

BOLALARGA NISBATAN ZO‘RAVONLIKSIZ KELAJAK YARATAMIZ!**Salimova Umida Salim qizi***Surxondaryo viloyati Termiz tumani 24-maktab amaliyotchi psixologi***Turayeva Nilufar Allamuradovna***Surxondaryo viloyati Termiz tuman 19-maktab amaliyotchi psixologi*

Annotatsiya: Ushbu maqolada zo‘ravonlik muammosining jamiyat va ayniqsa o‘smirlar psixologiyasiga ta’siri, uning kelib chiqish omillari hamda zo‘ravonliksiz muhitni shakllantirish yo‘llari tahlil qilinadi. Ta’lim muassasalari, oila va jamiyat hamkorligining ahamiyati ochib berilib, sog‘lom ijtimoiy munosabatlar orqali barqaror va xavfsiz kelajakni qurish masalalari yoritiladi. Shuningdek, profilaktika, psixologik yordam va ma’naviy-tarbiyaviy ishlarning roli asoslab beriladi.

Kalit so‘zlar: zo‘ravonlik, o‘smirlik davri, psixologik himoya, profilaktika, ijtimoiy muhit, maktab psixologi, oilaviy tarbiya, empatiya, tolerantlik, huquqiy madaniyat.

KIRISH

2026–2030-yillarga mo‘ljallangan bolalarni zo‘ravonlikning barcha shakllaridan himoya qilish strategiyasi to‘g‘risidagi O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining PF-256-Farmoni asosida mamlakatimizda bolalar huquqlarini ta’minlash, ularni jismoniy, ruhiy va ijtimoiy zo‘ravonlikdan himoya qilish bo‘yicha tizimli va kompleks chora-tadbirlar belgilandi. Mazkur hujjat bolalarga nisbatan zo‘ravonlikning oldini olish, xavf ostidagi bolalarni erta aniqlash, ularga zarur ijtimoiy, psixologik va huquqiy yordam ko‘rsatish hamda himoya mexanizmlarini kuchaytirishga qaratilgan.

Strategiya doirasida bolalarga nisbatan zo‘ravonlikning barcha ko‘rinishlariga, jumladan, jismoniy, psixologik, jinsiy va iqtisodiy zo‘ravonlikka qarshi kurashish tizimini takomillashtirish asosiy vazifa etib belgilangan. Shu bilan birga, oilaviy muhitda zo‘ravonlik xavfi mavjud bo‘lgan, ijtimoiy jihatdan og‘ir sharoitda yashayotgan bolalarni aniqlash va ularni himoya qilish mexanizmlari joriy etiladi. Xususan, 2026-yil 1-fevraldan boshlab zo‘ravonlikdan jabrlangan yoki shunday xavf ostida bo‘lgan bolalar uchun professional tutingan oila instituti yo‘lga qo‘yilishi nazarda tutilgan. Bu orqali bolalarni muassasalarga joylashtirish o‘rniga, ularni oilaviy muhitda parvarishlash va rehabilitatsiya qilish imkoniyati yaratiladi.

Professional tutingan oilalar maxsus tayyorgarlikdan o‘tgan shaxslar orasidan tanlab olinadi hamda ular bilan tegishli shartnomalar tuziladi. Bunday oilalarga joylashtirilgan bolalar uchun davlat tomonidan moddiy qo‘llab-quvvatlash choralari ko‘rish, ularning ta’lim olishi, sog‘lig‘ini tiklashi va psixologik rehabilitatsiyasini ta’minlash belgilangan. Zo‘ravonlik oqibatida bolada yuzaga kelgan ruhiy jarohatlarni bartaraf etish, uning ijtimoiy moslashuvini tiklash maqsadida kompleks ijtimoiy-

reabilitatsiya dasturlari amalga oshiriladi.

Strategiyada, shuningdek, davlat organlari va tashkilotlar o'rtasida o'zaro hamkorlikni kuchaytirish, profilaktika ishlarini tizimli tashkil etish, aholining huquqiy madaniyatini oshirish hamda bolalarga nisbatan har qanday zo'ravonlik holatlariga murosasiz munosabatni shakllantirish vazifalari belgilangan. Ta'lim muassasalari, ichki ishlar organlari, sog'liqni saqlash tizimi hamda ijtimoiy xizmatlar o'rtasida axborot almashinuvi va tezkor choralar ko'rish mexanizmi takomillashtiriladi.

Mazkur strategiya bolalar manfaatlarini ustuvor yo'nalish sifatida belgilab, ularning huquq va erkinliklarini ishonchli himoya qilish, sog'lom va xavfsiz muhitda voyaga yetishini ta'minlashga xizmat qiladi. Uning amalga oshirilishi natijasida bolalarga nisbatan zo'ravonlik holatlarini kamaytirish, xavf omillarini erta aniqlash va har bir bola uchun xavfsiz, mehribon va qo'llab-quvvatlovchi muhit yaratish ko'zda tutilgan.

Zo'ravonlik insoniyat taraqqiyoti davomida eng dolzarb ijtimoiy muammolardan biri bo'lib kelgan. U nafaqat jismoniy zarar yetkazish, balki ruhiy bosim, tahqirlash, kamsitish, qo'rqitish, ijtimoiy chetlatish kabi shakllarda ham namoyon bo'ladi. Ayniqsa, o'smirlik davrida zo'ravonlikning har qanday ko'rinishi shaxsning ruhiy rivojlanishiga chuqur salbiy ta'sir ko'rsatadi. Bugungi kunda ta'lim muassasalarida sog'lom muhitni shakllantirish va zo'ravonliksiz kelajak yaratish eng ustuvor vazifalardan biri hisoblanadi.

Zo'ravonlik ko'pincha oiladagi nosog'lom muhit, e'tibor yetishmasligi, noto'g'ri tarbiya usullari, salbiy ijtimoiy ta'sirlar natijasida shakllanadi. Bola zo'ravonlikni ko'rib ulg'aysa, uni muammo hal etishning odatiy usuli sifatida qabul qilishi mumkin. Natijada tajovuzkor xulq, empatiyaning pasayishi, boshqalarning his-tuyg'ularini tushunmaslik kabi holatlar yuzaga keladi. Bu esa kelajakda ijtimoiy moslashuv muammolarini keltirib chiqaradi.

Maktab muhitida uchraydigan zo'ravonlik holatlari o'quvchilarning o'ziga bo'lgan ishonchini pasaytiradi, xavotir darajasini oshiradi va o'qishga bo'lgan qiziqishni kamaytiradi. Ruhiy bosim ostida qolgan bola ichki tushkunlik, yolg'izlik yoki aksincha tajovuzkorlik bilan javob qaytarishi mumkin. Bunday vaziyatlarda maktab psixologi, sinf rahbari va ota-onalarning hamkorligi muhim ahamiyat kasb etadi.

Zo'ravonliksiz kelajak yaratish, avvalo, oiladan boshlanadi. Farzandni hurmat qilish, uning fikrini tinglash, muammolarni tinch yo'l bilan hal qilish madaniyatini singdirish muhimdir. Ota-onalar farzandlariga shaxsiy namuna bo'lishi lozim. Mehr, sabr-toqat va o'zaro hurmat muhitida ulg'aygan bola boshqalarga nisbatan ham insonparvar munosabatda bo'ladi.

Ta'lim muassasalarida profilaktik tadbirlarni tizimli ravishda tashkil etish zarur. O'quvchilar bilan empatiya, muloqot madaniyati, nizolarni tinch hal etish

ko'nikmalarini shakllantirishga qaratilgan treninglar o'tkazish samarali natija beradi. Shu yo'nalishda UNICEF tomonidan ilgari surilgan bolalarni himoya qilish tamoyillari ham muhim ahamiyatga ega bo'lib, har bir bolaning xavfsiz muhitda ta'lim olish huquqini ta'minlashni ko'zda tutadi.

Shuningdek, Birlashgan Millatlar Tashkiloti tomonidan qabul qilingan Bola huquqlari to'g'risidagi konvensiya bolalarning zo'ravonlikdan himoyalaniş huquqini kafolatlaydi. Ushbu hujjatlar zo'ravonlikka qarshi kurashishda xalqaro miqyosda mustahkam huquqiy asos bo'lib xizmat qiladi.

Zo'ravonlikning oldini olishda huquqiy madaniyatni oshirish ham muhimdir. O'quvchilarga ularning huquq va majburiyatlari haqida tushuntirish, ijtimoiy mas'uliyat tuyg'usini shakllantirish zarur. Tengdoshlarga hurmat, bag'rikenglik, sabr va hamkorlik madaniyati rivojlantirilganda sog'lom jamoa muhitini yaratish mumkin bo'ladi.

Psixologik jihatdan qaraganda, zo'ravonliksiz muhit shaxsning erkin rivojlanishi, ijodkorlik qobiliyatining namoyon bo'lishi va ijtimoiy faolligining oshishiga xizmat qiladi. O'zini xavfsiz his qilgan bola tashabbuskor, ochiq fikrli va ijobiy motivatsiyaga ega bo'ladi. Bu esa kelajakda jamiyatning barkamol a'zosi bo'lib yetishishiga zamin yaratadi.

Zo'ravonliksiz kelajak yaratish – bu faqat bir kunlik tadbir emas, balki uzluksiz tarbiyaviy jarayondir. Har bir oila, har bir pedagog va har bir jamiyat a'zosi ushbu mas'uliyatni chuqur his qilishi lozim. Mehr-oqibat, adolat va hurmat qadriyatlari asosida qurilgan jamiyatda zo'ravonlikka o'rin qolmaydi.

Zo'ravonlikka qarshi kurashish va sog'lom muhitni shakllantirish – barqaror taraqqiyotning muhim omilidir. Oila, maktab va jamiyatning hamkorligi orqali biz farzandlarimiz uchun xavfsiz, adolatli va insonparvar kelajakni barpo eta olamiz. Zo'ravonliksiz kelajak – bu har birimizning qo'limizda.

Zo'ravonlik - bu jismoniy, psixologik yoki boshqa xatti-harakatlar orqali bolaga zarar yetkazish yoki uning huquqlarini cheklashdir. Asosiy shakllar quyidagilardan iborat:

- Jismoniy zo'ravonlik: urish, kaltaklash, majburlash, zarar yetkazishga qaratilgan boshqa harakatlar; misol: bolani majburan ishlatish, og'ir jismoniy jazolar.

- Psixologik zo'ravonlik: haqorat, tahdid, doimiy tanqid, e'tiborsizlik, ruhiy bosim va izolatsiya.

- Iqtisodiy zo'ravonlik: bolani moddiy ta'minotsiz qoldirish, resurslarni rad etish, bolani ishlatish maqsadida moliyaviy majburlash.

- Jinsiy zo'ravonlik: bolaning jinsiy daxlsizligini buzuvchi har qanday xatti-harakat (sezgi, tajovuz yoki ekspluatatsiya).

- E'tiborsizlik (neglect): bolaga zarur parvarish, tibbiy yordam yoki ta'lim berilmasligi, uning asosiy ehtiyojlari cheklanishi.

2. Bolalarda zo‘ravonlik belgilari qanday namoyon bo‘ladi?

Zo‘ravonlik belgilarini baholashda jismoniy, xulq-atvor va ruhiy holatga e‘tibor qaratish zarur.

Jismoniy belgilar: izsiz jarohatlar, kuyish yoki chaynalish izlari, takroriy jarohatlar, gigiena va kiyinishda sustlik.

Ruhiy va xulq-atvor belgilar: uyqu buzilishi, qo‘rquv, yig‘lash, o‘zini ayblash, ijtimoiy cheklanish, o‘qishga qiziqishning yo‘qolishi, agresivlik yoki ortiqcha passivlik.

Jinsiy suiiste‘mol belgilari: noan‘anaviy jinsiy xatti-harakatlar, anatomik shikastlanish, infektsiya alomatlari yoki jinsiy hushyorlikning o‘zgarishi.

3. Yosh davrlariga ko‘ra zo‘ravonlik xavfi

Turli yosh bosqichlarida bolalar turli xavf va zaifliklarga duch keladilar. Quyida umumiy tavsif keltirilgan:

- Chaqlik va erta bolalik (0–2 yosh): ushbu davrda e‘tiborsizlik va jismoniy zo‘ravonlik xavfi yuqori. Belgilar: o‘shishning sekinligi (failure to thrive), tushunarsiz jarohatlar, doimiy yig‘lash.

- Maktabgacha yosh (3–6 yosh): ruhiy bosim, qo‘rqitish, ba‘zan jismoniy jazolar ko‘proq uchraydi. Belgilar: regressiya (oldingi rivojlanish bosqichlariga qaytish), uyqu muammolari, qo‘rqish.

- Boshlang‘ich maktab davri (7–12 yosh): maktabdagi zo‘ravonlik (bullying), pedagogik xatti-harakatlar, e‘tiborsizlik. Belgilar: maktabda davomiy muammolar, do‘stlar bilan bog‘lanishdagi qiyinchilik.

- O‘smirlik davri (13–17 yosh): tengdosh bosimi, jinsiy ekspluatatsiya, internet orqali zo‘ravonlik, iqtisodiy majburiyatlar. Belgilar: tajovuzkor yoki izolyatsion xulq, riskli xulq-harakatlar.

4. Zo‘ravonlikka uchragan bola bilan ishlash bo‘yicha amaliy tavsiyalar

Quyidagi qadamlar ota-ona, o‘qituvchi yoki ijtimoiy xodimlar uchun amaliy ko‘rsatma sifatida xizmat qiladi:

- Xavfsizlikni ta‘minlash: agar bolaning hozirgi holati xavf ostida bo‘lsa, birinchi navbatda bolani xavfsiz joyga olib chiqish yoki vakolatli organlarga murojaat qilish keraksiz.

- Bola bilan suhbat: tinch, empatik va interaktiv uslubda suhbat qurish. Bola gapirganda shoshmaslik va savollarni yo‘naltirmaslik (noleading questions) zarur.

- Ishonch va hurmat: bolani ayblamaslik, uning his-tuyg‘ularini tasdiqlash va ishonch bildirish.

- Hujjatlash: kuzatilgan alomatlar va bolaning so‘zlari yozib olinishi lozim — sana, vaqt va kuzatuvchining ismi bilan.

- Mutaxassislarni jalb etish: psixolog, ijtimoiy xodim yoki tibbiy mutaxassisga yo‘naltirish. Ba‘zi holatlarda huquq-tartibot organlariga xabar berish talab etiladi.

- Maxfiylikni ta'minlash: bolaning ma'lumotlarini keraksiz tarqatmaslik, ma'lumotlar faqat mutaxassislar doirasida muhokama qilinishi lozim.

- Qayta tiklash va qo'llab-quvvatlash: psixoterapiya, guruh terapiya, sport va ijodiy mashg'ulotlar orqali bolaga ijobiy muhit taqdim etish.

5. Yo'naltirish va ko'p tarmoqli hamkorlik

Samarali yordam ko'rsatish uchun ta'lim, sog'liqni saqlash, ijtimoiy himoya va huquqni muhofaza qilish tizimlari o'rtasida tezkor va aniq aloqa mavjud bo'lishi kerak. Yo'naltirishda quyidagi ma'lumotlarni kiritish tavsiya qilinadi: bolaning shaxsi, yosh, kuzatuvlar, kim xabar bergan, qabul qilingan chora-tadbirlar va favqulodda ehtiyojlar.

6. Profilaktika va ta'limiy chora-tadbirlar

Zo'ravonlikning oldini olish uchun kompleks yondashuv zarur. Asosiy chora-tadbirlar quyidagilarni o'z ichiga oladi:

- Ota-onalar uchun ijobiy tarbiya va konfliktni hal etish bo'yicha treninglar.
- Maktablarda anti-bullying dasturlarini joriy etish va pedagoglarni malaka oshirish.
- Jamiyatda ommaviy axborot vositalari orqali ma'ruzalar, kampaniyalar va targ'ibot ishlarini olib borish.
- Bolalar va oilalarni qo'llab-quvvatlovchi milliy xizmatlarni kuchaytirish (hotline, krizis markazlar).

- Ma'lumotlar yig'ish va monitoring tizimlarini yaxshilash.

7. Siyosiy va amaliy tavsiyalar

- Majburiy xabar berish mexanizmlarini takomillashtirish va amaliyotga joriy etish.
- Maktablarda va sog'liqni saqlash tizimida kasbiy treninglarni kengaytirish.
- Xizmatlar va resurslarni moliyalashtirishni oshirish.
- Tizimlararo ma'lumot almashinuvi va monitoringni tashkil etish.
- Bolalarning huquqlarini himoya qilish bo'yicha amaliy qo'llanmalarni ishlab chiqish.

XULOSA

Zo'ravonliksiz kelajak – bu har bir inson, ayniqsa bolalar, xavfsiz, erkin va himoyalangan muhitda yashaydigan jamiyatdir. Bu maqsadda oilada, ta'limda va ijtimoiy hayotda zo'ravonlikning har qanday ko'rinishiga (jismoniy, ruhiy) yo'l qo'ymaslik, bolalarni baxtli kelajakka tayyorlash hamda mintaqaviy hamkorlikni kuchaytirish muhimdir.

Zo'ravonliksiz kelajakning asosiy yo'nalishlari:

- **Bolalikni himoya qilish:** Bolalarni jismoniy va ruhiy tazyiqlardan saqlash orqali ularning baxtli va sog'lom o'sishini ta'minlash.

- **Mintaqaviy hamkorlik:** Markaziy Osiyo mamlakatlari o'rtasida zo'ravonlikka qarshi kurashish bo'yicha tajriba almashish va birgalikda choralar ko'rish.

- **Huquqiy ta'lim va ongini oshirish:** Jamiyatda zo'ravonlikka nisbatan murosasizlik hissini shakllantirish va huquqiy madaniyatni yuksaltirish.

- **Ijtimoiy yordam:** Jabrlanganlarga kompleks ijtimoiy xizmatlar ko'rsatish va reabilitatsiya qilish.

Ushbu maqsadlarga erishish orqali tinch va xavfsiz kelajakni barpo etish mumkin.

Zo'ravonlikni oldini olish va zo'ravonlikka uchragan bolalarga yordam ko'rsatish bu jamiyatning barcha darajalari ishtirokida amalga oshirilishi kerak bo'lgan doimiy jarayondir. Maqsad - har bir bolaning xavfsiz, qo'llab-quvvatlovchi va mehr-muhabbatga to'la muhitda ulg'ayishini ta'minlashdir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. O'zbekiston Respublikasining "Bola huquqlari to'g'risida"gi Qonuni.
2. BMTning Bola huquqlari to'g'risidagi Konvensiyasi.
3. Karimova V. "Bola psixologiyasi va tarbiyasi", Toshkent, 2020.
4. Ilmiy maqolalar va amaliy qo'llanmalar.
5. Ziya.net