Öz janyña kast etmegiñ psihodinamikasy

Category: Kitapcy,Nukdaýnazar,Psihologiýa
написано kitapcy | 24 января, 2025
Öz janyña kast etmegiñ psihodinamikasy ÖZ JANYŇA KAST ETMEGIŇ PSIHODINAMIKASY:

ÖZ JANYŇA KAST ETME MEÝLINIŇ AMALA AŞMAGYNA TÄSIR EDÝÄN ÜÇ MÖHÜM FAKTOR

Geçirilen barlaglar mahal-mahal öz janlaryna kast etmekden söz açýan kişileriň köplenç beýle synanşyga baş goşmaýandygy babatda halk arasynda bar bolan ynanjyň ýalňyşlygyny we öz janyna kast eden kişileriň ýarsyndan gowragynyň gönüden-göni ýa-da dürli gytaklaýyn ýollar bilen daş-töweregini habarly edýändiklerini görkezýär. Öz janyna kast etmegiň görnüşlerinden söz açmagyň özi töweregiňdäkileri kömege çagyrmakdyr. Şeýtmek bilen ol, düşen ahwalynyň agyrdygyny we janyna kast etme babatda alaçsyzlygyny mälim edip, başga bir tarapdan ýakynlaryny çagyryp, olaryň hemaýatyny gözleýär. Öz janyna kast etme pikiri psihiatrik näsaglarda duş gelýän sussupesligiň esasy sebäbidir.
Öz janyna kast etmeleri ylmy taýdan öwrenmek diýseň kyn iş. Hemmet zatdan ötri öz janyna kast eden kişi indi diri däldigi üçin onuň içki dünýäsini öwrenme mümkinçiligi bolmaýar. Aýratynam, aşakda bellenip geçiljek hususlarda bolşy ýaly, öz janyna kast etme pikiriniň gurluşy-da aşa bulaşyk bolýar. Öz janyna kast etme pikiriniň amala aşmagynda esasan üç täsiriň rol oýnaýandygy kabul edilýär: birinjisi – öz janyna kast etme

düşünjesine garşy jemgyýetiň köpçülikleýin görkezýän tutumy, ikinjisi – kişiniň daş-töwereginden gelýän mejbur etmeler, üçünjisi – bu täsirleriň şahsyň hüý-häsiýeti we şahsyýeti bilen utgaşygy.

1). Jemgyýetçilik täsirler:

Öz janyňa kast etmek boýunça statistiki maglumatlar jemgyýetine görä üýtgeýär. Bütindünýä Saglygy goraýyş guramasynyň 1967-nji ýyldaky statistiki maglumatlaryna görä, Finlandiýada, Wengeriýada, Günbatar Germaniýada 100 müňden adamdan 30 adam bolan bolsa, Filippinlerde bu san 100 müň adamdan 1 adama düşýär. Adam gatnaşyklaryny öwrenýänler käbir jemgyýetleriň öz janyňa kast etmek diýilýän zadyň nämedigini-de bilmeýändigini anyklapdyrlar. Öz janyňa kast etmek boýunça görkezijileriň käbir jemgyýetlerde mümkingadar pesdigine garamazdan, käbir jemgyýetlerde diňe bir oňlanmak bilen çäklenmän, eýsem zerurlyk ýüze çykanda hökmany ýerine ýetiräýmeli hereketleriň biri hökmünde kabul edilipdir. Skandinawiýanyň gadymy jeňbaz adamlary we gadymy grekler öz janyňa kast etmegi mukaddes ritual hasaplapdyr. Öz janyňa kast etmäge biziň döwrümizde-de, käbir Günorta Okeaniýa adalarynda hormatlanýan hereket hökmünde garalýar. Döwürdeş jemgyýetlerden Ýaponiýada öz janyňa kast etmek käbir ýörite şertlerde, mysal üçin, şahsy ýa-da jemgyýeti kemsidýän ýagdaýa garşylyk hökmünde öňe çykanda jemgyýet tarapyndan oňlanypdyr. Şol sebäpli Ikinji jahan urşunyň soňky günlerinde köp sanly ýapon daýhany golaýlaşyp gelýän duşman güýçlerine ýesir düşmejek bolup öz janlaryna kast edipdir. Döwürdeş dünýä jemgyýetleriniň aglabasy öz janyňa kast etme wakalaryna oňyn göz bilen seretmeýär. Hatda käbir toparlar öz janyňa kast etmegi günä ýa-da jenaýat hasaplaýar. Öz janyňa kast etme wakalarynyň taryhyny içgin öwrenen Dublin bu meselä gadymy döwürlerde-de çynlakaý seredilendigini, emma XIX asyryň ahyrlaryna çenli ylmy nukdaýnazardan öwrenilmändigini ýazýar (1963). Birinji gezek fransuz jemgyýeti öwreniji Emil Durkheým 1887-nji ýylda çap edilen “Le Suicide” atly monografiýasynda

bu meseläni statistiki maglumatlar we jemgyýetçilik taraplary bilen birlikde giňişleýin hem-de jikme-jik öwrenipdir. Durkheým bu seljermesinde jemgyýete baglylyk derejesi agdyklyk edýän kişilerde öz janyňa kast etme wakalarynyň köpçülige goşulyp gidibermeýän kişilere görä has seýrek duş gelýändigini, şeýle-de, öz janyňa kast etmegiň sallah ýa-da dul kişilerde maşgalalylardan, dindar dällerde takwa kişilerden has köpdügini aýdýar. Agzalan makalada ykdysady çökgünlik ýa-da uruşdan soňky jemgyýetçilik gymmatlyklarynyň bozulan döwürlerinde-de öz janyňa kast etme wakalarynyň artýandygy aýdylýar. Durkheým toplan maglumatlaryna esaslanyp, adamyň baglanyşykly jemgyýetçilik topary bilen gatnaşyklarynyň gowşamagynyň we toparyna kesekileşmeginiň (anomie) öz janyňa kast etme wakalarynda esasy sebäpleriň biri bolýar diýen netijä gelýär. Meşhur alymyň belläp geçişi ýaly, ýokarda agzalanlara garşylyklaýyn sebäpler we adamyň agzasy bolan jemgyýetçilik toparyna hem-de gymmatlyklaryna ýakyn gatnaşygy netijesinde ýüze çykan öz janyňa kast etme wakalary-da bar. Beýlekilere görä juda seýrek duş gelýän şeýle görnüşdäki öz janyňa kast etme wakalarynda özlerini otlaýan buddist ruhanylarynyň mysalynda bolşy ýaly adam baglanyşykly toparynyň ideýasy üçin özüni pida edýär. Durkheýmiň gelen netijeleriniň dogrudygyny soňky ýyllarda geçirilen barlaglar hem tassyklady. Häzirki ýaşap ýören asyrymyzda-da öz janyňa kast etme wakalarynyň maddy ýeter-ýetmezçilikler sebäpli barha artýandygy, ýurtlaryň ykdysady taýdan ösýän döwründe ýa-da uruş ýaly uludan-kiçä hemmeleriň umumy maksat üçin bir ýere jemlenýän ýagdaýlarynda azalýandygy duýulýar. Londondaky öz janyňa kast etme wakalaryny seljeren Sainsbury jemgyýetden çetleşme duýgusynyň şular ýaly hadysalaryň döreýşinde iň möhüm täsir bolup durýar diýen netijä gelýär (1956). Gonkong şäherinde bolup geçýän öz janyňa kast etme wakalaryny öwrenen Ýap hem şäherdäki öz janyňa kast etme wakalarynyň aýratynam oba ýerlerden göçüp gelen ýaşaýjylaryň arasynda köpdügini anyklap, jemgyýetçilik täsirleriň rolunyň bardygyny ýene bir gezek tassyklady (1958). Käbir barlagçylar bolsa, käbir jemgyýetçilik toparlarynda adam öldürme we öz janyňa kast etme

wakalarynyň ters taraplaýyndygyny, ýagny adam öldürmegiň köp gabat gelýän toparlarynda öz janyňa kast etmegiň azalýandygyny ýa-da munuň garşylyklaýyn ýagdaýlaryny görüpdirler (Havinghurst, 1969). Adam öldürme wakalarynyň köp gabat gelýän toparlarynda duşmançylyk duýgusynyň daşyna çykmagyna bu duýgularyň adamyň öz-özüne ýönelmegine päsgel berýän täsirdigi aýdylsa-da, käbir jemgyýetlerde öz janyňa kast etmegiň we adam öldürme wakalarynyň şol bir derejede ýokary ýa-da pes bolmagy beýle ýagdaýyň dogrudygyny tassyklabam durmaýar.

2). Mejbur bolma täsirleri:

Adamy öz janyna kast etmäge hyýallandyryp biljek derejedäki güýçli mejbur bolmalary Coleman (1972) üç toparda jemleýär:

1). adamyň özara gatnaşyklarynda ýüze çykan içgysmalar;
2). şowsuzlyga uçrap öz gözünde özüni hiç kim saýmagy;
3). durmuşynyň manysynyň gaçmagy we umydyny ýitirmegi.

Aýratynam soňky täsire öz janyna kast etme wakalarynyň köpüsinde duş gelinýär. Adamlar başdan geçirip ýören agyr şertleriniň wagty gelende soňlanjakdygyna we birnäçe zadyň düzeljekdigine bolan umytlaryny ýitirmedik ýagdaýynda, şonça-da durmuşlaryny dowam etmek üçin jan edýärler. Munuň tersine ölüm howply kesele ýolugan wagtynda, hatda ölmegine sanlyja sagat galan käbir adamlaryň sap şahsy sebäpler sebäpli öz janyna kast edýändigine gabat gelinýär. (Farberow, Schneidman, Leonard, 1963).

3). Şahsy täsirler:

Adamyň duş gelýän mejbur bolma ýagdaýlaryna bildirýän garşylygy onuň şahsyýetiniň çydamlylygyna baglydyr. Birnäçe adam eýgerip bolmajak mejbur bolma ýagdaýlaryna duş gelende “Işler ugruna bolmasa öz janyma kast edip dynaýaryn!” pikiri bilen soňky gaçybatalgasynyň bardygyny aňlarynda aýlap gezseler-de, bu olaryň öz janyna kast etmäge hyýallanandygyny aňlatmaýar. Muňa derek kämilleşmedik şahsyýet gurluşy bolan biri hötdesinden gelip bilmejekdigine ynanýan işine

gabatlaşanda öz janyna kast edip bilýär. Freýd ilkibaşda depressiýany we onuň yzyndan gelýän öz janyna kast etmäni söýgi obýekltine gönükdirilen hüjüm hökmünde düşündirýär (1959), emma soňra ölüm instinktiniň täsirini artdyryp, adamyň öz-özüne gönükmegi görnüşinde düşündiripdir. Şilder öz janyna kast etmäniň bir taraply pikir bolman, käbir bulaşyk psihologik mehanizmleriň umumy netijesidigini öňe sürýär (1951). Onuň pikiriçe öz janyna kast etme başga bir adama göz etmek üçin dörän gaharyň özüne gönükmegi bilen birlikde mähir-şepagatyny gysganan şol adamy jezalandyrmagyň ýa-da onuň bilen bir ýoluny tapyp ýaraşmak isleginiň we şol bir wagtyň özünde bäs gelip bolmaýan kynçylyklardan gaçmagyň akamatydyr. Bernfeld bolsa öz janyna kast etme babatyndaky klassyky kesgitlemesinde şeýle diýýär: “Öz janyna kast eden kişi hakykatda başga adamy öldürmek isleýär. Onuň öz janyna kast etmäge girişmegi üçin güýçli ýagdaýda öz-özüne baglanmagy gerek. Ýöne şol wagt ol adam özüni öldürmek bilen bir hatarda öň söýen we soňra ýigrenen ikinji birini öldürip biljekdigine ynanýar. Aýratynam özüni öldürip dynma isleginden ötri duýýan günäkärliginiň garşylygynam ýerine saldygy bolýar (1993)”. Çagalyk ýyllarynda adaty mähir-muhabbetden binesip galan kişileriň gelejekki durmuş ýolunda-da hiç kim tarapyndan söýülmezligi we halanylmazlygy duýgusynyň dowam etmegi jana kast ediş wakalarynda möhüm rol oýnaýan faktordyr. Geçirilen giň gerimli barlaglar jana kast etme bilen ene-atanyň biriniň ölen wagtynyň belli gününiň belleýän gününiň arasynda statitsiki taýdan manydar korelasyonun bardygyna yşarat edýär. (Bunch, Barraclough, 1971).

Adamyň özüne bolan hormaty we şahsyýetiniň integrasiýasy ýitirilen obýekte garaşly bolup galan ýagdaýynda öz janyna kast etmek täzeden birikmegiň ýeke-täk ýoly hökmünde görlüp bilner. Öz janyna kast etmäge girişilen pursatynda adamyň öz içindäki ruhy ýagdaýy-da şeýle herekete itermekde möhüm rol oýnaýar. Ynamyny we göreşme güýjüni ýitiren kişi köplenç özüne gönügip, başyna inenlere düşünmäge we bir alajyny tapmaga synanyşýar. Şeýle-de bolsa, agyr mejbur bolmalaryň garşysynda adamyň mantykly düşünjesi-de bozulýar. Öz janyna kast

etmeleriň 75%-i iHi SO-nyň agyr depressiýa ýagdaýlary netijesinde orta çykýandygy we depressiýanyň düýp mazmunynyň agyr bulaşyklyk duýgusyndadygy göz öňüne tutulanda, kişiniň başga çykalga ýollaryny nämüçin gözlemändigine düşünmek kyn däl. Käbir ýagdaýlarda adama agalyk edýän mantyga ters düşünjä öýke-kine, gahar-gazap, duşmançylyk we öç alma duýgulary-da goşulyp bilýär. Bular ýaly öz janyna kast etme pikiri aýratynam adamyň yzynda galdyran hossarlaryny ölümine sebäpkär kylyp biljek ýagdaýlarda ýüze çykýar. Şeýle-de şol bir sebäpler bilen käbir öz janyna kast etme wakalary dramatik we göz görkezmek ýagdaýlaryny öz içine alýar. Üýşen märekäniň öňünde şäheriň belent binasyndan ýa-da diňinden özüni aşak oklap janyna kast eden adamlaryň belki-de bütin dünýä bolan öýke-kinesini mälim edip we şol güne çenli sussypes hem-de üns berilmän galan durmşlaryna bir pursatlykça-da bolsa hemmeleriň ünsüni çekmegi umyt edendir diýip düşünse bolar. Tuckman we onuň ýoldaşlary 742 sany öz janyna kast etme wakalary boýunça geçiren barlagynda şolaryň 24%-niň hoşlaşyk hatyny ýazandygyny anyklapdyrlar (1959).

• Ylmy barlagçylar galdyrylan hatlaryň mazmunyny dört toparda jemleýär:

1). Ýakynlaryndan ötünç soraýan, olara mähir-söýgi we ýürek duýgusyny beýan edýän oňyn hatlar.

2). Töweregindäkilere bolan öýke-kinesini gönüden-göni mälim edýän ýa-da özüne gargynýan formada nägilelik bildirip ýazylan negatiw hatlar.

3). Duýguçyllykdan daş, köplenç polisiýa we jemgyýetçilik edaralaryna ýüzlenip ýazylan ýa-da sözbaşysyz başly-barat ýazylan neýtro hatlar.

4) Oňyn duýgulara we öz-özüne gönükdirilen duşmançylyk duýgularyna ýugrulyp ýazylan garyşyk duýguly hatlar.
Öz janyna kast etme meselesinde geçirilen barlaglaryň ýene bir bölegi-de netije bilen tamamlanmadyk synanşyklary öwrenipdir.

Adamlaryň köpüsi soňlanman galan öz janyna kast etme synanşygyna giren adamyň töweregindäki birnäçe adamy ýa-da adamlary öz isleýän zadyna razy etmek maksady bilen şeýle ýagdaýa ýüz urýandygyna ynanýar.

Bu meselede giňişleýin barlaglary geçiren Stengeliň we Kukyň (1958) gelen netijesini şu aşakdaky ýaly görnüşde berip bolar:

1). Öz janyna kast etme synanşygy maksadyna ýeten jana kast etmeden tapawutly hereketdir we aýratyn özüňi alyp baryş formasy hökmünde seljerilmegi gerek.

2). Öz janyna kast etmäge synanyşan adam bu hereketi bilen töweregindäkilere yşarat ediji we näme edýändigini özü-de bilmän göýä “dat, maňa kömek ediň!” diýýän ýaly ýalbarýar. Çekýän kynçylyklaryna başga çykalga tapmandygy üçin şeýle hereket arkaly çözgüt gözleýär. Bular ýaly ýagdaýda öz janyna kast etmäge synanyşýan adam köplenç özü-de bilmän haraýyna ýetişiler we kömek ediler ýaly mümkinçilikleri açyk goýýar.

3). Hakyky öz janyna kast etme wakasy adamyň durmuşyna, hususanam ýakyn töweregi bilen gatnaşyklary babatda möhüm üýtgeşmeleri döredýär. Bu hereketiň soňunda hassahana ýerleşdirilen adam ol ýerde belli bir wagta çenli ýatýar we töwereginde bolup geçýän wakalar başgaça bolmaga başlaýar. Bu bolýan üýtgeşmeler onuň göwnüne ýaraýar. Çünki olam eýýäm doly üýtgeýär, superegosynyň isleglerine eýerip etmişleriniň öwezini dolmak isleýär. Şol sebäpli ölüm bilen oýnan oýnunyň netijesinde gazanan zadyny, ýagny durmuşyny batyrgaýlygynyň beren miwesi hökmünde kabul edýär.

Geçirilen barlaglar mahal-mahal öz janlaryna kast etmekden söz açýan kişileriň köplenç beýle synanşyga baş goşmaýandygy babatda halk arasynda bar bolan ynanjyň ýalňyşlygyny we öz janyna kast eden kişileriň ýarsyndan gowragynyň gönüden-göni ýa-da dürli gytaklaýyn ýollar bilen daş-töweregini habarly edýändiklerini görkezýär. Öz janyna kast etmegiň görnüşlerinden söz açmagyň özi töweregiňdäkileri kömege

çagyrmakdyr. Şeýtmek bilen ol, düşen ahwalynyň güýçlüdigini we janyna kast etme babatda alaçsyzlygyny mälim edip, başga bir tarapdan ýakynlaryny çagyryp, olaryň hemaýatyny gözleýär. Gynansak-da, bu çakylygy köplenç öz janyna kast etjek bolýanyň ýakynlary aňşyrman galýar ýa-da üns bermeýär. Öz janyna kast etmäge meýilleňýän adam ýaşaýşa bolan höwesini, umydyny bütinleý ýitirensoň, bu çakylygy bilen ýakynlaryndan goldaw hantama bolup we özüne üns berilmegini isläp iň soňky ýapyşalgasyna ýapyşýar, ondanam zat çykmasa, soň niýetine düwen işini edip dynýar. Birnäçe öz janyna kast etme pikiriniň affektiw bozuklygynyñ hindilerde köp duş gelýändigi mälimdir. Hususanam bular ýaly öz janyna kast etmeleriň kesgitleýji täsirleriniň psihologiki tarapynyň bolşy ýaly biologiki tarapynyňam bardygyny aýtsa bolar. Çünki depressiw näsaglarda geçirilen psihoterapiýa barlaglary öz janyna kast etme meýliniñ (расположение) agramly böleginiň biohimiki üýtgeşmelere goşmaça garşylykdygyny görkezdi. Şol sebäpli çynlakaý öz janyna kast etme meýliniñ görkezen kişileriň aglabasynda psihoterapiýanyň ýeke özüniň ýeterlik däldigini we psihoterapiýa bilen birilikde somatik bejergileriňem edilmelidigini birnäçe ylmy barlagçy tarapyndan bellenip geçilipdi.

Engin GEÇTAN “Psikodinamiki psihatriýa we adatdan daşary özüňi alyp baryşlar”.

Terjime eden: Has TÜRKMEN. Psihologiýa