



BIZ HAR QANDAY ZO'RAVONLIKKA QARSHIMIZ!

Boboqulov Ozodjon Abdimurod o'g'li

Qashqadaryo viloyati Qamashi tumani 10 - sonli maktab

psixologi



Annotatsiya: Bolani tarbiyalash, uning salomatligi va farovonligi haqida g'amxo'rlik qilish ota-onadan katta kuch va sabr-toqat talab qiladigan mashaqqatli jarayondir. Amaliyot shuni ko'rsatadiki, hatto ota-onalar o'z farzandlariga samimiy mehr va muhabbat ko'rsatadigan farovon oilalarda ham bolaga jismoniy jazo, qo'rqitish, muloqotdan mahrum qilish yoki sayr qilish kabi tarbiya shakllaridan foydalanishi mumkin. Shu bilan birga, ko'pchilik ota-onalar bunday tarbiya taktikasini o'z farzandlarining huquqlarini poymol qilish, shuningdek, bolaning aqliy va jismoniy rivojlanishidagi mumkin bo'lgan og'ishlarning sababi ekanligini yaxshi bilishadi

Kalit so'zlar: tazyiq, zulm, ruhiy bosim, tahdid, tushkunlik, zo'rlik

KIRISH

Madaniyat darajasi past bo'lgan oilalarda, bola hayot quvonchiga emas, balki yukga aylanadigan oilalarda bolaning ahvoli ancha yomonroq bo'lishi mumkin. Agar ota-onalardan biri yoki ikkalasi ham alkogolizm yoki giyohvandlikka moyil bo'lsa yoki oila doimiy moliyaviy qiyinchiliklarga duch kelsa, vaziyat yanada og'irlashadi. Shu sababli, bugungi kunda oilada bolalarga nisbatan zo'ravonlik muammosi nafaqat muhokama qilinishi, balki uni hal qilish choralarini ko'rishi kerak bo'lgan masaladir.

Bolalarga nisbatan zo'ravonlikning oldini olishning dolzarbligi bolalarga nisbatan zo'ravonlik yoki ularning asosiy ehtiyojlarini e'tiborsiz qoldirish bolaning aqliy rivojlanishiga salbiy ta'sir ko'rsatishi, uning ijtimoiylashuvini buzishi, beparvolik va voyaga yetmaganlarning huquqbuzarligini keltirib chiqarishi bilan bog'liq. Zo'ravonlik qurbonlari bo'lgan ko'plab bolalar uydan



yoki bolalarni parvarish qilish muassasalaridan chiqib ketishadi, antisotsial xatti-harakatlarga aralashadilar va spirtli ichimliklar yoki giyohvand moddalarni iste'mol qila boshlaydilar. Erta profilaktika choralari bolalarni zo'ravonlikdan himoya qilishning eng samarali usuli hisoblanadi. Bunday hollarda, bola zo'ravonlikning u yoki bu shaklidan aziyat chekkan bo'lsa, u psixologik yordamga muhtoj, chunki psixologlarning tadqiqotlari natijalari shuni ko'rsatadiki, bolalik davrida zo'ravonlik muqarrar ravishda hissiy va xulq-atvor buzilishlari bilan birga keladi. Disfunktsional oilalar va ulardagi bolalar qanchalik tez aniqlansa, profilaktika ishlari shunchalik samarali tashkil etiladi.

Bolani har qanday zo'ravonlikdan, uning manfaatlarini e'tiborsiz qoldirishdan, ekspluatatsiya qilishdan himoya qilish zarurati zo'ravonlikning turli shakllarini va ular bilan bog'liq oqibatlarini aniqlashda vaqt va muayyan bilim talabiga aylanadi. Axir, bolalarning xavfsizligi ko'p jihatdan bolalarga nima maslahat berishimiz va nimani o'rgatishimizga bog'liq. Va bizning maslahatimiz asosida ular qiyin vaziyatda o'zlarini tutishadi. Bu qiyin vaziyatlar umuman yuzaga kelmasligiga ishonch hosil qilish bizning qo'limizda. Bugun biz bu haqida gaplashamiz.

Qanday qilib bolalarga himoyalangan, kuchli va erkin his qilishlariga yordam bera olamiz?

Bugungi kunda ko'pchilik ota-onalar tez-tez va turli yo'llar bilan farzandlari uchun qo'rquvni his qildiradi. Bunday holda, ular farzandlari bilan gaplashishlari shart. Ota-onalar bolalar bilan zo'ravonlik haqida yoshligidan gaplashishni boshlashlari va bolalar o'sib ulg'aygan sayin bu mavzuni muhokama qilishni davom ettirishlari kerak. Ko'p ota-onalar farzandlari bilan zo'ravonlik haqida gaplashishni so'rashganda qo'rqishadi. Ota-onalar bolalarga zo'ravonlik bilan kurashishda yordam berish o'rniga, ularni qo'rqitadi, soddaligi va ishonchidan mahrum qiladi, ya'ni ularga zarar yetkazishi mumkin.

Qachon va qayerda?

Bolalar bilan zo'ravonlik va uning oldini olish haqida suhbatlashish uchun mos joy va vaqtni topish muhimdir. Ba'zida ota-onalar qo'rqinchli xabarlarini



eshitishadi va o'zlarining qo'rquvidan kelib chiqib, o'zlarini juda jiddiy ifodalaydilar va bolalarini suhbatga chaqiradilar. Bu har doim ham zararli bo'lmasa-da, bu bolalarga zo'ravonlikning oldini olish strategiyalarini o'zlashtirishda yordam berishning usuli emas.

Biz har kuni duch keladigan vaziyatlardan foydalanib, zo'ravonlikning oldini olish haqida gapirishimiz mumkin. O'qituvchilar bunday vaziyatlarni "tegishli daqiqalar" deb atashadi.

Zo'ravonlik mavzusini muhokama qilish uchun ota-onalar o'z farzandlari bilan multfilmlar va boshqa bolalar televizion dasturlaridan foydalangan holda qisqa va istiqbolli suhbatlarni boshlashlari mumkin. Multfilm qahramonlaridan biri kaltaklanganda yoki jarohatlangan bola ko'rsatilganda, ota-onalar reklama vaqtida bolalar bilan ko'rganlarini muhokama qilishlari mumkin.

Farzandingizga bolalarni urish noto'g'ri ekanligini, bolalar himoyalaniish huquqiga ega ekanligini va kattalar yoki boshqa odamlar ularga zarar yetkazishga haqli emasligini ta'kidlang. Bu bolalar o'rganishi kerak bo'lgan birinchi darsdir. Bolalar maktabda yoki o'z jamiyatida zo'ravonlikka duchor bo'lgan vaziyatlar yoki bolalar o'qigan hikoyalar, bundan qanday qochish kerakligini muhokama qilish uchun ham foydalanish mumkin. Bolalar o'sib ulg'ayganlarida, ular uydan qarovsiz chiqib ketishni boshlaydilar va bu vaziyatda xavfsizlik ko'nikmalarini kuchaytirish kerak. Bola velosiped haydash yoki kutubxonaga yolg'iz borish uchun yetarlicha yoshga yetganida, ota-onalar zo'ravonlikning oldini olish strategiyasini qayta ko'rib chiqish uchun ajoyib imkoniyatga ega.

To'g'ri so'zlarni qanday topish mumkin?

Ota-onalar, shuningdek, xavfsizlik ko'nikmalarini muhokama qilishda jiddiy va qo'rqinchli tilni ishlatish kerakligi haqida tashvishlanishlari mumkin. Aslida, siz teskarisini qilishingiz kerak. So'zlar ulardagi "qo'rquvning kam miqdori" asosida tanlanadi. Misol uchun, qanday qilib xavfsiz bo'lish haqida gapirish, notanish odam bilan uchrashish haqida gapirishdan ko'ra kamroq qo'rqitadi. "Zo'rlash", "jinsiy zo'ravonlik" so'zlarining o'rniga "xavfli teginish"



soʻzlarini ishlatish yaxshiroqdir va ular bir emas, balki bir nechta zoʻravonlik harakatlarini qamrab oladi.

Bolaning oʻziga boʻlgan ishonchini oshirish va qoʻrquv tuygʻusini kamaytirish uchun suhbatni bolaning yoqimsiz vaziyatda nima qilishi mumkinligiga qaratish yaxshidir.

Ota-onalar koʻchani kesib oʻtishda xavfsizlikni oʻrgatganidek, zoʻravonlikdan qochish uchun zarur boʻlgan xavfsizlik koʻnikmalarini oʻrgatishlari mumkin. Koʻchani qanday qilib toʻgʻri kesib oʻtish haqida gapirib, biz bolaga mashina unga nima qilishi mumkinligi, balki yoʻlda oʻzini xavfsiz tutishiga oʻrgatamiz.

Zoʻravonlikning sabablarini oʻrganish

Maktabda zoʻravonlikni kamaytirish uchun uning sabablarini chuqur tahlil qilish zarur. Zoʻravonlikni keltirib chiqaruvchi omillar orasida:

- **Uyda yoki oilada zoʻravonlik:** Oila muhitidagi zoʻravonlikni koʻrgan bolalar, bunday xatti-harakatlarni maktabda ham namoyon etishlari mumkin.
- **Ijtimoiy taʼsirlar:** Media, ijtimoiy tarmoqlar va doʻstlar orasida zoʻravonlikni normal holat deb koʻrsatuvchi taʼsirlar.
- **Kam rivojlangan ijtimoiy va emotsional koʻnikmalar:** Baʼzi oʻquvchilar oʻz hissiyotlarini boshqarish, muammolarni hal qilish va boshqa oʻquvchilar bilan muloqot qilish boʻyicha etarli koʻnikmalarga ega emaslar.
- **Maktabdagi qoʻllab-quvvatlash tizimlarining zaifligi:** Maktabda zoʻravonlikka qarshi kurashish uchun yetarlicha oʻqituvchilar, psixologlar yoki boshqa yordam koʻrsatuvchi shaxslar boʻlmasligi.

Bularning barchasi maktabda zoʻravonlikning oldini olish va unga qarshi kurashish uchun aniq, samarali dasturlar va strategiyalarni ishlab chiqishni taqozo etadi. Maktabda zoʻravonlikni kamaytirish va xavfsiz muhit yaratish uchun taʼlim olish, jamoaviy ishlash va oʻquvchilarni oʻzaro hurmatga asoslangan muloqotga undash juda muhimdir.





Bolalarning o'zi himoyalangan, zaif ijtimoiy qatlam bo'lishlariga qaramay, ko'p hollarda tabiiy ofatlar, harbiy harakatlar hududida qolib ketadilar, jismoniy, emotsional va jinsiy zo'rlanish qurboniga aylanadilar. BMTning bergan ma'lumotlariga ko'ra har yilda 14 yoshgacha bo'lgan bolalarning 2 mln.ga yaqini ota onalar zo'ravonligidan qiynaladilar. Ularning har o'ntadan biri hayotdan ko'z yumadi, ikki mingtasi esa hayotni o'z joniga qasd qilish bilan yakunlaydi.

Zo'ravonlik bir necha ko'rsatkichlar bo'yicha klassifikatsiyalanadi:

- ✓ ochiq va yopiq (kimdir oshkor qiladi, kimdir yashiradi);
- ✓ hozirda ham davom etayotgan yoki o'tmishda sodir bo'lgan;
- ✓ birlik yoki ko'plikda, uzoq yillar davom etuvchi;
- ✓ sodir etilayotgan joy va muhitga ko'ra zo'ravonlik: uyda

qarindoshlar tarafidan, maktabda pedagog yoki bolalar tomonidan, ko'chada bolalar yoki notanish kattalar tarafidan bo'lishi mumkin.

Asanova ishlarida taklif etilgan quyidagi zo'rlik klassifikatsiyasi keng tarqalgan: Jismoniy zo'ravonlik 18 yoshgacha bshlgan bolalarga nisbatan ko'rsatilgan tasodifiy bo'lmagan jarohatning har qaysisi. Jismoniy zo'ravonlik yuzga urish, itarish, bo'g'ish, yumdalash, kamar yoki arqon bilan kaltaklash, og'ir predmetlar va pichoqlar bilan jarohatlar yetkazish shaklida namoyon bo'ladi. Jismoniy zo'ravonlik o'z ichiga bolalarni narkotik, alkogol moddalariga jalb qilishni, zaharlovchi yoki hushsizlantiruvchi tibbiy preparatlar (masalan, vrach tomonidan yozib berilmagan uyqu chaqiruvchilarni, shuningdek cho'ktirishga urinishlarni ham qamrab oladi. Jinsiy zo'ravonlik bolalar (qiz yoki o'g'illarni) kattalar yoki boshqa bolalar tomonidan o'zining jinsiy ehtiyojlarini qondirish, manfaat olish maqsadida ulardan foydalanishidir. Jinsiy zo'ravonlik o'z ichiga har qanday jinsiy aloqani, jinsiy organlarning tana kontaktini, bolalarni fohishabozlikka, pornobiznesga jalb qilishni, bolaning oldida jinsiy organlarni yalang'och holda ko'rsatish va unga sezdirmasdan yechinayotganida kuzatish kabi hollarni qamrab oladi. Bolaning zarurat va qiziqishlariga e'tiborsizlik ota onalar yoki ayrim sabablarga ko'ra ularning o'rnini bosuvchi shaxslar tomonidan bolaning ovqatga, qiyinishga, uy joyga, ta'lim olishga, tibbiy yordamga bo'lgan



majburiy ta'minlanishi kerak bo'lgan zarurat va ehtiyojlarini ta'minlamaslik. Bolani baxtsiz hodisalarga olib keluvchi qarovsiz qoldirishlar yuqoridagilarga misol bo'la oladi.

Psixologik zo'ravonlik doimiy yoki vaqti vaqti bilan bolani haqoratlash, o'qituvchi, tarbiyachilar, ota-onalar tarafidan ko'rsatiladigan qo'rqituvlar; uning insoniylik g'ururini kamsitish, ularni u qilmagan ishda ayblash, bolaga muhabbatning yo'qligini, unga adovatni namoyish etish. Shuningdek, bu zo'ravonlik turiga doimiy yolg'on va bolaga qo'yilayotgan talablar uning yoshiga mos emasligi ham kiradi.

Emotsional zo'ravonlik. Ayrim tadqiqotchilar har qanday zo'ravonlik asosida emotsional zo'ravonlik, xo'rlanganlik yotadi degan fikrdalar. Odatda jabrlanuvchi bola bir vaqtning o'zida zo'ravonlikning bir qancha turini boshdan o'tkazadi. Masalan, zo'ravonlik qurboni bo'lgan kattalar va bolalar ko'pincha jismoniy (kaltaklash) va emotsional (o'ldirish yoki mayib qilish qo'rqituvlari) zo'rlashni boshdan kechiradilar. Bolalar ustidan zo'ravonlik va e'tiborsizliklar bo'lishiga ijtimoiy, hamda madaniy sharoitlar ham olib keladi: jamiyat ongida aniq jismoniy jazo bahosini yo'qligi, OAVda zo'ravonlikni namoyish etilishi. Tadqiqotlar ota onalarda norozilikni, asabiylashishni va bulardan keyin zo'rlashni keltirib chiqaruvchi bolalarda mavjud bir qator xususiyatlarni aniqladilar.

XULOSA

Qonun bolalarni zo'ravonlikning barcha shakllaridan himoya qilish bo'yicha umumiy va individual chora-tadbirlarni belgilab beradi.

Umumiy chora-tadbirlarga bolalar uchun xavfsiz muhit yaratish, zo'ravonlik omillarining oldini olish va bartaraf etish, oilalarni qo'llab-quvvatlash, bolalar huquqlari to'g'risida xabardorlikni oshirish va ularni buzganlik uchun javobgarlik masalalari kiradi.

Individual chora-tadbirlar:

- himoya orderini berish;



- zo‘ravonlikdan jabrlangan va uning sodir etilishi xavfi ostida bo‘lgan bolalarga huquqiy, iqtisodiy, ijtimoiy, ruhiy, tibbiy yordam ko‘rsatish;

- zo‘ravonlikdan jabrlangan va uning sodir etilishi xavfi ostida bo‘lgan bolalar oilalarini mustahkamlash va qo‘llab-quvvatlash;

- zo‘ravonlikdan jabr ko‘rgan yoki zo‘ravonlik sodir etilishi xavfi ostida bo‘lgan bolani, uning hayoti yoki sog‘lig‘iga bevosita xavf tug‘ilganda, ota-onasidan (ulardan biridan) yoki vasiylaridan olib qo‘yish;

- bolalarga nisbatan zo‘ravonlik sodir etgan shaxslarning zo‘ravon xulq-atvorini o‘zgartirish bo‘yicha tuzatish dasturlaridan o‘tishi;

- sog‘liq, jinsiy erkinlik, oila, yoshlar va axloqqa qarshi jinoyatlar sodir etgan shaxslarning huquqlarini cheklash.

Bolalarni zo‘ravonlikdan himoya qilish bo‘yicha yakka tartibdagi choralarni qo‘llash uchun asoslar:

- zo‘ravonlik qurbonining yoki uning qonuniy vakilining murojaati;

- jismoniy yoki yuridik shaxslarning xabarlari;

- davlat organlari xodimlari tomonidan bolalarga nisbatan zo‘ravonlik sodir etilgani yoki sodir etishga urinish holatlari bevosita aniqlanganda;

- ommaviy axborot vositalari va ijtimoiy tarmoqlardagi e‘lonlar.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI:

1. Abdullayev, A. (2020). «Zo‘ravonlik va uning maktabda tarqalishi: Psixologik va sotsiologik tahlil.» O‘zbekiston psixologiya jurnali, 5(2), 45-58.
2. Ibragimov, F. (2019). «Maktabda zo‘ravonlikning oldini olishda oila va maktabning roli.» O‘zbekiston pedagogika va ta’lim innovatsiyalari, 12(1),



123- 136. 3. Kamilov, Sh. (2021). «O'quvchilarda psixologik zo'ravonlikni kamaytirishning usullari.» Psixologik ta'lim (3), 78-92.

4. Mamatov, B. (2022). «Internet zo'ravonligining ta'siri va unga qarshi kurashish usullari.» Jahon ta'limi va internet psixologiyasi, 7(4), 50-67.

5. Internet materiallari