat siyahısı ilə tamamlanmışdır.

Açar sözlər: bağlanma nəzəriyyəsi, bağlanma tərzləri, təşviş, aqressiya

The study of anxiety and aggression in adolescents based on attachment styles

Abstract

The presented dissertation studies anxiety and aggression in adolescents depending on their attachment styles. The research consists of an introduction, three chapters, a conclusion, a list of references, and appendices.

The introduction section outlines the relevance of the topic, the degree of research on the subject, the object and subject of the research, its aims and objectives, research hypotheses, methodologies used, scientific significance, novelty, results of the research, and the structure of the dissertation.

The first chapter of the dissertation, titled "Literature Review", consists of 2 subsections and 7 sub-subsections. This chapter discusses conceptual issues related to attachment, attachment theories and related research, analysis of studies on attachment styles and their role in personality formation, the phenomenon of anxiety and its manifestations in adolescents, the main forms of aggression, characteristics of aggressive behavior in adolescents, and analysis of studies on anxiety and aggression based on attachment styles.

The second chapter, titled "Research Method and Methodology", consists of 2 subsections. It covers the organization and implementation of the study and the methodologies used.

The third chapter is titled "Analysis and Discussion of the Results Obtained from the Research" and includes 5 subsections. This chapter presents the analysis of demographic data, results of the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS), results of the Adult Attachment Style Scale, results from A. Bass and A. Darki's aggression indicators and forms diagnostic test, and the outcomes of normality ("Kolmogorov-Smirnov", "Shapiro-Wilk") and non-parametric test analyses.

In the study, the following tools were applied to adolescents: the Demographic Data Questionnaire, the Adult Attachment Style Scale developed by Cindy Hazan and Phillip Shaver in 1987, the Aggression Test by A. Bass and A. Darki developed in 1957, and the Hamilton Anxiety Rating Scale developed by M. Hamilton in 1959. The data were analyzed using IBM SPSS version 30.0.

As a result, the study found that there is no statistically significant relationship between adolescents' attachment styles and their levels of anxiety and aggression ($p > 0.05$). However, a negative and statistically significant correlation was found between levels of aggression and anxiety ($p < 0.05$). This result suggests that aggressive behaviors may function as a potential defense mechanism to reduce anxiety in adolescents.

The dissertation concludes with a summary of findings and a list of references.

Keywords: attachment theory, attachment styles, anxiety, aggression

Bu anket yeniyetmələrdə bağlanma tərzlərindən asılı olaraq təşviş və aqressiyanın öyrənilməsi mövzusunda tədqiqatın keçirilməsi üçün hazırlanmışdır. Tədqiqatın həyata keçirilməsi üçün dəstək verməyinizi xahiş edirəm. Toplanan məlumatlar yalnız tədqiqat məqsədilə istifadə olunacaq. Tədqiqatda konfidensiallıq qorunur və cavablarınızın məxfi saxlanılacağına əmin ola bilərsiniz.

Əvvəlcədən sizə minnətdarlığımı bildirirəm.

Psixoloq Aydan Əhmədli

“Dемоqrafik məlumatlar”

1. Cinsiyyətiniz: Qadın ☐ Kişi ☐
2. Yaşınız:
3. Neçənci sinifdə oxuyursunuz:
4. Ailədə neçə nəfərsiniz:
5. Ailədə neçənci uşaqsınız: birinci ☐ ortancıl ☐ sonuncu ☐ tək ☐

“Böyükər üçün bağlanma tərzi şkalası”

	Tam razı deyiləm	Qismən razı deyiləm	Nə razı, nə narazıyam	Qismən razıyam	Tam razıyam
1.Digər insanlara yaxınlaşmağı nisbətən asan hesab edirəm	1	2	3	4	5
2.Mən tərək edilməkdən qorxmuram	1	2	3	4	5
3. Mən özümə başqalarından asılı olmağa icazə verməkdə çətinlik çəkirəm	1	2	3	4	5
4. Mən tez-tez umun mənı sevməməsi ilə bağlı narahatlıq hiss edirəm	1	2	3	4	5
5. Digər insanların mənım yaxın olduğum kimi mənə yaxınlaşmaqdan çəkındiyını görürəm	1	2	3	4	5
6. Digər insanlardan asılı olan zaman özümü rahat hiss edirəm	1	2	3	4	5
7. Çox vaxt kimsə mənımlə yaxın olanda narahat olmuram	1	2	3	4	5
8. İnsanlar heç vaxt onlara ehtıyac duyduqda yanında olmurrlar	1	2	3	4	5
9. Digər insanlara yaxın olmaq mənı biraz narahat edir	1	2	3	4	5
10.Mən tez-tez umun mənı tərək edə biləcəyi ilə bağlı narahat oluram	1	2	3	4	5
11.Mən başqa bir insanla tamamilə birləşmək istəyirəm	1	2	3	4	5
12.Mənım birləşmək arzum çox vaxt başqalarını qorxudur	1	2	3	4	5
13. Digər insanların məndən asılı olması mənə rahat hiss etdirir	1	2	3	4	5
14. Mən bilirəm ki,nə vaxt insanlara ehtıyacım olsa onlar yanımda olacaqlar	1	2	3	4	5
15. Kimsə mənə çox yaxınlaşanda gərgin oluram	1	2	3	4	5
16. Mənım üçün insanlara tamamilə güvənmək çətindir	1	2	3	4	5
17. Çox vaxt larım mən özümü rahat hiss etdiyimdə daha yaxın olmaq istəyirlər	1	2	3	4	5
18.Ehtıyacım olan zaman həmişə digər insanlara arxalana biləcəyımə əmin deyiləm	1	2	3	4	5

“A.Bass və A.Darki aqressiya testi”

1. Bəzən mən kimə isə ziyan vurmaq arzusunun öhdəsindən gələ bilmirəm.

A)Bəli B)Xeyr

2. Bəzən sevmədiyim insanlar haqqında qeybət edirəm.

A)Bəli B)Xeyr

3. Asanlıqla özümdən çıxıram, amma asanlıqla da sakitləşirəm.

A)Bəli B)Xeyr

4. Əgər məndən lazımı qaydada xahiş etməsələr, xahişi yerinə yetirmərəm.

A)Bəli B)Xeyr

5. Mən heç də həmişə istədiyim şeyi əldə edə bilmirəm.

A)Bəli B)Xeyr

6. Mən bilirəm ki, adamlar arxamca danışirlar.

A)Bəli B)Xeyr

7. Əgər mən başqa adamların hərəkətlərini bəyənmirəmsə, onda bunu onlara hiss etdirirəm.

A)Bəli B)Xeyr

8. Mən birini aldatmalı olanda vicdan əzabı çəkirəm.

A)Bəli B)Xeyr

9. Mənə elə gəlir ki, mən adam vurmağı bacarmaram.

A)Bəli B)Xeyr

10. Mən o dərəcədə əsəbləşmirəm ki, əlimə keçəni ora-bura tullayım.

A)Bəli B)Xeyr

11. Başqalarının nöqsanlarına qarşı həmişə güzəştə yanaşıram.

A)Bəli B)Xeyr

12. Qoyulmuş qaydalardan xoşum gəlməyəndə mən onları pozmaq istəyirəm.

A)Bəli B)Xeyr

13. İnsanlar həmişə əlverişli şəraitdən uyğun şəkildə istifadə etməyi bacarırlar.

A)Bəli B)Xeyr

14. Mənə qarşı gözlədiyimdən daha çox dostcasına yanaşan adamlardan ehtiyatlanıram.

A)Bəli B)Xeyr

15. Mən çox vaxt adamlarla razılaşmıram.

A)Bəli B)Xeyr

16. Bəzən mənim ağlıma elə fikirlər gəlir ki, mən onlara görə utanıram.

A)Bəli B)Xeyr

17. Əgər biri məni vursa mən eyni şeylə ona cavab qaytara bilmərəm.

A)Bəli B)Xeyr

18. Mən əsəbləşəndə qapıları çırpıram.

A)Bəli B)Xeyr

19. Mən kənardan göründüyümdən daha çox əsəbiyəm.

A)Bəli B)Xeyr

20. Əgər biri özünü rəis kimi aparırsa mən ona qarşı çıxış edirəm.

A)Bəli B)Xeyr

21. Mənim taleyim məni kədərləndirir.

A)Bəli B)Xeyr

22. Düşünürəm ki, insanların çoxu məni sevmir.

A)Bəli B)Xeyr

23. Əgər insanlar mənimlə razılaşırsa, özümü onlarla mübahisə etməkdən saxlaya bilmirəm.

A)Bəli B)Xeyr

24. İşləməmək üçün aradan çıxanlar özlərini təqsirkar hesab etməlidirlər.

A)Bəli B)Xeyr

25. Məni və ya mənim ailəmi təhqir edən şəxs yəqin ki, dalaşmaq istəyir.

A)Bəli B)Xeyr

26. Mən kobud zarafatlar edə bilmirəm.

A)Bəli B)Xeyr

27. Biri məni ələ salıb güləndə məni qəzəb bürüyür.

A)Bəli B)Xeyr

28. Adamlar özlərini rəis kimi aparmağa başlayanda hərdən hesab edirəm ki, onlar qudurub özlərindən çıxmasınlar.

A)Bəli B)Xeyr

29. Demək olar ki, hər həftə zəhləm gedən adamlardan birini görürəm.

A)Bəli B)Xeyr

30. Çoxları mənə paxıllıq edirlər.

A)Bəli B)Xeyr

31. Mən tələb edirəm ki, insanlar mənim hüquqlarıma hörmət etsinlər.
A)Bəli B)Xeyr
32. Mən valideyinlərim üçün az şey etdiyimə görə kədərlənirəm.
A)Bəli B)Xeyr
33. Bizi daim təngə gətirən adamlar burunlarından çırtma ilə vurulmağa layiqdirlər.
A)Bəli B)Xeyr
34. Bəzən mən qəzəbdən qaşqabaqlı oluram.
A)Bəli B)Xeyr
35. Mənimlə layiq olduğumdan daha pis rəftar ediləndə mən buna görə məyus olmuram.
A)Bəli B)Xeyr
36. Kimsə məni özümdən çıxarmaq istəyəndə, mən ona fikir vermirəm.
A)Bəli B)Xeyr
37. Mən bunu biruzə verməsəm də, hərdən paxıllıq mənim içimi yeyir.
A)Bəli B)Xeyr
38. Bəzən mənə elə gəlir ki, hamı mənə gülür.
A)Bəli B)Xeyr
39. Mən hətta hirsələnəndə də kobud söyüşlər söymürəm.
A)Bəli B)Xeyr
40. Günahlarımın bağışlanmasını istəyirəm.
A)Bəli B)Xeyr
41. Hətta biri məni vursa da, nadir hallarda zərbəyə zərbə ilə cavab verirəm.
A)Bəli B)Xeyr
42. Bəzən mənim dediyim kimi olmayanda inciyirəm.
A)Bəli B)Xeyr
43. Bəzən adamları yanımda görəndə əsəbləşirəm.
A)Bəli B)Xeyr
44. Mən heç kəsə sözün əsl mənasında nifrət etmirəm.
A)Bəli B)Xeyr
45. Mənim prinsipim belədir: —heç vaxt yadlara etibar etmə.
A)Bəli B)Xeyr
46. Biri məni əsəbləşdirəndə mən onun haqqında düşündüyün hər şeyi onun üzünə deməyə hazıram.

A)Bəli B)Xeyr

47. Sonradan peşmançılığını çəkdiyim çoxlu şeylər edirəm.

A)Bəli B)Xeyr

48. Mən hirslənəndə kimi isə vura bilərəm.

A)Bəli B)Xeyr

49. On yaşımdan bəri mən möhkəm hirslənməmişəm.

A)Bəli B)Xeyr

50. Çox vaxt özümü partlamağa hazır olan barıt çəlləyinə bənzədirəm.

A)Bəli B)Xeyr

51. Mənim nə hiss etdiyimi bilsəydilər məni yola gediləsi mümkün olmayan adam hesab edərdilər.

A)Bəli B)Xeyr

52. Həmişə düşünürəm ki, görəsən hansı gizli səbəblər insanları mənə, mənə xoş olan bir şey etməyə məcbur edir.

A)Bəli B)Xeyr

53. Mənim üstümə qışqıranda mən də cavabında qışqırıram.

A)Bəli B)Xeyr

54. Uğursuzluqlar məni məyus edir.

A)Bəli B)Xeyr

55. Mən başqaları ilə nə tez – tez, nə də gec – gec dalaşmıram.

A)Bəli B)Xeyr

56. Çox acıqlı olduğum üçün əlimə keçən hər şeyi bir-bir sındırdığım yadıma gəlir.

A)Bəli B)Xeyr

57. Bəzən hiss edirəm ki, davanı birinci başlamağa hazıram.

A)Bəli B)Xeyr

58. Bəzən hiss edirəm ki, həyat mənimlə ədalətsizcəsinə rəftar etmişdir.

A)Bəli B)Xeyr

59. Əvvəllər elə bilirdim ki, insanların çoxu düz danışır, amma indi buna inanmıram.

A)Bəli B)Xeyr

60. Ancaq hirslənəndə söyüş söyürəm.

A)Bəli B)Xeyr

61. Düzgün hərəkət etməyəndə vicdan əzabı çəkirəm.

A)Bəli B)Xeyr

62. Əgər öz hüquqlarımı müdafiə etmək üçün güc tətbiq etmək lazımdırsa, mən bunu edərim.

A)Bəli B)Xeyr

63. Bəzən öz qəzəbimi stolı çırpmaqla ifadə edirəm.

A)Bəli B)Xeyr

64. Xoşuma gəlməyən adamlara qarşı münasibətdə bir qədər kobud oluram.

A)Bəli B)Xeyr

65. Mənim mənə ziyan vura biləcək düşmənlərim yoxdur.

A)Bəli B)Xeyr

66. Mən hər hansı bir adamı o, buna layiq olsa da, yerində oturma bilmirəm.

A)Bəli B)Xeyr

67. Çox vaxt düşünürəm ki, düzgün yaşamıram.

A)Bəli B)Xeyr

68. Məni dalaşmağa vadar edə biləcək adamlar tanıyıram.

A)Bəli B)Xeyr

69. Xırda şeylərə görə məyus olmuram.

A)Bəli B)Xeyr

70. İnsanların məni hirsləndirməyə və ya təhqir etməyə cəhd etmələri haqqında fikir mənim başıma nadir halda gəlir.

A)Bəli B)Xeyr

71. Çox vaxt insanları sadəcə olaraq hədələyirəm, amma hədələri həyata keçirmək niyyətim olmur.

A)Bəli B)Xeyr

72. Son vaxtlar mən çox zəhlətökən olmuşam.

A)Bəli B)Xeyr

73. Mübahisə edəndə çox vaxt səsimi qaldırıram.

A)Bəli B)Xeyr

74. İnsanlara olan pis münasibəti gizlətməyə çalışıram.

A)Bəli B)Xeyr

75. Nəyə görə isə mübahisə etməkdənsə razılaşsam yaxşıdır.

A)Bəli B)Xeyr

“Hamiltonun təşviş reytingi cədvəli”

1. Təşviş əhval-ruhiyyəsi

Narahatlıq, qıcıqlıq və qeyri-təhlükəsizlik hissləri; Əksər hallarda ən pis nəticəni gözləmək.

0-Yoxdur

1-Yüngül dərəcədə ifadə olunub

2-Orta dərəcədə ifadə olunub

3-Ağır dərəcədə ifadə olunub

4-Kəskin ağır dərəcədə ifadə olunub

2. Gərginlik

Rahatlıq tapa bilməmək, əsəbilik, bədən gərginliyi, titrəmələr, təşviş nəticəsində yorğunluq. Diksinmələr; ağlamağa meyllilik.

0-Yoxdur

1-Yüngül dərəcədə ifadə olunub

2-Orta dərəcədə ifadə olunub

3-Ağır dərəcədə ifadə olunub

4-Kəskin ağır dərəcədə ifadə olunub

3. Qorxular

İnsan kütləsi arasında olmaqdan, qaranlıqdan, tanış olmayan insanlardan, tək qalmaqdan, heyvanlardan, ictimai yerlərdə olmaqdan və digər qorxular.

0-Yoxdur

1-Yüngül dərəcədə ifadə olunub

2-Orta dərəcədə ifadə olunub

3-Ağır dərəcədə ifadə olunub

4-Kəskin ağır dərəcədə ifadə olunub

4. Yuxu pozuntuları

Son üç gündə yuxu müddəti və dərinliyi qiymətləndirilir. Yuxuya çətinliklə getmə, gecə vaxtı tez-tez oyanma, yuxu zamanı qarabasmalardan əziyyət çəkmə, səhərlər yuxudan oyanarkən zəiflik və yuxudan doymamaq hissi.

0-Yoxdur

1-Yüngül dərəcədə ifadə olunub

2-Orta dərəcədə ifadə olunub

3-Ağır dərəcədə ifadə olunub

4-Kəskin ağır dərəcədə ifadə olunub

5. Zehni pozuntular

Diqqəti cəlb etmək qabiliyyətində, gündəlik məsələlər barəsində qərar qəbul etmək bacarığında və yaddaşıla bağlı zəiflik və çətinlik.

0-Yoxdur

1-Yüngül dərəcədə ifadə olunub

2-Orta dərəcədə ifadə olunub

3-Ağır dərəcədə ifadə olunub

4-Kəskin ağır dərəcədə ifadə olunub

6. Depressiv əhval-ruhiyyə

Həyata marağın azalmasının, anhedoniyanın (zövq almağın itməsi); Qüssənin, depressiyanın, ümitsizliyin, köməkəsizlik və bacarıqsızlıq hisslərinin verbal və qeyri-verbal əlamətləri. Gün ərzində əhval-ruhiyyənin qeyri-sabitliyi.

0-Yoxdur

1-Yüngül dərəcədə ifadə olunub

2-Orta dərəcədə ifadə olunub

3-Ağır dərəcədə ifadə olunub

4-Kəskin ağır dərəcədə ifadə olunub

7. Somatik əzələ simptomları

Əzələ zəifliyi, əzələ gərginliyi, əzələlərdə və oynaqlarda yerli və ya yayılmış ağrılar, səsin qəflətən kəsilib batması; Əzələ tonusun yüksəlməsi və klonik qıcolmalar.

0-Yoxdur

1-Yüngül dərəcədə ifadə olunub

2-Orta dərəcədə ifadə olunub

3-Ağır dərəcədə ifadə olunub

4-Kəskin ağır dərəcədə ifadə olunub

8. Somatik sensor simptomları

Qulaqlarda küyün olması, görmənin bulanıq olması, istilik və ya soyuqluq qabarmaları, gizildəmələr və s.

0-Yoxdur

1-Yüngül dərəcədə ifadə olunub

2-Orta dərəcədə ifadə olunub

3-Ağır dərəcədə ifadə olunub

4-Kəskin ağır dərəcədə ifadə olunub

9. Ürək-damar somatik simptomları

Taxikardiya, ürəkdöyülmələr, sinədə olan ağrılar; damarlarda güclənmiş nəbzin hiss olunması, ürəkgetmə hissiyyatı.

0-Yoxdur

1-Yüngül dərəcədə ifadə olunub

2-Orta dərəcədə ifadə olunub

3-Ağır dərəcədə ifadə olunub

4-Kəskin ağır dərəcədə ifadə olunub

10. Respirator somatik simptomları

Sinənin və ya boğazın sıxılma hissi; Boğulma hissi; Təngnəfəslik.

0-Yoxdur

1-Yüngül dərəcədə ifadə olunub

2-Orta dərəcədə ifadə olunub

3-Ağır dərəcədə ifadə olunub

4-Kəskin ağır dərəcədə ifadə olunub

11. Gastrointestinal somatik simptomları

Udğunmanın çətin olması, dispepsiya (mədədə qıcqırma hissi, yeməkdən sonra qarın ağrıları, qarında dolğunluq hissi, ürəkbulanma və qusma), disfagiya, qəbizlik; bədən çəkisinin azalması.

0-Yoxdur

1-Yüngül dərəcədə ifadə olunub

2-Orta dərəcədə ifadə olunub

3-Ağır dərəcədə ifadə olunub

4-Kəskin ağır dərəcədə ifadə olunub

12. Sidik-cinsiyyət şikayətləri

Bu bənd sidiyə getməyin tezləşməsi və ya sidiyə getmə ehtiyac hissənin kəskin olması kimi qeyriorqanik sidik simptomları əhatə edir. Dismenorreya, anorqazmiya, friqidlilik, eyakulyasiyanın vaxtından qabaq olması, libidonun itməsi, ejeksiyanın pozulması, cinsi zəiflik.

0-Yoxdur

1-Yüngül dərəcədə ifadə olunub

2-Orta dərəcədə ifadə olunub

3-Ağır dərəcədə ifadə olunub

4-Kəskin ağır dərəcədə ifadə olunub

13. Vegetativ simptomlar

Ağızda quruluq, dərinin qızarması, dərinin solğunluğu, tərləmə və ya başgicəllənmə.

0-Yoxdur

1-Yüngül dərəcədə ifadə olunub

2-Orta dərəcədə ifadə olunub

3-Ağır dərəcədə ifadə olunub

4-Kəskin ağır dərəcədə ifadə olunub

14. Davranış simptomları

Özünü gərgin, əsəbi, təşvişli, rahatsız hiss etmə. Təşvişli əl-qol hərəkətləri və yeriş, sifətin gərgin və qaşqabaqlı ifadəsi, tərləmələr, təngnəfəslik.

0-Yoxdur

1-Yüngül dərəcədə ifadə olunub

2-Orta dərəcədə ifadə olunub

3-Ağır dərəcədə ifadə olunub

4-Kəskin ağır dərəcədə ifadə olunub