



“ZO‘RAVONLIKKA QARSHI PSIXOLOGIK HIMOYA: MAKTAB PSIXOLOGINING O‘RNI VA VAZIFALARI”

Egamova Oltinoy Toshpo`latovna



*Navoiy viloyati Navoiy Shahar 11-sonli ayrim fanlar chuqur o`rganiladigan
ixtisoslashtirilgan maktab psixologi*

Annotatsiya: *Ushbu maqola zo`ravonlikka uchragan o`quvchilarga psixologik yordam ko`rsatish bo`yicha ko`rsatmalar, bunday noqulay vaziyatda maktab psixologi qanday ish ko`rishi va bunday vaziyatda maktab psixologining o`rni va vazifalari haqida qisqacha so`z yuritiladi.*

**Kalit so`zlar:** *zo`ravonlik, kognitiv-xulq-atvor terapiya, vizualizatsiya, artterapiya, psixodrama, tinglash texnikasi.*

Zamonaviy jamiyatda maktab yoshidagi bolalarga nisbatan zo`ravonlik va shafqatsiz munosabat muammosi eng dolzarb muammolardan biridir. Zamonaviy adabiyotlarda bolalarning alkogolizmi, g`ayrioddiy xatti-harakatlari, giyohvandlik va jinoyatlarning kelib chiqishida bolaning g`ayritabiiy rivojlanishiga olib keladigan zo`ravonlik yotadi. Yoshi tufayli har doim ham qarshilik ko`rsata olmaydigan bolalarning sog`lig`iga xavf tug`dirishi xavfsiz hayot sharoitlarini ta`minlash yo`llarini, ijtimoiy moslashuvga yordam berish usullarini izlashga yordam beradi. Bu faoliyatda maktab psixologlarining ham o`rni katta. Psixologiyada ekstremal tajribaning bolalar psixikasiga ta`siri muammosi eng



dolzarb muammolardan biridir, chunki bolalar travmatik vaziyatlarning ta'siriga ayniqsa zaifdir. Bolaning ruhiyatiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin bo'lgan travmatik vaziyatlar doirasi juda keng, ammo ular orasida zo'ravonlik alohida o'rin tutadi. Zo'ravonlikning oqibatlari og'ir psixologik travma keltirib chiqaradi va bolaning shaxsiyatiga salbiy ta'sir qiladi. Zo'ravonlikning bola psixikasiga shikast ta'sirining o'ziga xosligi shundaki, jinoyatchi ko'pincha bolaning oila a'zosi yoki yaqin tanishi bo'lib, unga zarar yetkazish maqsadida muayyan bolaga nisbatan shafqatsiz harakat qiladi. Shuning uchun zo'ravonlikka uchragan bola to'liq ma'noda qurbonga aylanadi. Shu bilan birga, yuqori darajadagi tajovuzkorlik va shafqatsizlik zamonaviy maktablarni bosib oldi: o'quvchilar Internetda tengdoshlari va o'qituvchilariga nisbatan shafqatsiz xatti-harakatlarni namoyish qilish uchun qirrali qurollardan, yuqori texnologiyali qurilmalardan foydalanadilar, ijtimoiy tarmoqlardan foydalangan holda ta'qib qiladilar va hokazo.

O'smirlarning zo'ravonlikka zaifligi ularning jismoniy, aqliy va ijtimoiy etukligi, shuningdek, ota-onalar, vasiylar, tarbiyachilar yoki o'qituvchilar bo'lsin, kattalarga nisbatan qaram, bo'ysunuvchi mavqei bilan bog'liq. K.A. kabi mualliflar tomonidan taqdim etilgan psixologik-pedagogik adabiyotlarda ushbu masala bo'yicha etarlicha tadqiqot tajribasi to'plangan. Abulxanova-Slavskaya, L.S. Alekseeva, E.V. Burmistrova, E.V. Gordienko, A.N. Drozhevets, T.V. Zemskix, E.M. Kinard, V.A. Kontorovich, E.I. Krukovich, E.O. Lazebnaya, A.G. Maklakov, I.G. Malkina-Pyx, N.F. Mixaylova, A.B. Orlov, A.G. Osuxova, N.G. Osuxova, A.X. Pashina, V.G. Romek, T.Ya. Safonova, N.Yu. Sinyagin, A.A. Strelenko, N.V. Tarabrin, F.R. Filatov, E.I. Tsimbal, V.I. Shirinskiy va boshqalar. Bolalarga nisbatan zo'ravonlikning mohiyati bolaga jismoniy, psixologik, ijtimoiy ta'sir ko'rsatish, shu jumladan uning jismoniy yoki ruhiy salomatligi va daxlsizligi, huquqlari va farovonligiga tahdid soladigan, uni o'zi uchun muhim bo'lgan faoliyatni to'xtatishga va boshqa harakatlar qilishga majburlaydigan shafqatsiz munosabatdir.



M. V. Smagina (2006) zo‘ravonlikning har xil turlarini o‘rganib, quyidagi tasnifni taklif qildi:

1. Axloqiy (yoki ruhiy) zo‘ravonlik. Zo‘ravonlikning bu turiga turli xil haqoratlar, oila a'zolarini kamsitish, bolalarning asosiy ehtiyojlari va huquqlarini e'tiborsiz qoldirish (shu jumladan, ta'lim va dam olish) kiradi.

2. Jismoniy zo‘ravonlik (har qanday qasddan jismoniy zarar etkazish).

3. Iqtisodiy zo‘ravonlik (ko‘pincha kattalar oila a'zolari bilan bog‘liq va oila faoliyatining moddiy va moliyaviy sohasidagi huquqbuzarliklarda namoyon bo‘ladi).

4. Jinsiy zo‘ravonlik (buzuq ehtiyojlarni qondirish uchun ham, moddiy manfaat uchun ham).

Psixologik maktab zo‘ravonligiga quyidagilar kiradi: og‘zaki zo‘ravonlik (nutqni qo‘llash - haqoratli taxalluslar, mish-mishlar tarqatish, maxsus intonatsiya va boshqalar), haqoratli imo-ishoralar, jabrlanuvchini izolyatsiya qilish (boykot qilish), tovlamachilik, bosim o‘tkazish uchun jabrlanuvchining mulkiga zarar etkazish. Psixologik zo‘ravonlikning oqibatlarini davriy ruhiy tushkunlik, yuqori darajadagi ichki kuchlanish va o‘zini past baholaydi. V. A. Makarchukning (2004) fikriga ko‘ra, bolalardagi bunday zo‘ravonlikning natijalari travmadan keyingi stress, zo‘ravonlik harakati haqida eslatmalardan qochish va uni xotiradan chiqarib tashlash (psixologik o‘zini o‘zi himoya qilish sifatida amneziya), ijtimoiy tashvishning kuchayishi bo‘lishi mumkin, odamlarga nisbatan ishonchsizlik va ehtiyotkorlik darajasining oshishi, boshqa bolalardan ajralib turish, atrofdagi ijtimoiy muhitda shaxsiy xavfsizlik haqidagi g‘oyalarni yo‘qotish, o‘z tanasini rad etish, aybdorlik, tajovuzkorlikka moyillik. Bolalarga nisbatan zo‘ravonlikning har xil turlari oqibatlarini o‘rganish muammosi psixologiya fanida alohida e'tiborni talab qiladi va zo‘ravonlik oqibatlarining xususiyatlarini hisobga olgan holda turli



yoshdagi bolalarga psixologik yordam ko'rsatishning psixologik texnologiyalarini ishlab chiqish bilan bog'liq.

Zo'ravonlikni boshdan kechirgan bolalar bilan psixologik ishlarni tashkil etishga kelsak, N.F. Mixaylovaning so'zlariga ko'ra, maslahat berish jarayonida psixolog uchun bola bilan aloqa o'rnatish juda muhim va asosiy e'tibor unga doimiy g'amxo'rlik ko'rsatishga qaratilishi kerak. Katta ehtimol bilan, bola doimiy ravishda adekvat va noadekvat usullarda kattalar unga qanchalik g'amxo'rlik qilishini tekshiradi. Psixolog oldida turgan vazifalarga, birinchi navbatda: bolaning uyat, aybdorlik, iktidarsizlik tuyg'ularini kamaytirishga yordam berish; o'z-o'zini qadrlash tuyg'usini mustahkamlashga yordam berish; yangi xulq-atvor modellarini shakllantirish; boshqa odamlar bilan tabaqalashtirilgan o'zaro munosabatlarni rivojlantirish; bolaning o'z taqdirini o'zi belgilashini, o'zini o'zi idrok etishini, shu jumladan o'zini jismoniy qiyofasini rivojlantirishga hissa qo'shish.

Maktab psixologi oldida zo'ravonlikni boshdan kechirgan bolalar bilan ishlashda psixologik yordamni to'g'ri tashkil etishdan iborat muhim vazifa turibdi. Bunday bolalarni psixologik qo'llab-quvvatlash jarayonida psixologning bola bilan aloqa o'rnatishi juda muhimdir va asosiy e'tibor bolaga doimo g'amxo'rlik ko'rsatishga qaratilishi kerak. Zo'ravonlikka uchragan bolalar bilan ishlash sohasidagi mutaxassislar N.V. Tarabrina, I.G. Malkina-Pykh universal tavsiyalarni ishlab chiqish mumkin emas deb hisoblaydi. Inqirozga aralashish, qisqa muddatli psixologik maslahatlar ko'rinishidagi aralashuvlar bitta voqea sodir bo'lgan taqdirda samarali bo'ladi, uzoq davom etgan zo'ravonlik esa, shunga ko'ra, nafaqat bola bilan, balki butun oila bilan uzoq muddatli ishlashni talab qiladi. Umuman olganda, mutaxassislar bunday bolalar bilan ishlashda eklektik yondashuvga rioya qilishadi. Eng samaralilari: vizualizatsiya, kognitiv xulq-atvor terapiyasi, gestalt terapiyasi, psixodrama, art terapiya, musiqa terapiyasi, raqs terapiyasi.



Zo‘ravonlikni boshdan kechirgan bolalar bilan ishlashning eng mos varianti uchta asosiy psixoterapevtik yo‘nalishni birlashtirgan eklektik, multimodal maslahat modelidir: fikrlar bilan ishlash, his-tuyg‘ular bilan ishlash, xatti-harakatlar bilan ishlash. Amaliy ishda muayyan usulni tanlash quyidagilarga bog‘liq: bolaning yoshi; maslahat bosqichlari, ya'ni hozirda ishlanayotgan narsa - fikrlar, his-tuyg‘ular yoki xatti-harakatlar; bolaning kognitiv rivojlanish darajasi. Bolalar bilan ishlashda individual maslahat mashg‘ulotlariga qo‘shimcha ravishda, guruh shakllari juda samarali. Guruh muhokamalari va mashqlar bolalarga bu dunyoda kimga ishonishi va kimga ehtiyot bo‘lish kerakligini o‘zlari hal qilishga yordam beradi. Odatda guruhli tuzilgan terapiya oddiydan murakkabgacha bo‘lgan tamoyilga asoslanadi. Jismoniy zo‘ravonlikdan omon qolgan o‘smirlar uchun guruh maslahatidan foydalanishda juda ehtiyot bo‘lish kerak, chunki ularning yaralari guruhda histuyg‘ularini ifodalash uchun juda yangi bo‘lishi mumkin. Terapiyaning vazifasi nafaqat bolaga psixologik travmani engishga yordam berish, balki uning yoshiga mos keladigan hayotiy ko‘nikmalarni shakllantirishdir. Guruh terapiyasi jarayoni bolaning sotsializatsiyasiga qaratilgan. Bu bolalar o‘rtasida sog‘lom munosabatlarni rivojlantirishga yordam beradi va ularni o‘z huquqlarini ham, boshqalarning huquqlarini ham hurmat qilishga o‘rgatadi. Shunday qilib, shuni ta'kidlashni istardimki, bolalarga nisbatan zo‘ravonlik natijasida ijtimoiy yo‘qotishlar, birinchi navbatda, inson hayotini yo‘qotish; ikkinchidan, ruhiy va jismoniy salomatlik buzilishi, ta‘lim va kasbiy saviyaning pastligi, zo‘ravonlik qurbonlarining jinoiy xulq-atvori tufayli jamiyatning samarali a‘zolarini yo‘qotish; uchinchidan, jismonan va ma'naviy jihatdan sog‘lom bolalarni tarbiyalashga qodir ota onalardan ayrilish; to‘rtinchidan, bu jamiyatda shafqatsizlikning ko‘payishi, chunki sobiq qurbonlarning o‘zlari ko‘pincha zo‘rlovchilarga aylanadi.

Aksariyat o‘smirlar o‘z atrofidaogilar tomonidan o‘zlariga nisbatan har xil zo‘ravonliklarga duchor bo‘lishlarini, bunday vaziyatlarda yetarlicha javob berish ko‘nikmalariga ega bo‘lmasliklarini inobatga olsak, maktab psixologik xizmati,



o'qituvchilar, huquqtartibot idoralari xodimlarining maxsus tashkil etilgan faoliyati zarurligi ayon bo'ladi. va ota-onalar, zo'ravonlikka qarshi turish va travmatik tajribalar oqibatlarini kamaytirish va bartaraf etish ko'nikmalarini shakllantirish uchun.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Axtaeva, N. S. Maktabda psixologik xizmat / N. S. Axtaeva. - Olma-Oti: KazNU nomidagi. Al-Farobiy, 2011 yil.
2. Alekseeva, L.S. Bolalar qarovsizligining oldini olish bo'yicha oila va bolalarga ijtimoiy yordam markazlari va aholiga psixologik-pedagogik yordam ko'rsatish markazlari faoliyatini tashkil etish: usul. tavsiyalar / L.S. Alekseeva, E.V. Burmistrov, T.V. Zemskiy. - M.: Ma'rifat, 2002. - 206 b.
3. Omarova P.O., Shaxova R.M. Maktabdagi zo'ravonlik muammosining zamonaviy psixologik-pedagogik tadqiqotlari // Fan va ta'limning zamonaviy muammolari. - 2013. - 2-son.
4. Alekseeva, L.S. Oilaviy zo'ravonlik qurbonlariga psixologik yordam / L.S. Alekseev. - M.: Oila va ta'lim davlat ilmiy-tadqiqot instituti, 2000. - 234 b.