

ZO'RAVONLIKSIZ MAKTAB – ZO'RAVONLIKSIZ JAMIYAT SARI

*Abdishukurov Shohruh Shermamat o'g'li**Nishon tumani 37-maktab psixologi*

ANNOTATSIYA

Ushbu maqolada ta'lim muassasalarida zo'ravonlikning oldini olish, o'quvchilar o'rtasida sog'lom psixologik muhitni shakllantirish va zo'ravonliksiz jamiyat barpo etishda maktabning o'rni yoritiladi. Maktab, oila va jamiyat hamkorligi asosida bolalarda bag'rikenglik, hurmat va ijobiy muloqot madaniyatini rivojlantirish masalalari tahlil qilinadi.

Kalit so'zlar: zo'ravonliksiz muhit, maktab, jamiyat, o'quvchi, psixologik xavfsizlik, bag'rikenglik, muloqot madaniyati, tarbiya, profilaktika.

KIRISH

Maktab jamiyatning kichik modeli hisoblanadi. Unda shakllangan muhit kelajak jamiyatining qiyofasini belgilaydi. Agar ta'lim muassasasida o'zaro hurmat, tushunish va ijobiy munosabatlar ustuvor bo'lsa, bunday muhitda ulg'aygan o'quvchilar kelajakda ham zo'ravonlikdan yiroq, ijtimoiy mas'uliyatli shaxslar bo'lib yetishadi.

Zo'ravonliksiz maktabni shakllantirish avvalo psixologik xavfsiz muhit yaratishdan boshlanadi. O'quvchi o'zini erkin his qiladigan, fikrini qo'rqmasdan bildiradigan va hurmat qilinadigan muhitda shaxs sifatida to'liq rivojlanadi. Bunday muhitda o'zaro kelishmovchiliklar muloqot orqali hal qilinadi, tajovuzkor xatti-harakatlarga yo'l qo'yilmaydi.

Maktabda zo'ravonlikning oldini olishda o'qituvchilarning roli muhimdir. Ular o'quvchilarga faqat bilim beribgina qolmay, balki ularning xulq-atvori, muloqoti va ijtimoiy munosabatlarini ham shakllantiradi. O'qituvchining adolatli, mehribon va e'tiborli bo'lishi o'quvchilar o'rtasida ijobiy munosabatlar rivojlanishiga xizmat qiladi.

Maktab psixologi ham bu jarayonda muhim o'rin tutadi. Psixologik suhbatlar, treninglar va profilaktik mashg'ulotlar orqali o'quvchilarda o'z his-tuyg'ularini boshqarish, nizolarni tinch yo'l bilan hal qilish va boshqalarga hurmat bilan munosabatda bo'lish ko'nikmalari shakllantiriladi. Bu esa zo'ravonlikning oldini olishda samarali vosita hisoblanadi.

Oila bilan hamkorlik ham alohida ahamiyatga ega. Bola ko'p vaqtini oilada o'tkazadi va ilk tarbiyani aynan shu muhitda oladi. Agar oila va maktab bir yo'nalishda ishlasa, bolada ijobiy qadriyatlar mustahkamlanadi. Ota-onalarning e'tibori, to'g'ri muloqoti va qo'llab-quvvatlashi bolaning xulq-atvoriga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Zo'ravonliksiz jamiyatni shakllantirish maktabdan boshlanadi. Bolalarda bag'rikenglik, sabr-toqat, o'zaro hurmat va hamkorlik kabi fazilatlarni rivojlantirish

orqali ijtimoiy muhitni sogʻlomlashtirish mumkin. Bu jarayonda taʼlim muassasalari, ota-onalar va jamiyat tashkilotlari birgalikda harakat qilishi zarur.

Zoʻravonliksiz maktab — bu zoʻravonliksiz jamiyat sari qoʻyilgan muhim qadamdir. Sogʻlom psixologik muhit, toʻgʻri tarbiya va samarali hamkorlik orqali bolalarda ijobiy qadriyatlarni shakllantirish mumkin. Natijada kelajakda tinch, barqaror va hamjihat jamiyatni qurishga zamin yaratiladi. **Bolalar — jamiyatning eng himoyaga muhtoj qatlami hisoblanadi.** Ularga nisbatan har qanday zoʻravonlik inson huquqlarining qoʻpol ravishda buzilishi boʻlib, bolaning jismoniy, ruhiy va ijtimoiy rivojlanishiga jiddiy salbiy taʼsir koʻrsatadi. Shu sababli bolalarni zoʻravonlikdan himoya qilish har bir ota-ona, taʼlim muassasasi va jamiyatning umumiy burchidir.

Bolalar zoʻravonligining turlari:

Bolalarga nisbatan zoʻravonlik bir necha shakllarda namoyon boʻlishi mumkin:

Jismoniy zoʻravonlik — bolaga tan jarohati yetkazish, qoʻpol munosabatda boʻlish.

Ruhiy (psixologik) zoʻravonlik — haqoratlash, qoʻrqitish, kamsitish orqali bolaning qadr-qimmatiga putur yetkazish.

Beparvolik (eʼtiborsizlik) — bolaning asosiy ehtiyojlarini (ovqat, taʼlim, tibbiy yordam) qondirmaslik.

Kiberzoʻravonlik — internet va ijtimoiy tarmoqlar orqali tahqirlash yoki qoʻrqitish.

Zoʻravonlikning oqibatlar

Bolalikda zoʻravonlikka duch kelgan bolalarda:

oʻqishga qiziqish pasayishi,

oʻziga ishonch yoʻqolishi,

xavotir va qoʻrquv hissining kuchayishi,

jamiyatga moslashishda qiyinchiliklar

kabi salbiy holatlar kuzatilishi mumkin.

Zoʻravonlikka qarshi kurashish chora-tadbirlari

Bolalarni zoʻravonlikdan himoya qilish uchun quyidagi choralar muhim ahamiyatga ega:

Oilada sogʻlom muhit yaratish

Ota-onalar bola bilan muloqotda mehr, sabr va tushunishni ustuvor qilishi lozim.

Taʼlim muassasalarida profilaktika ishlari

Maktab va bogʻchalarda bolalar huquqlari, oʻzaro hurmat va xavfsizlik mavzularida suhbatlar oʻtkazish.

Huquqiy himoya mexanizmlarini kuchaytirish

Bolalar huquqlarini himoya qiluvchi qonunlarni samarali qoʻllash va zoʻravonlik holatlariga nisbatan qatʼiy choralar koʻrish.

Axborot va ma'rifat ishlari

Jamiyatda bolalar zo'ravonligi haqida xabardorlikni oshirish, ommaviy axborot vositalari orqali targ'ibot ishlarini olib borish.

Bolalarni o'z huquqlarini bilishga o'rgatish

Bolalarga "yo'q" deyish, yordam so'rash va ishonchli kattalarga murojaat qilishni o'rgatish muhim.

Bolalarga nisbatan zo'ravonlikka qarshi kurash — faqat bir tashkilot yoki shaxsning emas, balki butun jamiyatning umumiy mas'uliyatidir. Faqat birgalikdagi harakatlar orqaligina bolalar uchun xavfsiz, sog'lom va baxtli muhit yaratish mumkin.

Bugungi kunda ta'lim sifatini oshirish bilan bir qatorda, o'quvchilar uchun xavfsiz, do'stona va zo'ravonliksiz muhit yaratish dolzarb masalalardan biri hisoblanadi. Maktabda sodir bo'ladigan jismoniy, ruhiy yoki ijtimoiy zo'ravonlik holatlari o'quvchilarning psixologik holatiga, o'zlashtirish darajasiga va jamiyatga moslashuviga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Shu bois "Zo'ravonlikdan holi maktab" tushunchasi zamonaviy ta'lim tizimining muhim yo'nalishlaridan biriga aylandi.

Zo'ravonlikdan holi maktab tushunchasi:

Zo'ravonlikdan holi maktab — bu o'quvchilar, pedagoglar va ota-onalar o'rtasida o'zaro hurmat, ishonch va hamkorlikka asoslangan, har qanday zo'ravonlik ko'rinishlariga murosasiz munosabatda bo'ladigan ta'lim muhitidir.

Bunday maktabda:

o'quvchilarning huquqlari himoya qilinadi;

kamsitish, tahqirlash va bullying holatlariga yo'l qo'yilmaydi;

har bir bola o'zini xavfsiz va qadrlangan holda his qiladi.

Maktab muhitida zo'ravonlikning oldini olish omillari

Zo'ravonlikning oldini olishda quyidagi omillar muhim ahamiyatga ega:

Profilaktik tarbiyaviy ishlar – sinf soatlari, treninglar, davra suhbatlari orqali o'quvchilarda bag'rikenglik va empatiya tuyg'ularini rivojlantirish;

Psixologik xizmat faoliyati – maktab psixologi tomonidan muntazam diagnostika va maslahatlar olib borilishi;

Pedagogik yondashuv – o'qituvchilarning har bir o'quvchiga individual yondashuvi;

Ota-onalar bilan hamkorlik – oilada va maktabda tarbiya birligini ta'minlash.

Zo'ravonliksiz muhitning ahamiyati

Zo'ravonlikdan holi maktab muhitida ta'lim olayotgan o'quvchilar:

o'z fikrini erkin bildirishga o'rganadi;

ijtimoiy faol va mas'uliyatli shaxs sifatida shakllanadi;

ruhiy barqarorlik va o'ziga bo'lgan ishonchni rivojlantiradi.

Bu esa o'quvchilarning nafaqat bilim darajasiga, balki ularning kelajak hayotdagi muvaffaqiyatiga ham ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

“Zo‘ravonlikdan holi maktab”ni shakllantirish — bu bir martalik tadbir emas, balki uzluksiz va tizimli jarayondir. Ushbu jarayonda pedagoglar, psixologlar, ota-onalar va jamiyatning barcha a‘zolari hamkorlikda faoliyat yuritishi zarur. Faqat shundagina maktab haqiqiy ma’noda xavfsiz, sog‘lom va tarbiyaviy maskanga aylanishi mumkin.

Zo‘ravonlikni keltirib chiqaruvchi asosiy omillar :

Oiladagi muhit: Zo‘ravonlik ko‘pincha o‘z tajribasi asosida shakllanadi. Agar bola oilada urish-janjol, haqoratni ko‘rib o‘sgan bo‘lsa, buni odatiy deb qabul qiladi.

Maktabdagi nazorat yetishmovchiligi: O‘qituvchilar, psixologlar va ma’muriyatning befarqligi. Yoshga xos impulsivlik: Ayniqsa o‘smirlik davrida o‘zini isbotlash istagi bilan kuch ishlatishga moyillik kuchayadi. Ijtimoiy tarmoqlardagi tajovuzkor kontentlar: Bolalar ko‘rganini takrorlaydi. Psixologik yordamning sustligi: Muammoni erta bosqichda aniqlash va aralashuv yo‘q.

Psixologik yondashuv: oldini olish choralari

- Maktab psixologi faoliyati: Har o‘quv yili boshida va davomida psixodagnostik testlar o‘tkazilishi; Doimiy treninglar, suhbatlar, konfliktologiya mashg‘ulotlari; “Ishonch qutisi” orqali maxfiy muammolarni aniqlash; Muammoli o‘quvchilar bilan individual reja asosida ishlash; Ota-onalar bilan muntazam psixoedukativ treninglar.

- O‘qituvchilarga metodik yordam: Har bir o‘quvchining ruhiy holatini tahlil qilish; Og‘zaki zo‘ravonlik (masxara, kamsitish) bo‘lmasligiga alohida e’tibor; Sinfda “do‘stona muhit”ni shakllantirish bo‘yicha amaliy mashg‘ulotlar.

- Ota-onalar bilan ishlash: Zo‘ravonlik nima ekanligini chuqur tushuntirish; Farzandni faqat jazolamasdan, eshitishni o‘rganish; Har bir salbiy harakat ortida ehtimoliy ichki muammolar yotganini anglash.

- O‘quvchilar bilan ishlash: Empatiya, o‘zini boshqalar o‘rniga qo‘yish ko‘nikmasini shakllantirish; Kiberbulling haqida ogohlikni oshirish; Konfliktlarni og‘zaki yo‘l bilan hal qilish usullarini o‘rgatish.

XULOSA

Ta’lim muassasasida bolaga bo‘lgan munosabat nafaqat bilim darajasiga, balki uning ruhiy salomatligiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Maktabda zo‘ravonlikka qarshi tizimli ishlar tashkil etilsa, har bir bola o‘zini erkin, qadrlangan va himoyalangan his qiladi. Bu esa jamiyatda sog‘lom va barqaror shaxslar yetishib chiqishiga asos bo‘ladi. Maktab – faqat bilim o‘chog‘i emas, balki mehr, hurmat va adolat tamoyillari amalda bo‘ladigan muhit bo‘lishi kerak.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI:

1. O‘zbekiston Respublikasi “Ta’lim to‘g‘risida”gi Qonuni, 2020.
2. Bolalarni zo‘ravonlikdan himoya qilish bo‘yicha xalqaro UNICEF tavsiyalari, 2023.
3. T.Usmonova. “Ta’lim muassasalarida psixologik xavfsizlik asoslari”, Toshkent, 2021.
4. G’.Yunusova. “Maktab psixologiyasi va zamonaviy yondashuvlar”, 2022.
5. “Zo‘ravonlikka qarshi kurashishda oilaviy tarbiyaning roli”, Respublika ilmiyamaliy anjumani materiallari, 2023.
6. Internet materiallari