

**ZO'RAVONLIKKA QARSHI KURASHNING DOLZARB
PSIXOLOGIK MASALALARI**

Isometov Tuybek Djuraboevich

Bo'stonliq tumani 42- o'rta ta'lim maktabi psixologi

Annotatsiya: *Psixologik zo'ravonlik va agressiv xulq-atvor bolalar o'rtasida jamiyat va oila ta'siridan shakllanadi. Oila muhitidagi salbiy omillar, tengdoshlar guruhi va ommaviy axborot vositalari bolalarning psixologik holatini o'zgartirib, agressivlik va zo'ravonlikka olib kelishi mumkin. Shu sababli, bu muammolarni bartaraf etish uchun oila va jamiyatda to'g'ri ta'sir ko'rsatish zarur.*

Kalit so'zlar: *zo'ravonlikka qarshi kurash, tinchlik va barqarorlik, ijtimoiy himoya, ta'lim va ongli jamiyat, qonunlar va huquqiy choralari, zo'ravonlikni oldini olish, ijtimoiy mas'uliyat, yig'ish va integratsiya, kambag'allik va zo'ravonlik, bulling, ekspluatatsiya.*

Kirish

Maktabda zo'ravonlik nafaqat o'quvchilarning shaxsiy rivojlanishiga, balki maktabda yaratilgan o'quv muhitiga ham salbiy ta'sir ko'rsatadi. Zo'ravonlikning oldini olish va uni bartaraf etish uchun nafaqat o'quvchilar, balki o'qituvchilar, otaonalar va ta'lim tizimi birgalikda faoliyat yuritishi kerak. Maktabda xavfsiz va salbiy ta'sirlardan himoyalangan muhit yaratish o'quvchilarning rivojlanishiga, o'ziga bo'lgan ishonchining ortishiga va akademik muvaffaqiyatlarining yaxshilanishiga yordam beradi. Zo'ravonlikka qarshi kurashishda ijtimoiy ongni oshirish, har bir o'quvchining huquqlarini himoya qilish va maktabda ijtimoiy adolatni ta'minlash asosiy vazifalardan biri bo'lishi kerak. Maktab — o'quvchilarning bilim olish, shaxsiy rivojlanish va ijtimoiy ko'nikmalarni o'zlashtirish jarayonidagi eng muhim o'quv muhitidir. Bu yerda nafaqat akademik bilimlar, balki insoniy qadriyatlar ham shakllanadi. Ammo, bu jarayonni buzib qo'yadigan muhim omillardan biri — maktabda zo'ravonlikning mavjudligidir.

Zo'ravonlik, o'quvchilarning, ba'zan o'qituvchilarning ham jismoniy, ruhiy yoki emosional zarar ko'rishiga sabab bo'luvchi xatti-harakatlarni anglatadi. Maktabda zo'ravonlikning turli shakllari mavjud bo'lib, har biri o'zining salbiy ta'sirlarini keltirib chiqaradi. Zo'ravonlikni maktab muhitida bir necha turga ajratish mumkin. Har bir tur o'zining maxsus ta'siriga ega va o'quvchilarning o'sish jarayoniga turli xildagi zarar yetkazadi:

1. Jismoniy Zo'ravonlik: Bu zo'ravonlik turi o'quvchilarning bir-biriga yoki o'qituvchilarga qarshi qo'l ko'tarish, urish, itarish, turli jismoniy hujumlar amalga oshirishni o'z ichiga oladi. Bunday hujumlar o'quvchilarning jismoniy salomatligiga jiddiy zarar yetkazishi mumkin va ularning o'ziga nisbatan ishonchsizlikni keltirib chiqaradi.

2. Psixologik yoki Emotsional Zo'ravonlik: Bu turdagi zo'ravonlik o'quvchilarning ruhiy holatini izdan chiqaradi. Masxara qilish, kamsitish, izolyatsiya qilish, tahdid qilish kabi xatti-harakatlar psixologik zo'ravonlikni tashkil etadi.

Psixologik zo'ravonlik ko'pincha jismoniy zo'ravonlikdan kamroq sezilarli bo'lsa-da, uning uzoq muddatli ta'siri o'quvchilarning o'zini past baholashiga va o'z-o'ziga ishonchsizligiga olib keladi.

3. Kiber-Zo'ravonlik: Texnologiyaning rivojlanishi bilan maktabda kiberzo'ravonlikning yangi turi paydo bo'ldi. Bu internet va ijtimoiy tarmoqlar orqali amalga oshiriladigan zo'ravonlik turidir. O'quvchilar onlayn xabarlar, video yoki suratlar orqali haqorat qilishadi yoki maqsadli hujumlarga duchor bo'lishadi. Kiberzo'ravonlikning xususiyati shundaki, u ko'pincha ko'zga ko'rinmas bo'lib, o'quvchilar uchun sezilarli og'riqlarga olib keladi.

4. Zoravonlikni Ko'rish (Viktim-Blaming): Ba'zan o'quvchilar zo'ravonlikka uchraganida ular o'zingga ayb qidirishadi. Bu holatni inkor qilish yoki "bunday bo'lganiga o'zingiz aybdorsiz" degan fikrlar zo'ravonlikka uchragan o'quvchilarning psixologik holatini yanada og'irlashtiradi. Bunday holatlar o'quvchilarning qo'llab-quvvatlash tizimlariga ishonchni yo'qotishiga va jamoaviy yordamga ehtiyojni kamaytiradi.

Maktabda zo'ravonlikni kamaytirish va unga qarshi kurashish uchun uning asosiy sabablarini chuqur tahlil qilish zarur. Zo'ravonlik, o'quvchilarning o'zaro munosabatlarida yoki maktabda ishlov berayotgan pedagogik muhitda yuzaga keladigan salbiy holat bo'lib, uning turli omillari mavjud. Har bir omil o'ziga xos ta'sir ko'rsatadi va maktabda zo'ravonlikni bartaraf etishda alohida e'tibor talab qiladi. Quyida zo'ravonlikni keltirib chiqaruvchi asosiy omillarni keltirib o'tamiz:

Zo'ravonlikning dastlabki va eng muhim sabablaridan biri — oiladagi zo'ravonlikdir. Oila - bolaning shakllanishida eng muhim muhitdir. Agar bola oilasida jismoniy yoki emotsional zo'ravonlikka duchor bo'lsa, u bu xatti-harakatlarni normal deb qabul qiladi va maktabda ham o'zgaralar bilan munosabatlarida shu tarzda namoyon etishi mumkin. Oila ichidagi zo'ravonlik bolaning rivojlanishiga salbiy ta'sir ko'rsatadi, uning emotsional va psixologik holatiga zarar yetkazadi.

Ijtimoiy tarmoqlar va media bugungi kunda zo'ravonlikni normal holat sifatida ko'rsatuvchi vositalarga aylanmoqda. Ba'zan media vositalarida, filmlar yoki videolarda zo'ravonlikni dramatize qilish, uni "qahramonlik" yoki "adolatni tiklash" sifatida tasvirlash mumkin. Bu ta'sir o'quvchilarda zo'ravonlikni qanday qilib va qachon amalga oshirishni o'rganishga olib kelishi mumkin. Shu bilan birga, do'stlar va tengdoshlar orasida o'zaro raqobat va zo'ravonlikni "o'yin" sifatida qabul qilish ham muammolarni keltirib chiqaradi.

Ba'zi o'quvchilar o'z hissiyotlarini boshqarishda qiyinchiliklarga duch kelishadi. Muammolarni hal qilishda, o'z his-tuyg'ularini boshqarishda yoki ijtimoiy aloqalarni o'rnatishda zaifliklar mavjud. Bu o'quvchilar ko'pincha o'zlari yoki boshqalar bilan muloqotda zo'ravonlikka murojaat qilishadi. Shuningdek, o'quvchilarning empatiya (boshqalarni tushunish va ularning his-tuyg'ulariga hurmat ko'rsatish) darajasi ham kam bo'lishi mumkin, bu esa zo'ravonlikka olib keladi.

Maktabda zo'ravonlikni oldini olish yoki unga qarshi kurashish uchun maxsus yordam tizimlari yetarli bo'lmashligi mumkin. O'qituvchilar, psixologlar va

boshqa yordam beruvchi xodimlar maktabda to'g'ri tayyorlanmagan yoki ularning imkoniyatlari cheklangan bo'lishi mumkin. Agar maktabda zo'ravonlikka qarshi samarali tizim bo'lmasa, bu holatlar yanada kuchayishi mumkin.

Tabiiy ofatlar, harbiy harakatlar va boshqa sharoitlar bolalarni katta xavf ostiga qo'yadi. Ko'p hollarda, bolalar o'z uylarini tark etishga majbur bo'lishadi, bu esa ularni jismoniy va emotsional zo'ravonlikka nisbatan zaiflashtiradi. Ular ko'pincha boshqa o'rganish muhitlarida yoki notanish joylarda ham jismoniy, emotsional va jinsiy zo'ravonlikka duchor bo'lishadi. BMTning ma'lumotlariga ko'ra, har yili 14 yoshgacha bo'lgan 2 millionga yaqin bola ota-onalarining zo'ravonligi qurboniga aylanadi.

Asanova tomonidan taklif etilgan zo'ravonlik klassifikatsiyasida bolalarga nisbatan jismoniy, jinsiy va emotsional zo'ravonlikning turli shakllari ko'rsatilgan. Jismoniy zo'ravonlik, bolalarga jismoniy jarohat yetkazish, urish, itarish yoki boshqa jismoniy hujumlarni o'z ichiga oladi. Jinsiy zo'ravonlik esa bolalarni o'z jinsiy ehtiyojlarini qondirish uchun foydalanish, fohishabozlikka jalb qilish yoki jinsiy aloqalar uchun majburlashni anglatadi. Bundan tashqari, bolalarni zarur ehtiyojlaridan beparvo bo'lishi, ularni oziqlantirish, ta'lim olish yoki tibbiy yordamdan mahrum qilish ham zo'ravonlikning turli shakllaridan biridir. Zo'ravonlikning sabablarini chuqur tahlil qilish va ularni aniqlash maktabda zo'ravonlikni oldini olish va bartaraf etishda samarali strategiyalarni ishlab chiqish uchun zarurdir. Bu holatlarning oldini olish uchun oilaviy, ijtimoiy va pedagogik muhitni yaxshilash, o'quvchilarda ijtimoiy va emotsional ko'nikmalarni rivojlantirish, shuningdek, maktabda samarali qo'llabquvvatlash tizimlarini yaratish zarur. Zo'ravonlikni oldini olish bo'yicha barcha mutaxassislar va ijtimoiy guruhlar o'zaro hamkorlik qilib, maktablarda xavfsiz va qo'llab-quvvatlovchi muhit yaratishga intilishlari kerak.

Psixologik zo'ravonlik bolaning his-tuyg'ulari bilan o'ynash, uni psixologik jihatdan haqoratlash va unga salbiy ta'sir ko'rsatishni anglatadi. Bu, o'z navbatida, bolaning o'ziga bo'lgan ishonchini yo'qotishiga, ichki xatolarni o'zida his qilishiga, va hayotga bo'lgan umumiy salbiy qarashlarga olib kelishi mumkin. Psixologik

zo'ravonlikning ko'plab shakllari mavjud, jumladan:

- Haqoratlash: Bolaga doimiy ravishda salbiy fikrlar bildirish, uning qadrini pasaytirish.
- Qo'rqitish: Bola doimiy ravishda qo'rqitilib, xavotirga solinadi. Bu psixologik zo'ravonlikning asosiy ko'rinishlaridan biridir.
- Muhabbatning yo'qligi: Bola o'zini sevgi va g'amxo'rlikdan mahrum his qiladi, bu esa uning emosional holatiga salbiy ta'sir qiladi.
- Talablar: Bola yoshiga mos kelmaydigan talablar qo'yilishi, bu esa uning o'zini yomon his qilishi va muvaffaqiyatsizliklarga olib keladi.

Bundan tashqari, psixologik zo'ravonlikning yana bir shakli bolaga yolg'on gapirish va unga noma'lum talablarga erishish orqali amalga oshiriladi. Bu esa bolada o'ziga bo'lgan ishonchsizlikni kuchaytiradi va u psixologik jihatdan yanada zaif bo'ladi.

Ba'zi tadqiqotchilar har qanday zo'ravonlikning asosida emotsional zo'ravonlik yotadi, chunki bu bola uchun eng jiddiy ta'sir qiluvchi holatdir. Emotsional zo'ravonlik bola o'zini hissiy jihatdan ta'sirlangan va yolg'iz his qilishiga olib keladi. Zo'ravonlik qurboni bo'lgan bola odatda bir vaqtning o'zida bir nechta zo'ravonlik turlarini boshdan kechiradi, jumladan jismoniy va emotsional zo'ravonlik. Bu holatlarning birgalikda yuzaga kelishi bolada ruhiy va psixologik muammolarni kuchaytiradi.

Emotsional zo'ravonlikka olib keladigan omillar orasida ijtimoiy va madaniy sharoitlar ham mavjud. Misol uchun, jamiyatda zo'ravonlikni ko'rsatuvchi media va ijtimoiy ta'sirlar bolalar uchun salbiy ta'sirlar keltirishi mumkin. Tadqiqotlar shuni ko'rsatmoqdaki, ota-onalarning asabiylashuvi va noroziliklari bolada zo'ravonlikni qo'zg'atadi. Zo'ravonlikka eng ko'p duchor bo'ladigan bolalarda bir qator xususiyatlar mavjud.

XULOSA

Odatda, zo'ravonlikka uchragan bolalar quyidagi xususiyatlarga ega bo'lishadi:

1. Istalmagan bolalar: Ota-onalar tomonidan qabul qilinmagan yoki ular tomonidan noxush munosabatga duchor bo'lgan bolalar.

2. Ota-onalari ilgari bolalarni yo'qotgan bolalar: Ota-onalari birinchi farzandlarini yo'qotganidan keyin tug'ilgan bolalar.

3. Boshqalardan tashqi ko'rinishi bilan ajralib turuvchi bolalar: Masalan, bolaning jinsiyoti, tashqi ko'rinishi yoki boshqa xususiyatlari ota-onalarga ma'qul bo'lmaydi.

Bu bolalar o'zlarini ko'pincha ijtimoiy jihatdan chetlatilgan va noqulay his qiladilar. O'smirlik yoshiga kelib esa bu holat ular uchun jinsiy qiziqishlarning sekinlashishiga olib kelishi mumkin. Agressiv xatti-harakatlar bolalar orasida psixologik zo'ravonlik, emotsional befarqlik va oiladagi ta'sirlar orqali rivojlanadi. Bunday xatti-harakatlar ko'pincha uchta asosiy manbaga asoslanadi:

1. nosog'lom oila muhiti: Oila muhitida ota-ona bilan farzand o'rtasida ijobiy psixologik munosabatlar mavjud emasligi, oiladagi nizolar va kelishmovchiliklar bolalarida agressiv xatti-harakatlarni shakllantiradi. Oila iqlimining ta'siri boladagi agressivlikni kuchaytiradi.

2. Tengdoshlar guruhi: Bolalar oiladan tashqarida tengdoshlar bilan o'zaro munosabatda ham agressiv xatti-harakatlarni o'zlashtiradilar. Tengdoshlar bilan munosabatda ko'p hollarda bolalar do'stlarining xatti-harakatlarini kuzatishadi va o'zlarida ham shunday xatti-harakatlarni qo'llashga intiladilar.

3. Ommaviy axborot vositalari: Bugungi kunda bolalarga ta'sir etuvchi eng kuchli vositalardan biri ommaviy axborot vositalaridir, ayniqsa internet va media orqali. Oynai jahonda namoyish etilayotgan turli jangari filmlar va ko'rsatuvlar bolalarda agressivlikni rivojlantirishga yordam beradi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Abdullayev, A. (2020). «Zoʻravonlik va uning maktabda tarqalishi: Psixologik va sotsiologik tahlil.» Oʻzbekiston psixologiya jurnali, 5(2), 45-58.
2. Ibragimov, F. (2019). «Maktabda zoʻravonlikning oldini olishda oila va maktabning roli.» Oʻzbekiston pedagogika va taʼlim innovatsiyalari, 12(1), 123-136.
3. Kamilov, Sh. (2021). «Oʻquvchilarda psixologik zoʻravonlikni kamaytirishning usullari.» Psixologik taʼlim (3), 78-92.
4. Mamatov, B. (2022). «Internet zoʻravonligining taʼsiri va unga qarshi kurashish usullari.» Jahon taʼlimi va internet psixologiyasi, 7(4), 50-67.
5. Ziyo.net