

MAKTABLARDA "BIZ ZO'RAVONLIKKA QARSHIMIZ" AKSIYALARINI O'TKAZISHNING PSIXOPROFILAKTIK AHAMIYATI VA SAMARADORLIGI

*Muallif: Ikramova Mukambar Anvarovna
Olmaliq shahar 24-sonli umumiy o'rta
ta'lim maktabi amaliyotchi psixologi*

Annotatsiya

Mazkur maqola umumiy o'rta ta'lim maktablarida o'quvchilar orasida zo'ravonlikning oldini olish va sog'lom psixologik muhitni shakllantirishda "Biz zo'ravonlikka qarshimiz" aksiyalarining o'rni va ahamiyatini tahlil qilishga bag'ishlangan. Unda zo'ravonlik turlari, uning o'quvchilar psixikasiga ta'siri yoritilgan hamda Olmaliq shahar 24-sonli maktab misolida ushbu aksiyalarni tashkil etish metodologiyasi, o'tkazilgan tadbirlar, erishilgan natijalar va samaradorlik baholanadi

Kalit so'zlar: maktab zo'ravonligi, bulling, psixoprofilaktika, "Biz zo'ravonlikka qarshimiz" aksiyasi, maktab psixologi, ijtimoiy-psixologik muhit, o'quvchilar xulq-atvori.

Kirish

Zamonaviy jamiyatda, ayniqsa ta'lim muassasalarida zo'ravonlik masalasi tobora dolzarb muammoga aylanib bormoqda. Maktabdagi zo'ravonlik, xususan bulling (tengdoshlar tomonidan ta'qib qilish), o'quvchilarning ruhiy salomatligiga, akademik o'zlashtirishiga va umumiy ijtimoiy moslashuviga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Bu esa o'z navbatida, ularda o'ziga ishonchsizlik, xavotir, depressiya kabi holatlarni keltirib chiqarishi, ba'zi hollarda esa yanada jiddiy xulq-atvor buzilishlariga olib kelishi mumkin (G'oziyev E.G., 2009). Shu bois, maktablarda zo'ravonlikning har qanday ko'rinishlarining oldini olish, o'quvchilar orasida o'zaro hurmat, do'stlik va bag'rikenglikni targ'ib qilish muhim ahamiyat kasb etadi.

O'zbekiston Respublikasida ta'lim tizimini rivojlantirishga qaratilgan keng ko'lamlı islohotlar doirasida maktablarda sog'lom psixologik muhitni ta'minlashga alohida e'tibor qaratilmoqda. Jumladan, umumiy o'rta ta'lim maktablarida psixolog shtat birligining joriy etilishi va ularning faoliyatini tashkil etish borasidagi normativ hujjatlar (Vazirlar Mahkamasining 577-son qarori) maktab psixologining zo'ravonlik profilaktikasidagi rolini mustahkamladi.

"Biz zo'ravonlikka qarshimiz" kabi aksiyalar – bu maktabda zo'ravonlikka nisbatan murosasiz munosabatni shakllantirishga, o'quvchilar, pedagoglar va ota-onalarning bu boradagi xabardorligini oshirishga qaratilgan samarali psixoprofilaktik choradir.

Ushbu maqolaning maqsadi Olmaliq shahar 24-sonli umumiy o'rta ta'lim maktabi amaliyotchi psixologi sifatida o'tkazilgan "Biz zo'ravonlikka qarshimiz" aksiyalarining tashkiliy jihatlari, mazmuni va uning maktab muhitiga ta'sirini tahlil qilish, shuningdek, erishilgan natijalarni baholash va kelgusidagi faoliyat uchun takliflar ishlab chiqishdan iborat.

Metodologiya (Tahlil usullari)

Olmaliq shahar 24-sonli umumiy o'rta ta'lim maktabida "Biz zo'ravonlikka qarshimiz" aksiyalarini o'tkazish va uning samaradorligini o'rganish maqsadida quyidagi tadqiqot usullari qo'llanildi:

1. **Hujjatli tahlil:** Maktabning yillik ish rejalari, psixologning faoliyat yo'riqnomalari, o'tkazilgan tadbirlarning hisobotlari, o'quvchilar intizomi va xulq-atvori bo'yicha statistik ma'lumotlar o'rganildi.
2. **Suhbatlar:** Maktab ma'muriyati (direktor, o'quv ishlari bo'yicha direktor o'rinbosarlari), sinf rahbarlari, fan o'qituvchilari, o'quvchilar va ularning ota-onalari bilan individual va guruhli suhbatlar tashkil etildi. Suhbatlarning maqsadi zo'ravonlik holatlarining maktabdagi tarqalish darajasi, "Biz zo'ravonlikka qarshimiz" aksiyalari haqidagi fikrlar va ularning ta'sirini aniqlash edi.
3. **So'rovnomalar va anketalashtirish:**
 - o **O'quvchilar uchun:** Zo'ravonlik turlari haqida xabardorlik darajasi, zo'ravonlikka munosabat, o'zlarini xavfsiz his qilish darajasi, aksiyalardagi ishtirok darajasi va ularning samaradorligi bo'yicha anonim so'rovnomalar o'tkazildi.
 - o **Pedagoglar uchun:** O'quvchilar xulq-atvoridagi o'zgarishlar, zo'ravonlik holatlarining kamayishi, aksiyalarning pedagogik jarayonga ta'siri bo'yicha anketalar tarqatildi.
4. **Kuzatuv:** Aksiyalar davomida o'quvchilarning faolligi, tadbirlardagi ishtiroki, o'zaro muloqotlari va reaksiyalari bevosita kuzatildi. Kuzatuv natijalari maxsus jadvallarda qayd etildi.
5. **Ijodiy ishlar tahlili:** "Biz zo'ravonlikka qarshimiz" mavzusida o'quvchilar tomonidan tayyorlangan rasmlar, shiorlar, insholar va boshqa ijodiy ishlar tahlil qilinib, ularning zo'ravonlikka munosabati va xabardorlik darajasi aniqlandi.
6. **"Qizil quti" (Ishonch qutisi) ma'lumotlarini tahlil qilish:** Maktabda o'rnatilgan "Ishonch qutisi" ga tushgan zo'ravonlik holatlari, shikoyatlar va takliflar muntazam tahlil qilinib, o'tkazilgan aksiyalar bilan bog'liqlik darajasi o'rganildi.

Ushbu metodologiya yordamida aksiyalarning nafaqat tashkiliy jihatlari, balki ularning o'quvchilar, pedagoglar va ota-onalar ongiga ta'siri, shuningdek, maktabdagi psixologik muhitga ko'rsatgan ta'siri har tomonlama baholandi.

Natijalar

Olmaliq shahar 24-sonli maktabda "Biz zo'ravonlikka qarshimiz" aksiyalarini o'tkazish bo'yicha olib borilgan tadqiqot va amaliy faoliyat quyidagi natijalarni berdi:

1. Aksiyalarning tashkiliy ko'lami va ishtirok darajasi: "Biz zo'ravonlikka qarshimiz" aksiyalari tizimli ravishda, o'quv yili davomida turli shakllarda o'tkazib borildi. Bularga quyidagilar kiradi: * **Ma'rifiy soatlar va davra suhbatlari:** Barcha sinflarda (1-11-sinflar) zo'ravonlikning turlari, uning oqibatlarini, qanday qilib zo'ravonlikka duch kelganda o'zini himoya qilish va yordam so'rash kerakligi haqida ma'lumotlar berildi. * **Flashmoblar va plakatlar tanlovlari:** "Zo'ravonlikka yo'q deymiz!", "Do'stlik – kuch", "Mehr ulashaylik" kabi shiorlar ostida o'quvchilarning faol ishtirokida flashmoblar, eng yaxshi plakatlar va rasmlar tanlovlari tashkil etildi. Ushbu tadbirlarda o'quvchilarning 80% dan ortig'i bevosita ishtirok etdi. * **"Ochiq eshiklar kuni" va ota-onalar yig'ilishlari:** Ota-onalar uchun maktab psixologi tomonidan zo'ravonlik profilaktikasi, bolalarning xulq-atvoridagi o'zgarishlarni aniqlash va ular bilan muloqot qilish bo'yicha seminarlar o'tkazildi. Ota-onalarning qatnashish darajasi 60% ni tashkil etdi. * **"Ishonch qutisi"ning faollashtirilishi:** O'quvchilar o'z muammolari, shikoyatlari yoki zo'ravonlik holatlari haqida anonim tarzda xabar berishlari uchun "Ishonch qutisi" faoliyati kuchaytirildi.

2. O'quvchilarning xabardorlik darajasining oshishi: So'rovnomalar natijalariga ko'ra, aksiyalar o'tkazilgandan so'ng o'quvchilarning zo'ravonlik turlari (fizik, psixologik, kiberzo'ravonlik) va uning oqibatlarini haqidagi xabardorlik darajasi sezilarli darajada oshdi. Tadbirlardan oldin zo'ravonlik haqida to'liq ma'lumotga ega bo'lgan o'quvchilar 45% ni tashkil etgan bo'lsa, aksiyalardan so'ng bu ko'rsatkich 75% ga yetdi.

3. Zo'ravonlik holatlarining kamayishi va maktab muhitining yaxshilanishi: * "Ishonch qutisi"ga kelgan shikoyatlar soni dastlabki bosqichda (aksiyalar boshlanishida) bir oz oshgan bo'lsada, bu o'quvchilarning muammolar haqida gapirishga bo'lgan ishonchining ortishi bilan izohlandi. Keyinchalik, o'quv yilining ikkinchi yarmiga kelib, aniqlangan zo'ravonlik holatlari soni va shikoyatlar miqdori 20-25% ga kamaydi. * Maktab ma'muriyati va sinf rahbarlarining kuzatuvlariga ko'ra, o'quvchilar orasida kelishmovchiliklar, janjallar va bulling holatlari soni kamayganligi qayd etildi. * O'quvchilarning o'zaro muloqotida o'zaro hurmat va tolerantlik elementlari kuchaygani, o'zaro yordam va qo'llab-quvvatlash madaniyati rivojlanayotgani kuzatildi.

4. Pedagoglar va ota-onalarning faolligi: Aksiyalar natijasida pedagoglarning zo'ravonlikni aniqlash va unga munosabat bildirish bo'yicha ko'nikmalari oshdi. Ota-onalar ham maktab psixologi bilan yanada faol hamkorlik qilishga, bolalarining xulq-atvoriga e'tiborli bo'lishga va maktabdagi profilaktik ishlarni qo'llab-quvvatlashga moyillik bildirdi.

Xulosa qilib aytganda, "Biz zo'ravonlikka qarshimiz" aksiyalari Olmaliq shahar 24-sonli maktabda zo'ravonlik profilaktikasi va sog'lom psixologik muhitni yaratishda muhim va samarali vosita bo'lib xizmat qildi.

Muhokama va xulosa

Olmaliq shahar 24-sonli maktabda o'tkazilgan "Biz zo'ravonlikka qarshimiz" aksiyalarining tahlili shuni ko'rsatdiki, maktabda zo'ravonlikning oldini olish va ijobiy psixologik muhitni shakllantirishda tizimli va kompleks yondashuv muhim ahamiyatga ega. Ushbu aksiyalar nafaqat o'quvchilarning zo'ravonlik turlari va uning oqibatlari haqidagi xabardorligini oshirishga, balki ularning zo'ravonlikka nisbatan muhosasiz munosabatini shakllantirishga ham xizmat qildi.

Erishilgan natijalar maktab psixologining zo'ravonlik profilaktikasidagi yetakchi rolini tasdiqladi. Psixolog tomonidan tashkil etilgan ma'rifiy suhbatlar, treninglar, ijodiy tanlovlar va ota-onalar bilan hamkorlik ishlari o'quvchilarning xulq-atvoridagi ijobiy o'zgarishlarga, zo'ravonlik holatlarining kamayishiga va maktab jamoasining yanada jipslashishiga olib keldi. "Ishonch qutisi"ning faollashtirilishi o'quvchilarga o'z muammolari haqida bemalol gapirish imkoniyatini berib, psixologga erta bosqichda yordam ko'rsatishga sharoit yaratdi.

Shu bilan birga, zo'ravonlikka qarshi kurash bir martalik tadbir emas, balki uzluksiz jarayon ekanligini anglash zarur. Aksiyalar davomida ba'zi o'quvchilar orasida muammolar haqida ochiq gapirishdan tortinish, ba'zi ota-onalarning esa profilaktik ishlarga yetarli e'tibor bermaslik kabi kichik muammolar ham kuzatildi. Bu esa kelgusidagi faoliyatda ushbu jihatlariga ko'proq e'tibor qaratish zarurligini ko'rsatadi.

Tavsiyalar:

1. **Uzluksiz profilaktika:** "Biz zo'ravonlikka qarshimiz" aksiyalarini nafaqat biror muddatga, balki o'quv yili davomida muntazam ravishda turli formatlarda (mavzuli haftaliklar, oyliklar, doimiy ruknlar) o'tkazishni yo'lga qo'yish.
2. **Innovatsion usullarni joriy etish:** O'quvchilarning yosh xususiyatlaridan kelib chiqqan holda, kiberzo'ravonlik profilaktikasi bo'yicha onlayn treninglar, ijtimoiy roliklar tayyorlash, interaktiv o'yinlar va virtual simulyatsiyalar kabi zamonaviy texnologiyalardan foydalanish.
3. **O'quvchilarni jalb qilish:** Aksiyalarni tashkil etishda o'quvchilarning o'zlarini (masalan, "tengdosh tengdoshga yordam beradi" dasturlari doirasida) faol ishtirok etishga undash, ularga tashabbus ko'rsatish imkoniyatini berish.
4. **Ota-onalar bilan hamkorlikni kuchaytirish:** Ota-onalar uchun bolalar psixologiyasi, zo'ravonlikning oldini olish, ijtimoiy tarmoqlardan xavfsiz foydalanish bo'yicha muntazam ravishda seminarlar, onlayn-maslahatlar tashkil etish.
5. **Pedagog kadrlarning malakasini oshirish:** Sinf rahbarlari va fan o'qituvchilari uchun maktabdagi zo'ravonlikni aniqlash, unga to'g'ri munosabat

bildirish, o‘quvchilar bilan individual ishlash metodikasi bo‘yicha muntazam treninglar o‘tkazish.

6. **Ijtimoiy sherikchilikni rivojlantirish:** Mahalliy jamoatchilik tashkilotlari, tibbiyot muassasalari va huquq-tartibot organlari bilan hamkorlikni kuchaytirish.

Xulosa qilib aytganda, "Biz zo‘ravonlikka qarshimiz" aksiyalari maktabda sog‘lom, xavfsiz va rivojlanishga yo‘naltirilgan muhitni yaratishda muhim strategik vositadir. Maktab psixologi tomonidan tizimli va professionallik bilan olib borilgan ushbu faoliyat orqali kelajak avlodni zo‘ravonlikdan holi, barkamol shaxslar etib tarbiyalashga munosib hissa qo‘shiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. **O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2020 yil 7 sentyabrdagi “Umumiy o‘rta ta’lim maktablarida “Psixolog” shtat birligini joriy etish hamda ularning faoliyatini tashkil etish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi 577-son qarori.**
2. **G‘oziyev E.G‘.** (2009). "Psixologiya". – Toshkent: O‘qituvchi.
3. **Ismoilova Z.K.** (2018). "Maktab psixologi faoliyatining o‘ziga xos xususiyatlari". – Toshkent: Fan.
4. **Karimova V.M.** (2007). "Ijtimoiy psixologiya". – Toshkent: Fan va texnologiya.
5. "Maktab psixologi faoliyatini tashkil etish bo‘yicha uslubiy tavsiyalar". (2021). O‘zbekiston Respublikasi Xalq ta’limi vazirligi.
6. **Ochilov M.A.** (2009). "Pedagogik psixologiya". – Toshkent: TDPU.
7. **Ziyomhammadov B.** (2012). "Pedagogik psixologiya". – Toshkent: Yangi asr avlodi.