

**YOSHLARDA KUZATILADIGAN ZO‘RAVONLIK, TAJOVUZKOR
HATTI-HARAKATLARNI OLDINI OLISH MASALALARI****Jumayeva Jamila Rustamovna**

Qashqadaryo viloyati Koson tumani 99-maktabi psixologi

Annotatsiya. Mazkur maqolada o‘smirlik davrida zo‘ravonlik hissining shakllanishi va uning psixologik, ijtimoiy omillari chuqur tahlil qilinadi. O‘smirlik davrining psixologik va ijtimoiy o‘ziga xosliklari, shuningdek, zo‘ravonlikning shaxs va jamiyat rivojlanishiga salbiy ta‘siri yoritilgan. Tadqiqot davomida zo‘ravonlikning individual va ijtimoiy darajadagi namoyon bo‘lish shakllari tahlil qilinib, bu muammoni bartaraf etish bo‘yicha samarali usullar taklif etiladi. Ma'lumotlar o‘smirlarning zo‘ravonlik hissini boshqarish va uning oldini olish bo‘yicha amaliy va nazariy asoslarni ishlab chiqishga xizmat qiladi.

Kalit so‘zlar: o‘smirlik davri, zo‘ravonlik hissi, psixologik xususiyatlar, ijtimoiy omillar, emotsional barqarorlik, ta‘lim va tarbiya, profilaktika, shaxs rivojlanishi, kiberzo‘ravonlik, oila va jamiyat.

KIRISH

O‘smirlik davri inson hayotining muhim bosqichlaridan biri bo‘lib, unda jismoniy, psixologik va ijtimoiy o‘zgarishlar jadallashadi. Bu davrda shaxs o‘zligini anglash, jamiyatda o‘z o‘rnini topish va o‘ziga xos shaxsiy qadriyatlarni shakllantirishga intiladi. O‘smir o‘z qadr-qimmatini anglashga harakat qiladi, o‘zo‘zini tasdiqlash va mustaqillikni izlaydi. Biroq bu jarayon ko‘pincha turli ziddiyatlarga olib keladi. Gormonlar faoliyati va miya rivojlanishi bilan bog‘liq bo‘lgan tebranishlar emotsional notinchlikka sabab bo‘ladi. O‘smirlar ba‘zan tezkor, ammo noxolis qarorlar qabul qilishi, o‘zlarini o‘ta ishonuvchan yoki aksincha, shubhalanuvchan tutishi mumkin.

O‘smirlar uchun o‘rtoqlari orasida qabul qilinish va mavqeini mustahkamlash muhim ahamiyat kasb etadi. Bu jarayon ayrim hollarda nosog‘lom raqobat yoki zo‘ravonlik harakatlarini keltirib chiqaradi. Oiladagi tarbiya sifati va ota-onalar bilan bo‘lgan muloqot o‘smirning shaxsiyati shakllanishida katta rol o‘ynaydi. Ijtimoiy muhit, maktabdagi o‘qituvchilar va atrofdagi odamlarning munosabati o‘smirning xulq-atvori va hissiyotlarini shakllantiradi. Zo‘ravonlik hissi o‘smirlarning emotsional va psixologik rivojlanishiga jiddiy ta‘sir ko‘rsatadi. Bu hisning kuchayishi, odatda, o‘z-o‘zini boshqarish qobiliyatining sustligi va ijtimoiy muloqot ko‘nikmalarining yetishmasligi bilan bog‘liq. Zo‘ravonlik hissi o‘smirning o‘z-o‘zini qadrlashiga zarar yetkazadi, bu esa depressiya va xavotir holatlariga olib kelishi mumkin. Agresiv xulq odati shakllanishi natijasida jamiyat bilan integratsiya qilish qiyinlashadi. Empatiya va

ijtimoiy mas'uliyat hissining rivojlanishi to'xtaydi. Zo'ravonlik harakatlari jamoaviy ishonchni zaiflashtiradi va ijtimoiy mojarolarni kuchaytiradi.

Zo'ravonlikning ommalashishi natijasida jamiyatda jinoyatchilik darajasi ortadi. Ijtimoiy muhitdagi salbiy hodisalar (masalan, kiberzo'ravonlik) yoshlar orasida keskinlikni oshiradi. O'smirlik davridagi zo'ravonlik hissi nafaqat shaxsning ruhiy holatiga, balki jamiyatning barqarorligiga ham xavf tug'diradi. Hozirgi davrda media vositalarining keng tarqalishi, internet va ijtimoiy tarmoqlarda zo'ravonlikni targ'ib qiluvchi kontentlarning mavjudligi bu muammoni yanada kuchaytirmoqda.

Mazkur mavzu bo'yicha ilmiy izlanishlarning ahamiyati quyidagilarda namoyon bo'ladi: o'smirlar psixologiyasini chuqur tushunish va ularga mos yondashuvlar ishlab chiqish, jamiyatda zo'ravonlikka qarshi profilaktika dasturlarini shakllantirish va amalga oshirish, o'smirlarning emotsional va ijtimoiy qobiliyatlarini rivojlantirish orqali jamiyatda sog'lom muhit yaratish.

Shunday qilib, bu muammoni o'rganish nafaqat yoshlar tarbiyasini yaxshilash, balki ijtimoiy barqarorlikni ta'minlashda ham muhim ahamiyat kasb etadi.

O'smirlik davri – inson psixologiyasi va shaxsiyati shakllanishidagi eng murakkab bosqichlardan biri. Bu davrda zo'ravonlik hissining shakllanishi turli psixologik, ijtimoiy va madaniy omillar ta'sirida yuzaga keladi. Ushbu hisning shakllanishiga sabab bo'luvchi omillarni quyida batafsil yoritamiz.

Psixologik omillar. Shaxsiy o'zlikni anglash va o'z-o'zini tasdiqlash jarayonidagi ziddiyatlar. O'smirlar o'z shaxsiy qadr-qimmatini anglashga intiladigan, jamiyatda o'z o'rnini topishga harakat qiladigan davrda turli ichki va tashqi ziddiyatlarga duch keladilar. O'zini kattalar bilan teng huquqli deb his qilish istagi va kattalar tomonidan tan olinmaslik hissi ularda norozilikni kuchaytiradi. Bu norozilik ba'zan zo'ravonlik orqali namoyon bo'lishi mumkin. O'smirlar o'zlarining jismoniy va hissiy rivojlanishida o'zgarishlarni boshdan kechiradi. Bu o'zgarishlar o'z-o'zini qabul qilishdagi qiyinchiliklarni keltirib chiqaradi va agressiv xulqni qo'zg'atishi mumkin. Emotsional barqarorlikning pastligi va empatiya yetishmasligi. O'smirlik davrida hissiy o'zgarishlar juda tez-tez sodir bo'ladi, bu esa o'z-o'zini boshqarish qobiliyatining sustligiga olib keladi. O'smirlar o'zlarini himoyalangan his qilish uchun boshqalarga agressiv munosabatda bo'lishlari mumkin. Empatiyaning past darajasi boshqalarning his-tuyg'ularini tushunmaslikka va ularning ehtiyojlarini e'tiborsiz qoldirishga olib keladi. Bu esa boshqalarni ranjitish yoki ularga zarar yetkazishga olib keladi.

Ijtimoiy omillar. Oiladagi tarbiya va ijtimoiy munosabatlar ta'siri. Oilaviy tarbiya uslubi o'smirning hissiy va ijtimoiy rivojlanishida muhim rol o'ynaydi. Haddan tashqari qattiqqo'l yoki loqayd tarbiya usullari zo'ravonlik hissini kuchaytirishi mumkin. Oilada zo'ravonlik holatlarining mavjudligi o'smirlar tomonidan bunday xatti-harakatlarning normal holat sifatida qabul qilinishiga sabab

bo'ladi. Oilaviy qo'llab-quvvatlovning yetishmasligi o'smirda ichki konfliktlarni keltirib chiqaradi va bu konfliktlar agressiv xulq orqali namoyon bo'ladi. Maktabdagi bosim va haddan tashqari talablar o'smirlarning o'zini noqulay his qilishiga olib keladi, bu esa agressiv xulqni yuzaga keltirishi mumkin. Tengdoshlari orasida o'z o'rnini topish uchun o'smirlar ba'zan zo'ravonlikka murojaat qilishadi. Bu ularga o'zlarini kuchliroq va ta'sirchanroq his qilish imkonini beradi. Maktabda boshqa o'quvchilar bilan kelib chiqadigan mojaro va zo'ravonlik holatlari "javob chorasi" sifatida zo'ravonlikni shakllantiradi. Zo'ravonlikni targ'ib qiluvchi filmlar, televizion dasturlar va video o'yinlar o'smirlarning agressiv xulqini oshiradi. Ularda zo'ravonlikni normal yoki mardlik sifatida qabul qilish tendensiyasi shakllanadi. Media orqali zo'ravonlikning ijobiy ko'rinishda tasvirlanishi yoshlarning xulqatvorida bunday harakatlarni takrorlashga rag'batlantiradi. Ayrim madaniy stereotiplar o'smirlar orasida gender, ijtimoiy mavqe yoki etnik guruhlar asosida zo'ravonlikni qo'zg'atishi mumkin. Masalan, kuch va agressiyani erkaklik belgisi sifatida ko'rsatadigan stereotiplar. Global madaniy tendensiyalar, jumladan, internetda keng tarqalgan zo'ravonlik mazmunidagi memlar va postlar o'smirlarning shaxsiy qadriyatlariga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Zo'ravonlik hissining shakllanishi ko'p omilli jarayon bo'lib, psixologik, ijtimoiy va madaniy jihatlar birgalikda ta'sir ko'rsatadi. Ushbu omillarni erta aniqlash va ularga nisbatan mos choralarni ko'rish orqali o'smirlik davridagi zo'ravonlikka qarshi samarali profilaktika choralari amalga oshirilishi mumkin.

O'smirlik davridagi zo'ravonlik hissi turli shakllarda namoyon bo'lib, bu shaxsiy, oilaviy va ijtimoiy omillarga bog'liq bo'lishi mumkin. Ushbu shakllar o'smirning hissiy va xulq-atvoridagi muammolarni ifodalaydi va jamiyatda o'zini namoyon qilish usuli sifatida yuzaga chiqadi.

O'smirlik davridagi zo'ravonlik hissining namoyon bo'lish shakllari:

1. Jismoniy zo'ravonlik. Jismoniy zo'ravonlik eng aniq ko'rinadigan shakldir va unga quyidagilar kiradi: urish, itarish, zarba berish kabi harakatlar, shaxsiy mulkni buzish yoki talon-toroj qilish, jismoniy jarohat yetkazish.

Bu shakl ko'pincha o'zining kuchli ekanligini ko'rsatishga urinish yoki histuyg'ularni nazorat qila olmaslik natijasida yuzaga keladi. Jismoniy zo'ravonlik uzoq muddatda jabrlanuvchilarda qo'rquv, xavotir va depressiyaga olib kelishi mumkin.

2. Og'zaki zo'ravonlik. Og'zaki zo'ravonlik jismoniy harakatlarga qo'l urmasdan turib, boshqalarga psixologik zarar yetkazish shaklidir. Bu quyidagilarni o'z ichiga oladi: haqorat qilish, masxara qilish va xo'rlash, qichqirish yoki do'qpo'pisa qilish, doimiy tanqidlar orqali shaxsiy qadr-qimmatni kamsitish.

Bu turdagi zo‘ravonlik, odatda, maktabda, oilada yoki o‘smirlar guruhlarida tez-tez uchraydi. U jabrlanuvchilarning o‘ziga bo‘lgan ishonchini yo‘qotishi va ruhiy tushkunlikka tushishiga sabab bo‘ladi.

3. Ijtimoiy ajratish. Bu shakl zo‘ravonlikning noaniq, ammo juda ta’sirli turi bo‘lib, boshqalarni maqsadli ravishda jamiyatdan chetlatish yoki izolyatsiya qilishni o‘z ichiga oladi: tashqi ko‘rinish, millat, jins yoki boshqa belgilarga asoslanib kamsitish, guruhdan chetlatish va ijtimoiy tan olinmaslik. Munosabatlarda e’tiborsizlik yoki qasddan inkor etish. Bu zo‘ravonlik turi jabrlanuvchining yolg‘izlik va o‘zini jamiyatdan ajratilgan his qilishiga olib keladi.

4. Virtual zo‘ravonlik (kiberzo‘ravonlik). Zamonaviy texnologiyalarning rivojlanishi bilan zo‘ravonlik onlayn platformalarda ham tez-tez uchraydigan hodisaga aylangan. Bu quyidagilarni o‘z ichiga oladi: internetda haqoratli yoki tahqirlovchi izohlar qoldirish, jabrlanuvchining shaxsiy ma’lumotlarini oshkor qilish, yolg‘on xabarlar tarqatish yoki qasddan obro‘sizlantirish. Virtual zo‘ravonlik, ayniqsa, o‘smirlar orasida jiddiy psixologik zarar yetkazishi mumkin, chunki onlayn muhit doimiy nazorat ostida emas va har qanday harakat ko‘pchilik tomonidan ko‘rilishi mumkin.

Muammoni hal qilish yo‘llari:

1. Ta’lim va tarbiya jarayonida profilaktika. Maktab va ta’lim muassasalarida zo‘ravonlikning oldini olish bo‘yicha profilaktika ishlari muhim o‘rin tutadi. Ijtimoiy-psixologik treninglar o‘tkazish: O‘smirlarga stressni boshqarish, agressiyani kamaytirish va muammolarni hal qilish ko‘nikmalarini o‘rgatish.

Zo‘ravonlikning zararini tushuntirish dasturlari: o‘quvchilarga zo‘ravonlikning oqibatlarini haqida maxsus dasturlar orqali ma’lumot berish. Bu dasturlar doirasida empatiya va jamoaviy ko‘nikmalarni rivojlantirishga e’tibor qaratiladi.

2. Oiladagi ijtimoiy-psixologik yondashuvlar. Oilada sog‘lom munosabatlar zo‘ravonlikning oldini olishda muhim omil hisoblanadi. Ota-onalar uchun psixologik maslahatlar va treninglar yordamida farzandlar bilan qanday muloqot qilish, ularga e’tibor qaratish va hissiy qo‘llab-quvvatlash bo‘yicha ko‘nikmalarni oshirish. Oilaviy muhitni yaxshilash, oilada hamkorlik va mehr-muhabbat muhitini yaratish, oilaviy nizolarni bartaraf etish orqali bolalarda barqarorlik va xavfsizlik hissinini shakllantirish.

3. Jamiyat va davlatning roli. Zo‘ravonlikka qarshi kurashda jamiyat va davlat tashkilotlari muhim rol o‘ynaydi. Maxsus qo‘llab-quvvatlash markazlarini tashkil etish, jabrlangan o‘smirlarga psixologik yordam ko‘rsatadigan va ularga zarar yetkazganlar bilan ishlaydigan markazlarni tashkil qilish. Zo‘ravonlikni targ‘ib qiluvchi axborot vositalarini cheklash, televidenie, internet va boshqa ommaviy axborot vositalarida zo‘ravonlikni targ‘ib qiluvchi kontentni nazorat qilish va cheklash.

O‘smirlik davrida zo‘ravonlik hissining mavjudligi yoshlarning hissiy, intellektual va ijtimoiy rivojlanishiga jiddiy salbiy ta‘sir ko‘rsatadi. Bu hissiyot nafaqat o‘smirning o‘ziga, balki uning atrofidagi odamlarga, oilasiga va jamiyatga ham zarar yetkazadi. Zo‘ravonlik hissi psixologik barqarorlikni buzib, o‘smirlarni stress, xavotir, depressiya va boshqa ruhiy muammolarga duchor qilishi mumkin. Zo‘ravonlik bilan bog‘liq xulq-atvor ularning kelajakdagi munosabatlariga, shaxsiy qadr-qimmatlariga, hatto jamiyatdagi o‘rniga ham salbiy ta‘sir o‘tkazadi.

Profilaktika ishlari. O‘smirlar bilan psixologik trening va maslahatlar o‘tkazish orqali ularga agressiyani boshqarish va konfliktlarni hal qilish ko‘nikmalarini o‘rgatish. Ta‘lim muassasalarida zo‘ravonlikning salbiy oqibatlarini haqida tushuntirish ishlari olib borish. Jamiyatda zo‘ravonlikni targ‘ib qiluvchi stereotiplar va axborot vositalarini nazorat qilish. Oilalar uchun psixologik yordam dasturlarini ishlab chiqish va ularga amaliy yordam ko‘rsatish. Zo‘ravonlikka qarshi maxsus davlat dasturlari va qo‘llab-quvvatlash markazlarini tashkil etish.

Zo‘ravonlik hissining kelib chiqish sabablarini chuqur o‘rganish, ularni bartaraf etish yo‘llarini aniqlash va yangi yondashuvlarni ishlab chiqish bo‘yicha ilmiy tadqiqotlar davom ettirilishi zarur. Tadqiqotlar quyidagi yo‘nalishlarda olib borilishi lozim:

- Zo‘ravonlik hissini keltirib chiqaruvchi psixologik va ijtimoiy omillarni aniqlash.
- Profilaktika choralari va davolash usullarining samaradorligini o‘rganish.
- Yangi texnologiyalar yordamida kiberzo‘ravonlikni nazorat qilish usullarini ishlab chiqish.
- Amaliy tadqiqotlar orqali mavjud muammolarga yechim topish, tajribaviy usullarni joriy qilish va o‘smirlar tarbiyasi va ta‘limida innovatsion yondashuvlarni keng qo‘llash mumkin.

XULOSA

Zo‘ravonlik hissi o‘smirlik davrida shaxsning rivojlanishiga, jamiyatdagi o‘rniga va uning kelajakdagi hayotiga jiddiy ta‘sir ko‘rsatadi. Ushbu muammoni samarali hal qilish uchun ta‘lim, oila va jamiyatning birgalikdagi sa‘y-harakatlari zarur. Ilmiy va amaliy tadqiqotlarning davom ettirilishi, profilaktika choralari va psixologik yordamning kengaytirilishi orqali ushbu muammoni bartaraf etish mumkin. Bu, o‘z navbatida, o‘smirlarning sog‘lom rivojlanishiga va jamiyatning barqaror bo‘lishiga hissa qo‘shadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI:

1. Marcia, J. E. (2010). Ego Identity and Psychosocial Development in Adolescence.
2. Coleman, J. C. (2011). The Nature of Adolescence.

3. Bronfenbrenner, U. (1979). The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design.
4. Erikson E. H. "Bolalik va jamiyat" (Developmental Psychology).
5. Vygotskiy L. S. "Shaxs rivojlanishining madaniy-psixologik asoslari".
6. O'zbekiston Respublikasining "Bolalar huquqlarini himoya qilish to'g'risida"gi qonuni.

