

BULLING (MAKTABDAGI ZO‘RAVONLIK) VA UNING O‘QUVCHI RUHIYATIGA TA’SIRI

Muxammadxojiyeva Muazzamxon Ibroximjon qizi

*Andijon viloyati Asaka tumani 27-umumta’lim
maktabi amaliyotchi psixologi*

ANNOTATSIYA

Mazkur maqolada buling (maktabdagi zo‘ravonlik) tushunchasi, uning shakllari va o‘quvchi ruhiyatiga ko‘rsatadigan psixologik ta’siri yoritilgan. Shuningdek, zo‘ravonlikka uchragan o‘quvchilarda kuzatiladigan emotsional, xulqiy va ijtimoiy o‘zgarishlar hamda ta’lim jarayoniga salbiy ta’siri tahlil qilingan. Profilaktik chora-tadbirlar va maktab-oila-psixolog hamkorligining ahamiyati ko‘rsatib berilgan.

Kalit so‘zlar: buling, maktab zo‘ravonligi, o‘quvchi, psixologik ta’sir, stress, xavotir, depressiya, ijtimoiy izolyatsiya, emotsional holat, profilaktika.

KIRISH

Buling — bu maktab muhitida bir yoki bir guruh o‘quvchilar tomonidan boshqa o‘quvchiga nisbatan takroriy ravishda jismoniy, ruhiy yoki ijtimoiy bosim o‘tkazish holatidir. Ushbu hodisa o‘quvchilarning shaxsiy rivojlanishiga jiddiy zarar yetkazadi va ta’lim muhitining sog‘lomligiga salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Buling bir nechta shakllarda namoyon bo‘ladi: jismoniy zo‘ravonlik (urish, turtish), og‘zaki zo‘ravonlik (haqorat, kamsitish), ijtimoiy chetlatish (guruhdan chiqarish, e’tiborsiz qoldirish) va kiberbuling (ijtimoiy tarmoqlar orqali tahqirlash). Har bir shakl o‘quvchi ruhiyatiga turlicha, ammo chuqur salbiy ta’sir ko‘rsatadi.

Bulingka uchragan o‘quvchilarda eng avvalo emotsional buzilishlar kuzatiladi. Ular qo‘rquv, xavotir, tushkunlik, uyatchanlik va o‘ziga nisbatan ishonchsizlikni his qilishadi. Bu holat o‘quvchining o‘zini past baholashiga olib keladi. Psixologik bosim kuchaygan sari stress darajasi ortadi, bu esa diqqat, xotira va fikrlash jarayonlariga salbiy ta’sir qiladi. Natijada o‘quvchining o‘qishga qiziqishi pasayadi, darslarni o‘zlashtirish darajasi kamayadi va maktabga borishdan qochish holatlari yuzaga keladi.

Uzoq davom etgan buling holatlari ijtimoiy izolyatsiyaga olib kelishi mumkin. O‘quvchi tengdoshlari bilan muloqotdan qochadi, yolg‘izlikni afzal ko‘radi va ba’zan agressiv yoki himoyalalanuvchi xulq-atvor shakllantiradi. Bulingning kelib chiqishiga oilaviy muhitdagi muammolar, tarbiya kamchiliklari, nazoratning sustligi, tengdoshlar bosimi va internetdagi salbiy kontentlar sabab bo‘lishi mumkin. Shu bilan birga, maktabdagi ijtimoiy muhit ham muhim rol o‘ynaydi.

Maktab psixologi buling holatlarini erta aniqlash va oldini olishda muhim o‘rin tutadi. U o‘quvchilar bilan individual suhbatlar o‘tkazishi, profilaktik treninglar tashkil

etishi va xavf guruhidagi bolalar bilan ishlashi lozim. O'qituvchilar sinfda ijobiy psixologik muhit yaratishi, zo'ravonlik holatlariga befarq bo'lmasligi va tezkor choralar ko'rishi zarur. O'quvchilarda bag'rikenglik, empatiya va o'zaro hurmatni shakllantirish muhim tarbiyaviy vazifadir. Ota-onalar bilan hamkorlik ham bulingning oldini olishda asosiy omillardan biridir. Farzandning ruhiy holatini kuzatish, u bilan ochiq muloqot qilish va emotsional qo'llab-quvvatlash zarur. O'smirlar orasida uchrab turadigan bulling muammosi ko'p yillar davomida o'z ahamiyatini yo'qotmadi. Olib borilayotgan turli tadqiqotlarning natijalariga ko'ra, maktab o'quvchilarining uchdan bir qismi maktabda doimiy yoki vaqti-vaqti bilan zo'ravonlikning turli shakllariga duch keladilar. Amaliyot shuni ko'rsatadiki, zo'ravonlikning bu shakllari asosan verbal xarakterga ega bo'lib, baqirish, kamsituvchi so'zlar, haqoratlash, bezorilik, inson sha'ni va qadr-qimmatini ranjitadigan "qo'pol" hazillardan iborat. Bugungi kunda o'quvchilarning chorak qismi jismoniy zo'ravonlik va jismoniy zo'ravonlik tahdidlariga duch kelmoqda.

Maktabda o'quvchilar orasida ro'y beradigan bulling muammolari bilan shug'ullanuvchi psixologlar (L. S. Alekseyeva, A. A. Bochaver, I. S. Berdishev, O. L. Glazman, S. V. Krivosova, D. A. Kutuzova, V. R. Petrosyans va boshqalar) ning ilmiy tadqiqotlarida aniqlanishicha bu muammo azaliy mavzulardan biri bo'lgan va shunday bo'lib qolmoqda. "Bulling" atamasi ilmiy adabiyotlarda faqat o'tgan asrning 90-yillari boshlarida paydo bo'lgan, u dastlab, "mobbing" atamasi sifatida qo'llanilib bir guruh odamlar tomonidan bir kishini muntazam ravishda ta'qib qilish uchun ishlatiladigan tushuncha sifatida ta'riflangan hamda birinchi marta shved shifokori Peter-Paul Xaynemann tomonidan ishlatilgan. Rus tadqiqotchisi D. Olveus tomonidan "Maktablardagi bulling" deb nomlangan kitob nashr etilgandan so'ng, chet ellik psixologlar orasida ham "bulling" fenomeniga katta qiziqish paydo bo'ldi. [16].

Ushbu mavzu tezda jahon psixologiyasining o'rganish ob'ektiga aylandi hamda bullingning oldini olish va to'xtatish sohasidagi pedagogik va psixologik tadqiqotlar tez rivojlana boshladi. Britaniyalik tadqiqotchi D. Leynning izlanishlarida bulling hodisasi yetarlicha batafsil yoritilgan bo'lib, muallif ushbu xodisaning sabablarini va keltirib chiqargan omillarni o'z asarlaridan birida ta'kidlagan. 1990-yillarga qadar bunday tadqiqotlar asosan G'arb olimlari (Geynemann, D. Olveus, Leymann, Pikas, Roland, Orton, Tattum, Leyn, Sparksetal) tomonidan olib borilgan va ular jamoatchilik e'tiborini maktab bezoriligi muammosiga qaratishga harakat qilganlar. Keyinchalik, bullingning namoyon bo'lishi, qurbonlar va bullerlarning psixologik xususiyatlari va turli mamlakatlarda ushbu muammoni hal qilishning umume'tirof etilgan yondashuvlari tasvirlangan eksperimental ma'lumotlar taqdim etila boshlandi.

Rossiya psixologlari amaliyotida bulling muammosi uzoq vaqt davomida "izolyatsiya qilingan" ijtimoiy kamchilikning ko'rsatkichi sifatida talqin qilingan (to'liq bo'lmagan oila, "e'tibordan chetda qolgan maktab", vaqtinchalik qiyinchiliklar)

bo'lsa hozirgi vaqtda shafqatsizlik va zo'ravonlik moddiy, sinfiy, irqiy, madaniy, diniy, ijtimoiy-iqtisodiy va hokazolardan qat'i nazar, aholining barcha qatlamlari va toifalarida sodir bo'lishi isbotlandi. Olimlar tomonidan bolaning hayoti va rivojlanishidagi "sensor", ya'ni zo'ravonlikka nisbatan eng sezgir davrlar aniqlandi. Bu davrlar anatomik-fiziologik, gormonal, emotsional-shaxsiy va psixoiijtimoiy o'zgarishlar bilan bog'liq bo'lib, bular bolani eng zaif holatga keltiradi. Bu davrlardan biri, o'smirlik davri hisoblanadi. Xorijiy tadqiqotchilar A.A. Bochaver va K.D. Xlomovning ilmiy xulosalariga ko'ra, asosan boshlang'ich maktab o'quvchilari to'g'ridan-to'g'ri ta'qibga duch keladi, o'rta va yuqori sinflarda esa bilvosita ta'qib ko'proq kuzatiladi.

Shuningdek, o'g'il bolalar qizlarga qaraganda ta'qibda turli rollarda (qurbon, ta'qibchi, guvoh) sifatida ishtirok etishga ko'proq moyil ekanligi aniqlangan. Odatda o'g'il bolalarning o'zlari ham ko'proq jismoniy ta'qib qurboni bo'lishadi – ko'pincha kuchlilar tomonidan ularning pullari olib qo'yiladi, buyumlariga shikast yetkaziladi, o'zlariga tahdid qilinadi o'zlari hohlamagan ishlarni bajarishga majbur qilinadi. Qizlar esa ko'pincha ta'qibchilar tomonidan tarqatilgan gap-so'zlar, nomunosib gaplar va imo-ishoralar qurboni bo'lishadi. Olveus tomonidan olingan bulling qurbonlariga oid statistika ma'lumotlarini tahlil qilgan S.V. Krivsova bulling qurbonlarida aniq jinsiy farqlar yo'qligi haqida xulosa keladi – uning fikricha o'g'il bolalar va qizlar taxminan bir xil darajada ta'qibga duch keladilar. V.S. Sobkin va M.M. Smyslova tomonidan o'tkazilgan tadqiqot materiallarida esa o'g'il bolalar qizlarga qaraganda ruhiy yoki jismoniy zo'ravonlikka duch kelmaganliklarini kamroq qayd etilganligini ko'rsatadi. Shu bilan birga, o'g'il bolalar qizlarga qaraganda ruhiy yoki jismoniy zo'ravonlik holatlarini ko'proq boshdan o'tkazadilar.

Bullingda ishtirok etuvchilarning shaxsiy-psixologik xususiyatlari ta'qib vaziyatdagi rol yoki pozitsiyasiga qarab farq qilishi mumkin. Ko'plab mualliflar bolaning mazkur rollardan birini faolroq o'zlashtirishiga yordam beradigan ichki omillar mavjudligi haqida gapiradilar. Masalan, bulling qurbonlarida "o'z-o'ziga bo'lgan hurmatning pasayishi, o'z-o'ziga rahm-shafqatning pasayishi, o'z-o'zini qabul qilishning pasayishi va o'z-o'zini ayblashning oshishi; maktab, tengdoshlar, otaonalari, kelajak sohasidagi muammoli hissiyotlarning mavjudligi ko'zga tashlanadi; ularda o'z-o'zini va boshqalarni qabul qilmaslik, emotsional noqulaylik, o'zini chetga olish va tashqi nazoratni kutish; nisbatan yuqori darajadagi dushmanlik; yuqori darajadagi emotsionallik va shaxsiy asabiy-ruhiy barqarorlikning pasayishi; yuqori stressga moyillik" bilan tavsiflanadi.

Odatda, bulling qurbonlari sezgir, xavotirli, yig'loqi, jismonan zaif bo'ladilar, ularda o'z-o'ziga bo'lgan baho past bo'ladi va ta'qib yoki zo'ravonlikdan keyin ular o'zlarini noqulay his qilishadi, o'zlariga nisbatan ishonchsizlik bilan munosabatda bo'lishadi va ko'pincha azob chekishadi. Bulling hodisasiga beixtiyor guvoh

bo'lganlar yoki "kuzatuvchilar" o'zlarining o'jizligini his qilishadi, ularning o'z-o'ziga bo'lgan bahosi ham, qurbonlarniki kabi, sezilarli darajada pasayadi. Bulling - bu, aslida, agressiya turi bo'lib, unda bir shaxs (yoki guruh) boshqa bir shaxsga hujum qilib, uni munosib rad qilish imkoniyatidan mahrum qiladi. Bulling jarayonida qurbon haqoratlanadi, kamsitiladi va uni tengdoshlar guruhining barcha mavjud turlaridan "siqib chiqarish"ga harakat qilinadi. Bullingni o'rganish bo'yicha birinchi yondashuv vakillari, masalan, R.K. Smith va uning hamkasblari, bullingning genderga bog'liq namoyon bo'lish farqlariga e'tibor qaratishadi. Ular o'g'il bolalar va qizlar nafaqat o'zlarining agressiv harakatlari xususiyatiga, balki ular qo'llaydigan bulling shakllariga ham farq qiladi, deb ko'rsatishadi.

Jismoniy va to'g'ridan-to'g'ri bulling shakllari, masalan, jazolash va urushlar, ko'proq o'g'il bolalar o'rtasida uchraydi. Bu harakatlar ko'proq va to'g'ridan-to'g'ri qurbonga zarar yetkazishga qaratilganligi bilan ajralib tursa, qizlar orasida og'zaki agressiya shakllariga, shu jumladan, tahqirlash va tuhmatga murojaat qilishga moyillik yuqori ekanligi ko'zga tashlanadi. Bunday yondashuv ularga o'z "qurbonlar"iga psixologik og'riq yetkazish imkonini beradi, shu bilan birga ochiq qarshilik va qoralanishdan o'zlarini olib qochishadi. Qizlar orasidagi bilvosita bulling shakllari, g'iybatlar va ijtimoiy izolyatsiya, agressiv harakatlarda ishtirok etishlarini yashirish uchun ko'proq qo'llaniladi. Bu ularga atrofdagilarning salbiy bayonotidan qochish va o'z ijtimoiy reputatsiyasini saqlashga imkon beradi. Bullingning bu jihati shundan dalolat beradiki, o'g'il bolalarning xulq-atvoridan farqli o'laroq, qizlar ko'proq manipulyativ va yashirin usullardan foydalanishlari mumkin, bu ularning harakatlarini kamroq ko'rinsada lekin ancha vayronkorligi bilan ajralib turadi.

Shunday qilib, gender farqlarni tushunish o'qituvchilar va bulling muammolari bo'yicha mutaxassislar uchun muhimdir, chunki bu ularga ta'lim muhitida bulling holatlarini yaxshiroq talqin qilish va javob berishga yordam beradi. Qizlar agressiyaning ko'proq buzilgan shakllaridan foydalanishlari mumkinligini bilish o'qituvchilarga qizlar o'rtasida bulling holatlarini samaraliroq aniqlash va oldini olish, shuningdek, mojaro taraflari uchun tegishli aralashuv va qo'llabquvvatlash strategiyalarini taklif qilishga yordam beradi. Qizlar odatda o'z ijtimoiy aloqalarida nozik va bilvosita agressiya shakllarini qo'llaydilar. Bunday usullar, masalan, tuhmat qilish, mish-mish tarqatish va ijtimoiy chiqarib yuborish, qurbonga psixologik zarar yetkazishni maqsad qilgan bo'lib, kuzatuvchilar uchun kamroq ko'rinadi. Bu bulling shakli qizlarning achchiqlanishlari va bir-birlari bilan o'zaro munosabat qilishlari uchun imkon beradi.

O'g'il bolalar o'z agressiyalarini jismoniy harakatlar orqali ifoda qilishga moyildirlar, masalan, janjallar, to'polonlar yoki boshqa jismoniy zo'ravonlik harakatlari yordamida amalga oshiriladigan bu usullar ko'proq ma'lum bo'lib, ular

qurbon uchun ham, agressorning o'zi uchun ham jiddiy oqibatlarga olib kelishi mumkin.

Bullingning namoyon bo'lishidagi bunday farqlar jamiyat va madaniy me'yorlar bilan bog'liq bo'lib, erkaklar va ayollarning xulq-atvorida o'zgacha tarzda namoyon bo'ladi. Qizlar ko'proq ijtimoiy o'zaro aloqa ko'nikmalariga ega bo'lib, o'z ijtimoiy guruhlarida qolib, manipulyatsiyalar va bilvosita harakatlardan foydalanib, qurbonning maqomi va reputatsiyasini zaiflashtirishlari mumkin. Bu usullar juda og'riqli bo'lishi va uzoq muddatli psixologik oqibatlarga olib kelishi mumkin. Pedagoglar va mutaxassislar uchun bulling holatlariga samaraliroq javob berish uchun ushbu farqlarni tushunish muhimdir. Genderga xos bulling xususiyatlari haqidagi bilimlar o'quvchilar o'rtasida o'zaro munosabatlarni hisobga olgan holda aralashuv dasturlarini ishlab chiqishga yordam berishi va barcha ishtirokchilar uchun tegishli qo'llab-quvvatlash strategiyalarini taklif qilishga yordam berishi mumkin. Kreyg va Pepler (1997) agressiya qurbonlar uchun jismoniy bulling shakllari kabi vayronkor bo'lishi mumkinligini ta'kidlaydi. Bu haqiqatni tan olish bolalar va o'smirlar bilan ishlaydigan pedagoglar va mutaxassislar uchun muhimdir, chunki u bulling holatiga, qatnashchilar jinsidan qat'i nazar, e'tiborliroq va kompleks yondashuvga undaydi. Tajovuzkor xulq-atvorning turli shakllarini anglashni o'z ichiga olgan ta'lim va aralashuv yondashuvlari bulling muammolarini ta'lim muhitida samaraliroq hal qilishga yordam beradi.

XULOSA

Xulosa qilib aytganda, buling (maktabdagi zo'ravonlik) o'quvchi ruhiyatiga chuqur salbiy ta'sir ko'rsatadi va uning shaxsiy hamda ijtimoiy rivojlanishiga to'sqinlik qiladi. Ushbu muammoning oldini olishda maktab, oila va psixolog hamkorligi, ijobiy psixologik muhit yaratish hamda profilaktik ishlarni tizimli tashkil etish muhim ahamiyatga ega.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. G'oziyev E.G'. Yosh davrlari psixologiyasi. – Toshkent: O'qituvchi, 2019.
2. Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya. – Toshkent: O'qituvchi, 2018.
3. Nishonova Z.T. Pedagogik psixologiya. – Toshkent, 2020.
4. Olweus D. Bullying at School. – Oxford University Press, 1993.
5. UNICEF. School Violence and Bullying Prevention. – New York, 2022.
6. World Health Organization. Violence Prevention in Schools. – Geneva, 2021.
7. O'zbekiston Respublikasi "Ta'lim to'g'risida"gi Qonuni. – Toshkent, 2020.
8. O'zbekiston Respublikasi "Bola huquqlari kafolatlari to'g'risida"gi Qonuni. – Toshkent, 2019.