

PECULIARITIES OF ANXIETY DISORDERS IN ADOLESCENCE



Emilia Igidova¹

UDC: 159.922:616.89-008.451

LBC: 88.5:88.53

HoS: 102

DOI: 10.33864/2790-0037.2025.v6.i4.140-145

Keywords:

Adolescence,
Excitement,
Anxiety,
Social,
Phobia,
School,
Family,
Brain,
Depression

ABSTRACT

Anxiety disorder is a condition in which a teenager feels anxious. Failure to intervene in these disorders in a timely manner can seriously affect the mental and physical health of the teenager. Untreated anxiety disorder can lead to a decrease in the quality of education at school and the formation of an aggressive attitude towards parents and people close to them. Such teenagers are often tired, their communication circles are weak. A state of anxiety that lasts for a long time can also lead to the emergence of other disorders (such as depression, eating disorders, and conduct disorders). Anxiety disorders in adolescents can be caused by a variety of factors, including genetics, brain chemistry, personality traits, negative traumatic events, and family dynamics. Sometimes it happens that the exact cause of anxiety disorders cannot be determined. In some cases, the cause remains unknown. Studies conducted on twins show that sometimes the tendency to anxiety disorders is hereditary. This may be due to differences in humoral regulation and nervous system activity. In certain circumstances, anxiety is considered a normal reaction of the body and may also depend on the motives of a certain action. Anxiety is always directed towards the future and manifests itself as a fear of what may happen. Emotional disorders arise from the inability of adolescents to understand their own needs, which can sometimes cause them to lose their critical thinking.

Sometimes, mental disorders found in parents, drug and alcohol addiction, and gambling addiction can lead to the development of anxiety disorders.

Therefore, timely and correct intervention plays an important role in preventing the problem. misty, personality traits, negative traumatic events, and family dynamics.

¹ Lecturer, PhD candidate, Department of Psychology, Baku State University; Baku, Azerbaijan

E-mail: emiliya1468@mail.ru

<https://orcid.org/0009-0009-2569-3951>

To cite this article: Igidova, E. [2025]. Peculiarities of Anxiety Disorders in Adolescence. *History of Science journal*, 6(4), pp.140-145.

<https://doi.org/10.33864/2790-0037.2025.v6.i4.140-145>

Article history:

Received: 12.05.2025

Accepted: 15.09.2025



Copyright: © 2025 by AcademyGate Publishing. This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the CC BY-NC 4.0. For details on this license, please visit <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>.

YENİYETMƏLİK DÖVRÜNDƏ TƏŞVİŞ-HƏYƏCAN POZUNTULARININ XÜSUSSİYYƏTLƏRİ



Emiliya İgidova¹ 

UOT: 159.922:616.89-008.451

KBT: 88.5:88.53

HoS: 102

DOI: 10.33864/2790-0037.2025.v6.i4.140-145

Açar sözlər:

Yeniyetməlik,
Həyəcan,
Təşviş,
Sosial,
Fobiya,
Məktəb,
Ailə,
Beyin,
Depressiya

ANNOTASIYA

Təşviş həyəcan pozuntusu yeniyetmənin narahatlıq keçirdiyi bir vəziyyətdir. Bu pozuntulara zamanında müdaxilə olunmaması yeniyetmənin psixi və fiziki sağlamlığına ciddi təsir edə bilər. Müalicə olunmayan həyəcan pozuntusu özü ilə məktəbdə təhsilin keyfiyyətinin aşağı düşməsi, valideynlərə və yaxın ətrafın insanlarına qarşı aqressiv münasibətin formalaşmasına da səbəb ola bilər. Belə yeniyetmələr çox vaxt yorğun olur, ünsiyyət dairələri zəif olur. Uzun müddət davam edən həyəcan vəziyyəti isə özü ilə yanaşı (depressiv, qida, davranış pozuntusu kimi) digər pozuntuların da üzə çıxmasına səbəb olur. Yeniyetmələrdə təşviş pozuntuları genetik, beyin kimyası, şəxsiyyət xüsusiyyətləri, mənfi travmatik hadisələr və ailə dinamikası kimi müxtəlif amillərdən qaynaqlana bilər. Bəzən elə olur ki, təşviş pozuntularının tam səbəbin müəyyənləşdirmək olmur. Bəzi hallarda səbəb naməlum olaraq qalır. Əkilər üzərində aparılan tədqiqatlar göstərir ki, bəzən təşviş pozuntusuna meyl irsi xarakter daşıyır. Bu, humoral tənzimləmə və sinir sisteminin fəaliyyətindəki fərqlərə görə ola bilər. Müəyyən şəraitlərdə həyəcanlanmaq bədənin normal reaksiyası hesab olunur və hansısa bir hərəkətin motivlərindən də asılı ola bilər. Narahatlıq həmişə gələcəyə yönəlib və baş verə biləcək qorxu kimi özünü göstərir. Emosional pozuntular yeniyetmələrin öz tələbatlarının dərk edə bilməməsindən irəli gələrək onlarda bəzən tənqidiliyin itməsinə də səbəb ola bilər.

Bəzən isə valideynlərdə rast gəlinən psixi pozuntular, narkotik və yetkinlərdə narahatlığa alkoqol və qumar asılılığı kimi vəziyyətlər təşviş həyəcan pozuntusunun yaranmasına gətirib çıxara bilər.

Bu səbəbdən də zamanında düzgün müdaxilənin olunması problemin qarşısının alınmasında mühüm rol oynayır.

¹ Bakı Dövlət Universiteti Psixologiya kafedrasının müəllim, disertantı; Bakı, Azərbaycan

E-mail: emiliya1468@mail.ru

<https://orcid.org/0009-0009-2569-3951>

Məqaləyə istinad: İgidova, E. [2025]. Yeniyetməlik Dövründə Təşviş-Həyəcan Pozuntularının xüsusiyyətləri. *History of Science jurnalı*, 6(4), səh.140-145.

<https://doi.org/10.33864/2790-0037.2025.v6.i4.140-145>

Məqalənin tarixçəsi:

Məqalə redaksiyaya daxil olmuşdur: 12.05.2025

Təkrar işlənməyə göndərilmişdir: 12.05.2025

Çapa qəbul edilmişdir: 15.09.2025



ОСОБЕННОСТИ ТРЕВОЖНЫХ РАССТРОЙСТВ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ



Эмилия Игидова¹ 

УДК: 159.922:616.89-008.451

ББК: 88.5:88.53

НоS: 102

DOI: 10.33864/2790-0037.2025.v6.i4.140-145

Ключевые слова:

Подростковый
возраст,
Волнение,
Тревожность,
Социальный,
Фобия,
Школа,
Семья,
Мозг,
Депрессия

АННОТАЦИЯ

Тревожное расстройство - это состояние, при котором подросток испытывает тревогу. Несвоевременное вмешательство в эти расстройства может серьёзно повлиять на психическое и физическое здоровье подростка. Нелеченное тревожное расстройство может привести к снижению качества образования в школе и формированию агрессивного отношения к родителям и близким. Такие подростки часто испытывают усталость, их круг общения ограничен. Длительное состояние тревоги также может привести к возникновению других расстройств (таких как депрессия, расстройства пищевого поведения и расстройства поведения). Тревожные расстройства у подростков могут быть вызваны различными факторами, включая генетику, химию мозга, черты личности, негативные травмирующие события и семейную динамику. Иногда бывает так, что точную причину тревожных расстройств установить не удаётся. В некоторых случаях причина остаётся неизвестной. Исследования, проведённые на близнецах, показывают, что иногда склонность к тревожным расстройствам является наследственной. Это может быть связано с различиями в гуморальной регуляции и активности нервной системы. При определённых обстоятельствах тревога считается нормальной реакцией организма и может также зависеть от мотивов определённого действия. Тревога всегда направлена в будущее и проявляется как страх перед тем, что может произойти. Эмоциональные расстройства возникают из-за неспособности подростков осознать собственные потребности, что порой может приводить к потере критического мышления.

Иногда психические расстройства, обнаруженные у родителей, наркотическая и алкогольная зависимость, а также игромания могут привести к развитию тревожных расстройств.

Поэтому своевременное и правильное вмешательство играет важную роль в профилактике проблемы. травмирующие события и семейная динамика.

¹ Преподаватель, докторант кафедры Психологии, Бакинский государственный университет; Баку, Азербайджан

E-mail: emiliya1468@mail.ru

<https://orcid.org/0009-0009-2569-3951>

Цитировать статью: Игидова, Э. [2025]. Особенности тревожных расстройств в подростковом возрасте. *Журнал History of Science*, 6(4), с.140-145.

<https://doi.org/10.33864/2790-0037.2025.v6.i4.140-145>

История статьи:

Статья поступила в редакцию: 12.05.2025

Отправлена на доработку: 13.06.2025

Принята для печати: 15.09.2025



Copyright: © 2025 by AcademyGate Publishing. This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the CC BY-NC 4.0. For details on this license, please visit <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>.

1. Giriş

Yeniyyətmişlik dövrünün xarakterik xüsusiyyəti uşaqılıqdan yetkinliyə keçidin olması hesab olunur. Həm fizioloji, həmçinin də psixi inkişaf səviyyəsində nəzərə çarpan dəyişikliklər özünü büruzə verməyə başlayır. Bu dəyişikliklər prosesi yeniyyətmişlik yaş dövrünü uşaqılıqdan fərqləndirən əsas xüsusiyyət hesab olunur.

Yeniyyətmişlik yaş dövründə rast gəlinən təşviş-həyəcan pozuntularının arxasında bir sıra ciddi səbəblər dura bilər. Bu pozuntular bir çox xüsusiyyətlərinə görə gündəlik həyatımızda rast gəlinən adi həyəcan vəziyyətindən fərqlənməkdədir. Həyəcan müəyyən şəraitlərdə (məsələn, imtahan zamanı, böyük kütlə qarşısında çıxış zamanı) yaranan və qısa müddət davam edən normal emosional reaksiyadır. Həyəcan təşviş pozuntusunun isə səbəbi çox vaxt bilinmir və həmin şəxsin gündəlik həyat tərzinə ciddi şəkildə mane olur. Bu pozuntu psixoloji və fiziki simptomlarla müşayiət olunur və diaqnostik meyarlara əsasən sərhəd halında olan pozuntu kimi qiymətləndirilir. Yeniyyətmişlərdə psixovegetativ pozuntuların tezliyi və intensivliyi yaş artdıqca müxtəlif sosial və emosional amillərlə əlaqəli olaraq dəyişir [Davranış Psixologiyası Jurnalı, 2021].

Sərhəd halında olan pozuntularda emosional sabitlik, özünə qarşı tənqidi yanaşma, adekvat özünü qiymətləndirmə və davranışa nəzarət psixi pozuntularla müqayisədə qorunmuş olur. Psixozlar zamanı isə reallıq çox vaxt təhrif olunur, tənqidilik olmur. Yeniyyətmişnin emosional inkişafı erkən dövrlərdə formalaşmış valideyn-uşaq münasibətləri ilə sıx bağlıdır [Gilmore & Meersand, 2014, s.27].

2. Yeniyyətmişlik yaş dövrü

Yaş anlayışının təkcə fizioloji deyil, həmçinin psixoloji anlayış olduğunu bilirik. Yeniyyətmişnin fiziologiyasının və beyin strukturlarının kəskin inkişaf etməsi nəticəsində onun psixikasında və şəxsiyyət sferasında ciddi dəyişikliklər formalaşır. Yeniyyətmişlik yaş dövrü şəxsiyyətin formalaşması və emosional dəyişkənliklərin baş verməsi ilə xarakterizə olunan kritik bir mərhələdir [Jackson & Goossens, 2020, s.88].

10-12 yaşdan başlayaraq yeniyyətmiş psixoloji və fizioloji cəhətdən yetkinləşməyə başlayır. Onların psixikasının yeni xüsusiyyətləri arasında mühüm yeri ətrafdakıların onlar haqqında hansı fikirdə olması tutur. Psixoloji müdafiə mexanizmləri - "Mən" konsepsiyası ilə aktual təcrübə arasında uyğunsuzluğu dərk etmə mexanizmidir. Fərdin digər təsəvvür, hiss və ideyaları ilə ziddiyətdə olan təsəvvür və hisslər diskomfort psixoloji vəziyyətin əmələ gəlməsinə səbəb olur. İnsan daxili tarazlığa nail olmaq tələbatını hiss etdikdə, bu tarazlığı bərpa etməyə kömək edən müxtəlif vasitələrə əl atmağa çalışır. Yeniyyətmişlik dövründə yaşanan psixoloji travma sonrakı həyat mərhələlərində əhval və nevroitik pozuntuların inkişaf riskini əhəmiyyətli dərəcədə artırır [Jaiswal & Dongare, 2021].

İnsan orqanizminin inkişafında fiziki və psixoloji amillərin qarşılıqlı əlaqəsi mühüm rol oynayır. Orqanizm - inkişaf edən bir sistem kimi götürsək bu bağlılığı aydın şəkildə görə bilirik. Bilirik ki, yaş anlayışı yalnız fizioloji göstəricilərdən ibarət deyil. Buurda psixikanın yaşa uyğun inkişaf etməsi də mühüm rol oynayır.

Psixoloji yaş dedikdə, insanın müəyyən həyat dövründə qarşılaşdığı problemləri necə dərk etməsi, onların mahiyyətini anlama səviyyəsi və ətrafındakı insanlarla münasibətlərinin forması nəzərdə tutulur. Bu, insanın emosional və sosial yetkinliyini də əhatə edir.

Yeniyyətmişlər bu dövrdə müxtəlif psixoloji müdafiələrdən istifadə edirlər. Yeniyyətmişlər arasında daha sıx rast gəlinən müdafiə mexanizmlərindən biri də proyeksiyadır. Proyeksiya - ətrafdakıların qarşılıqlı münasibət zamanı əmələ gələn mənfi emosiyaları zəiflətməyə yönəlmiş psixoloji mexanizmdir. Bu müdafiə forması psixofizioloji baxımdan mürəkkəbdir. Əgər bu müdafiədən fəal və davamlı şəkildə istifadə olunarsa, nəticədə şəxs özünəheyranlıq, qürur, inciklik, qısqanclığa meyllilik kimi xüsusiyyətlər

formalaşa bilər. Nevrotiklik yeniyetmələrdə müxtəlif yuxu problemləri ilə sıx əlaqəlidir [Gau, 2000, s.345].

3. Həyəcan təşviş pozuntularının əsas əlamətləri

Həyəcan-təşviş pozuntusunun əsas əlamətləri arasında utancaqlıq, qıcıqlandırıcılara qarşı həssaslıq, ictimai yerlərdən uzaqlaşma və s. ola bilər. Bəzən bu əlamətlər olmadan da təşviş pozuntusu müşahidə edilə bilər. Bu cür hallarda pozuntu qərarlılıq, özünəinamın aşağı olması şəklində təzahür edə bilər. Psixi pozuntuların diaqnostikası zamanı həm fərdi psixoloji xüsusiyyətlər həm də onun sosial şərait nəzərə alınmalıdır [Kəngərli, 2019, s.45].

Bəzən isə elə olur ki, valideyin uşağın problemin həll etməkdə aciz olur. Uyğunsuz davranışlar, insanın gündəlik fəaliyyətinə mənfi təsir göstərən və sosial mühitlə qarşıdurmalar səbəb ola bilən psixoloji pozuntular kimi xarakterizə olunur [Sarason & Sarason, 2005, s.12].

Təşviş pozuntusu xoşagəlməz şəraitlə və ya mənfi gözləntilərlə də əlaqəli ola bilər. Psixoloqlar valideyinlərlə işi vacib və çox mürəkkəb bir fəaliyyət hesab edir [Şəfiyeva, 2012, s.253].

Məsələn: iki məktəblini götürək - hər ikisi sinif yoldaşları ilə birlikdə teatra və ya başqa bir yerə getmək istəmir. Psixoloji testlər vasitəsilə aparılan diaqnostika zamanı birinin getməmə səbəbi olaraq sadəcə yorğunluq qeyd edilə bilər. Digərinin isə sinif yoldaşlarının ona pis davranacağından qorxaraq təşviş, narahatlıq keçirdiyi ortaya çıxa bilər. Bu zaman ikinci hal təşviş-həyəcan pozuntusu kimi dəyərləndirilir. Dsm 5 və XBT 11 kimi beynəlxalq təsnifatlarda məktəbdən qorxmaq, getmək istəməmək kimi diaqnoz mövcud olmasa da yeniyetmələrdə bir sıra nevroitik pozuntuların təzahüründə məktəblə əlaqəli təşviş- həyəcan pozuntularına rast gəlinməkdədir. Depressiv pozuntu, əhvalın enməsi, maraq və həvəsin itməsi, gündəlik vərdişlərin dağılması kimi simptomlarla xarakterizə olunur [Amerika Psixiatriya Assosiasiyası, 2013, s.160]. Bütün bunlar adətən “məktəbdən imtina” adı altında təsvir edilir.

Həyəcan təşviş pozuntusunun yaranmasında uşaqların narahat valideyinlər tərəfindən tərbiyə olunması amili də mühüm rol oynayır. Bəzən valideyinin hiperhimayəsi, yüksək tələbkarlığı, xırdaçılığı həyəcan təşviş pozuntulu yeniyetmənin formalaşmasına səbəb ola bilər.

Əksər təşviş pozuntularının yaranma səbəbləri arasında sinir sisteminin zəifliyindən əlavə təhlükə hissi də əsas yer tutur.

Yeniyetmələrdə təşviş pozuntularının inkişafı irsi faktorlar, inkişaf xüsusiyyətləri koqnitiv xüsusiyyətlər o cümlədən, genetik faktorlar və sosial təsirlərdən asılı olaraq dəyişilə bilər.

İrsi faktorlar da həyəcan təşviş pozuntusunun səbəb olar və belə hallarda mütəxəssislər düzgün anamnestik qiymətləndirmə aparmalıdır. *Məsələn:* valideyinlərlə müxtəlif sorğu və testlərin yaxud digər diaqnostik metodların da aparılması bura aid ola bilər.

Klinik-psixoloji diaqnostika fərdin psixi vəziyyətini qiymətləndirmək üçün müşahidə, müsahibə və test üsullarından istifadə edir [Şəfiyeva, 2013, s.52].

4. Nəticə

Yeniyetməlik dövründə sürətli fiziki və psixoloji dəyişikliklər, sosial təzyiqlər və gələcəyə dair qeyri-müəyyənliklər həyəcan və təşviş pozuntularının yaranmasına zəmin yaradır.

Bu narahatlıqlar akademik fəaliyyətə, sosial münasibətlərə və emosional rifaha mənfi təsir göstərdiyi üçün erkən psixoloji dəstək mühüm əhəmiyyət daşıyır [Jackson & Goossens, 2020, p.211].

Yekun olaraq onu qeyd edə bilərik ki, əgər nevroitik həyəcan təşviş pozuntusu vaxtında müalicə olunmursa sinir sisteminin zəifləməsinə və yanaşı xəstəliklərin də əmələ gəlməsinə səbəb ola bilər. Burada lazım gələrsə medikamentoz müalicənin də tətbiqi vacib rol oynayır.

Dərman emosional gərginliyi azaltmağa, narahatlığı aradan qaldırmağa və normal yuxunu bərpa etməyə kömək edir.

5. REFERENCES

1. Shafiyeva, E. (2013). *Clinical-psychological diagnostic methods*. Baku. (in Azerbaijani)
2. Shafiyeva, E. (2012). *Psychology of abnormal development*. Baku, 400 p. (in Azerbaijani)
3. Gau S. F. (2000). Neuroticism and sleep-related problems in adolescence. *Sleep*, 23(4), 495–502. (in English)
4. Jaiswal, R., & Dongare, H. (2021). Effect of Childhood Psychological Trauma on Mood and Neurotic Disorders: A Systematic Review. *International Journal for Research in Applied Science and Engineering Technology*, 9(12), 699–719. <https://doi.org/10.22214/ijraset.2021.39364> (in English)
5. Gilmore, K., & Meersand, P. (2014). *The little book of child and adolescent development*. Oxford University Press. (in English)
6. Jackson, S., & Goossens, L. (2020). *Handbook of adolescent development*. Baku: Psychology Press. (in English)
7. Kangarli, R. (2019). *Clinical psychology and psychopathology*. Baku: Science and Education. (in Azerbaijani)
8. Journal of Behavioral Psychology. (2021). Dynamics of psychovegetative disorders in adolescents. *Journal of Behavioral Psychology*, (3). (in English)
9. Sarason, I. G., & Sarason, B. R. (2005). *Abnormal psychology: The problem of inappropriate behavior*. Prentice Hall. (in English)
10. American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.; DSM-5®). American Psychiatric Publishing. (in English)

ƏDƏBİYYAT

1. Şəfiyeva, E. (2013). *Klinik-psixoloji diaqnostika metodları*. Bakı.
2. Şəfiyeva, E. (2012). *Anomal inkişafın psixologiyası*. Bakı, 400 s.
3. Gau, S. F. (2000). Nevrotiklik və yuxu ilə əlaqəli problemlər. *Sleep*, 23(4), 495–502.
4. Jaiswal, R., & Dongare, H. (2021). Uşaqlıq psixoloji travmasının əhval və nevroitik pozğunluqlara təsiri: Sisteməlik icmal. *International Journal for Research in Applied Science and Engineering Technology*, 9(12), 699–719. <https://doi.org/10.22214/ijraset.2021.39364>
5. Gilmore, K., & Meersand, P. (2014). *Uşaq və yeniyetmə inkişafının kiçik kitabı*. Oxford University Press.
6. Jackson, S., & Goossens, L. (2020). *Yeniyetmələrin inkişafı üzrə kitabça*. Bakı: Psixologiya Mətbuatı.
7. Kəngərli, R. (2019). *Klinik psixologiya və psixopatologiya*. Bakı: Elm və Təhsil.
8. Davranış Psixologiyası Jurnalı. (2021). Yeniyetmələrdə psixovegetativ pozuntuların dinamikası. *Davranış Psixologiyası Jurnalı*, (3).
9. Sarason, I. G., & Sarason, B. R. (2005). *Anormal psixologiya: Uyğunsuz davranış problemi*. Prentice Hall.
10. Amerika Psixiatriya Assosiasiyası. (2013). *Psixi pozuntuların diaqnostik və statistik təlimatı* (5-ci nəşr; DSM-5®). Amerika Psixiatriya Nəşriyyatı.