

MAKTABDA ZO‘RAVONLIKNI OLDINI OLISH

Nurullayeva Dilshoda Sagdulloyevna

*Samarqand viloyat Samarqand
shahar 48-maktabining psixologi*

Annotatsiya: Mazkur maqola maktabda zo‘ravonlik hodisasining kelib chiqishi, uning o‘quvchilar ruhiyatiga ta’siri va ushbu illatni bartaraf etishning zamonaviy yondashuvlarini tahlil qilishga bag‘ishlangan. Tadqiqotda bullingning nafaqat shaxslararo nizo, balki ijtimoiy-tizimli muammo ekanligi asoslab berilgan. Shuningdek, maqolada zo‘ravonliksiz ta’lim muhitini yaratishda maktab, oila va jamiyat hamkorligining institutsional asoslari yoritib berilgan.

Kalit so‘zlar: bulling, agressiya, viktimizatsiya, kiberbulling, ijtimoiy iqlim, emotsional intellekt, profilaktika, inklyuziv muhit.

Inson huquqlari va bolalar xavfsizligi masalasi bugungi kun global pedagogikasining markaziy nuqtalaridan biri hisoblanadi. Maktab o‘quvchi hayotida nafaqat akademik bilimlar bazasi, balki uning ijtimoiy xulq-atvori andozalari shakllanadigan muhitdir. Biroq, ko‘plab tadqiqotlar shuni ko‘rsatmoqdaki, maktablar har doim ham bolalar uchun xavfsiz maskan bo‘lib qolmayapti. Zo‘ravonlik va bulling — bu ta’lim jarayonining samaradorligini tushiruvchi, o‘quvchilarning ruhiy salomatligiga jiddiy putur yetkazuvchi va jamiyatda destruktiv shaxslar ko‘payishiga sabab bo‘luvchi asosiy omillardir [1]. Maktabda zo‘ravonlikni oldini olish muammosi individual darajadan o‘tib, umummilliy xavfsizlik darajasidagi masalaga aylangan.

Zo‘ravonlik tushunchasi o‘z ichiga jismoniy kuch ishlatishdan tortib, murakkab psixologik tazyiqlargacha bo‘lgan keng ko‘lamli harakatlarni oladi. Bullingning klassik ta’rifi shuni anglatadiki, bu harakat **muntazam** ravishda, **ataylab** va **teng bo‘lmagan kuchlar** sharoitida amalga oshiriladi.

Bullingning tarkibiy qismlari:

- **Agressor (Bulli):** O‘z kuchini va mavqeini boshqalarni kamsitish orqali namoyon qiluvchi shaxs.
- **Jabrlanuvchi (Qurbon):** Psixologik yoki jismoniy zaifligi sababli hujum nishoniga aylangan o‘quvchi.
- **Guvohlar (Kuzatuvchilar):** Zo‘ravonlikni ko‘rib, unga aralashmagan yoki passiv tarzda qo‘llab-quvvatlagan ko‘pchilik [2].

Zo‘ravonlikning psixologik determinantalari

Nima uchun ayrim maktablarda zo‘ravonlik darajasi yuqori, boshqalarida esa past? Bu savolga javob izlashda psixologlar uchta asosiy omilni tahlil qilishadi:

1. Oila muhitining ta'siri. Zo'rvonlik ko'pincha "o'rganilgan xulq-atvor" natijasidir. Agar bola oilada nizolarni hal qilishning yagona yo'li kuch ishlatish yoki baqirish ekanligini ko'rsa, u bu modelni maktabga ko'chirib o'tkazadi. Shuningdek, haddan tashqari qattiqqo'l tarbiya bolada ichki g'azabni yig'adi, u esa bu g'azabni zaifroq tengdoshlariga sochadi [3].

2. Maktab iqlimi va ma'naviy muhit. Maktabda o'qituvchilar va o'quvchilar o'rtasidagi munosabatlarda demokratik bo'lmagan joyda zo'rvonlik gullab-yashnaydi. O'qituvchilarning o'zlari o'quvchilarga nisbatan baqirish yoki kamsitish usullarini qo'llasa, bu o'quvchilar uchun "kuchli bo'lish — boshqalarni ezish" degan signal bo'lib xizmat qiladi.

3. Ijtimoiy tarmoqlar va kiberbulling. Zamonaviy zo'rvonlik maktab devorlaridan tashqariga chiqib, virtual olamga ko'chgan. Kiberbulling uning anonimligi va auditoriyasining kengligi bilan xavflidir. Bu holatda jabrlanuvchi o'zini hatto uyida ham xavfsiz his qila olmaydi, chunki tazyiq 24/7 rejimida davom etadi [4].

Zo'rvonlikni oldini olishning institutsional modellari

Dunyo tajribasidan ma'lumki (masalan, Skandinaviya davlatlarida qo'llaniladigan Olveus dasturi), zo'rvonlikni kamaytirish uchun quyidagi yo'nalishlarda bir vaqtda ish olib borish lozim:

I. Strategik daraja: Maktabning umumiy siyosati. Maktab ma'muriyati "Bu yerda zo'rvonlikka o'rin yo'q" degan aniq pozitsiyani egallashi kerak.

- 🔔 **Monitoring va hisobot tizimi:** Har bir o'quvchi zo'rvonlik holati haqida anonim tarzda xabar bera oladigan "Ishonch qutilari" yoki elektron platformalar tashkil etilishi lozim.
- 🔔 **Xodimlarni o'qitish:** Nafaqat o'qituvchilar, balki maktab qorovuli, oshxona xodimlari ham bulling belgilarini aniqlash va unga to'g'ri munosabat bildirish bo'yicha treninglardan o'tishlari shart [5].

II. Pedagogik daraja: Sinfidagi sog'lom muhit

Sinf — bu kichik jamiyat. Undagi munosabatlarni sog'lomlashtirish uchun:

- ✓ **Jamoaviy qadriyatlar:** Sinfda har bir o'quvchi o'zini qadrligi his qilishi uchun "Bizning sinf qoidalari" birgalikda ishlab chiqilishi kerak.
- ✓ **Hamkorlikdagi ta'lim:** Individual raqobatni kamaytirib, guruhli loyihalar va o'zaro yordam tizimini (masalan, "tyutorlik") yo'lga qo'yish lozim. Bu o'quvchilar o'rtasidagi dushmanlik kayfiyatini yo'qotadi.

III. Psixologik daraja: Shaxsiy resurslarni rivojlantirish

Zo'rvonlikning oldini olishda emotsional intellektni (EQ) rivojlantirish hal qiluvchi rol o'ynaydi.

- **Empatiya mashqlari:** Bolalarga boshqalarning his-tuyg'ularini tushunishni o'rgatish. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, empatiya darajasi yuqori bo'lgan o'quvchi hech qachon zo'rvonlikka qo'shilmaydi [6].

- **Assertiv xulq-atvor:** Jabrlanuvchi bo‘lishga moyil bolalarga "Yo‘q" deyishni, o‘z chegaralarini agressiyasiz himoya qilishni va o‘ziga bo‘lgan ishonchni oshirishni o‘rgatish zarur.

Maktabda yuzaga kelgan har qanday nizoni jazo bilan emas, balki muloqot bilan hal qilish madaniyatini joriy etish lozim. "Tengdosh-mediatorlar" xizmati bunga misol bo‘la oladi. Maxsus tayyorlangan yuqori sinf o‘quvchilari kichik sinfdagi nizolarni hal qilishda vositachilik qiladilar. Bu usul o‘quvchilar orasida mas’uliyat hissini oshiradi va kattalar aralashuvisiz ham tartib o‘rnatish imkonini beradi [7].

Maktabda zo‘ravonlikni oldini olish — bu uzoq muddatli va uzluksiz investitsiyadir. Bu jarayonda har bir ishtirokchining roli muhim: ma’muriyat tartib o‘rnatadi, o‘qituvchi namuna bo‘ladi, psixolog ko‘mak beradi, ota-ona esa oiladagi muhitni nazorat qiladi. Faqatgina ochiqlik, o‘zaro ishonch va insonparvarlik tamoyillari ustuvor bo‘lgan maktab muhitidagina zo‘ravonlik illatidan butunlay qutulish mumkin. Zero, xavfsiz maktab — baxtli kelajak garovidir.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Olweus, D. *Bullying at School: What We Know and What We Can Do*. Oxford: Blackwell Publishers, 1993.
2. Smith, P. K. *The Nature of School Bullying: A Cross-National Perspective*. Routledge, 1999.
3. Kon I. S. *Chto takoe bulling i kak s nim borotsya? // Semya i shkola*. – 2006. – № 11.
4. Patchin, J. W., & Hinduja, S. *Cyberbullying Prevention and Response: Expert Perspectives*. Routledge, 2012.
5. Nishatova N. J. *Maktabda xavfsiz muhitni yaratishning psixopedagogik asoslari*. Toshkent, 2020.
6. Goleman, D. *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. Bantam Books, 1995.
7. Sullivan, K., Cleary, M., & Sullivan, G. *Bullying in Secondary Schools*. SAGE Publications, 2004.