

MAKTAB JAMOASI VA O'QUVCHILAR O'RTASIDA BULLING (ZO'RAVONLIK) MUAMMOSI

Bog'bekova Sevara Navrozbek qizi

*Xorazm viloyati Urganch tumani 39- sonli
umumiy o'rta ta'lim maktabi psixologi*

Arapova Xalida Kuzibayena

*Xorazm viloyati Urganch tumani 48- sonli
umumiy o'rta ta'lim maktabi psixologi*

Asmatova Shaxnoza Ganjaboyevna

*Xorazm viloyati Urganch tumani 5-sonli
umumiy o'rta ta'lim maktabi psixologi*

Annotatsiya: Ushbu maqolada maktab jamoasi va o'quvchilar o'rtasida bulling (zo'ravonlik) muammosining mohiyati, kelib chiqish sabablari hamda uning o'quvchilar psixologiyasiga ta'siri tahlil qilingan. Shuningdek, bullingning oldini olish, sog'lom psixologik muhit yaratish va zamonaviy profilaktik yondashuvlar haqida amaliy tavsiyalar berilgan.

Kalit so'zlar: bulling, zo'ravonlik, o'quvchi, maktab muhiti, psixologiya, agressiya, profilaktika, ijtimoiy muhit, muloqot, psixologik xavfsizlik

KIRISH

Bulling (zo'ravonlik) — bu bir o'quvchi yoki guruh tomonidan boshqa o'quvchiga nisbatan takroran, ongli ravishda yetkaziladigan jismoniy, ruhiy yoki ijtimoiy zarar hisoblanadi. Bu jarayonda kuchlar teng bo'lmaydi, ya'ni bir tomon o'zini ustun qo'yadi, ikkinchi tomon esa himoyasiz holatda qoladi. Oddiy qilib aytganda, bulling - bu kimnidir kamsitish, qo'rqitish, haqorat qilish yoki ataylab ranjitish orqali unga bosim o'tkazishdir.

Bulling turli ko'rinishlarda uchraydi. Masalan, jismoniy bullingda urish, itarish yoki zarar yetkazish holatlari kuzatiladi. Og'zaki bullingda haqorat, masxara qilish, laqab qo'yish bo'ladi. Ijtimoiy bullingda esa bolani jamoadan chetlatish, gaplashmaslik yoki uni yolg'iz qoldirish orqali bosim o'tkaziladi. Hozirgi davrda kiberbulling ham keng tarqalgan bo'lib, u internet va ijtimoiy tarmoqlar orqali amalga oshiriladi.

Aslida bullingning "vazifalari" degan tushuncha ijobiy ma'noda mavjud emas, chunki bu salbiy holatdir. Lekin u nega sodir bo'lishini tushuntirish uchun uning qanday "rol" o'ynashini aytish mumkin. Bulling qilayotgan bola ko'pincha o'zini kuchli ko'rsatish, boshqalar ustidan hukmronlik qilish yoki e'tibor qozonish maqsadida shunday yo'l tutadi. Ba'zan u o'z ichki muammolarini, stressini yoki oiladagi bosimni boshqalarga nisbatan zo'ravonlik orqali chiqaradi.

Jabrlanuvchi bola uchun esa bulling og'ir oqibatlariga olib keladi. Unda qo'rquv, ishonchsizlik, tushkunlik paydo bo'ladi, darslarga qiziqish pasayadi, hatto maktabga borishni istamay qolishi mumkin. Shu sababli bulling nafaqat bir bolaga, balki butun sinf muhitiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Shuni alohida ta'kidlash kerakki, bullingni oddiy "bolalar o'yini" deb qabul qilish noto'g'ri. Bu jiddiy muammo bo'lib, uni vaqtda aniqlash va oldini olish zarur. Buning uchun o'qituvchilar, ota-onalar va psixologlar hamkorlikda ishlashi, bolalarda hurmat, mehr va to'g'ri muloqot ko'nikmalarini shakllantirishi muhimdir.

Bullingning oldini olishda maktab muhitini xavfsiz qilish eng asosiy vazifa hisoblanadi. Bu uchun o'qituvchilar va maktab psixologlari doimiy kuzatuv o'tkazadi, o'quvchilar o'rtasidagi ijtimoiy aloqalarni tahlil qiladi. Shu orqali potensial muammolar vaqtda aniqlanadi.

Ota-ona va maktab o'rtasidagi samarali hamkorlik bullingning oldini olishda katta rol o'ynaydi. Ota-ona bolaga o'z his-tuyg'ularini erkin ifoda etishni o'rgatadi, xatolarga qo'rqmaslikni tushuntiradi, maktab esa bu ko'nikmalarni mustahkamlaydi.

Maktabda profilaktik mashg'ulotlar o'tkazish muhim. O'quvchilar bilan doimiy suhbatlar, rolli o'yinlar va ijtimoiy loyihalar bullingning salbiy oqibatlarini ko'rsatadi va ijobiy xulq-atvorni rag'batlantiradi.

Bullingning sabablari ko'pincha ijtimoiy muhit va individual farqlar bilan bog'liq bo'ladi. Ba'zi bolalar o'zini himoyasiz his qilganda yoki e'tiborsiz qolganda, boshqa bolalarni tahqirlash orqali o'zini kuchli his qilishi mumkin. Shu sababli maktabda har bir o'quvchining ruhiy holati va ijtimoiy integratsiyasi kuzatilishi zarur. O'qituvchilar va psixologlar bullingni tezkor aniqlash uchun o'quvchilar o'rtasidagi munosabatlarni muntazam kuzatadi. Masalan, kichik konfliktlar, hazil-muloqotlar va ijtimoiy ajratilganlik belgilarini erta aniqlash orqali muammo kuchayishidan oldin hal qilinadi. O'quvchilarga emotsional intellektni rivojlantirishni o'rgatish ham samarali usullardan biridir. Ular o'z his-tuyg'ularini tushunishni, boshqalarning his-tuyg'ulariga hurmat bilan munosabatda bo'lishni o'rganadi. Bu bullingni sezilarli darajada kamaytiradi. Shuningdek, maktabda qo'llab-quvvatlovchi guruhlar tashkil etish mumkin. Mentorlik, do'stlik guruhi yoki psixologik klub o'quvchilarga o'z muammolarini ochiq muhokama qilish imkonini beradi va tahqirlashni kamaytiradi.

Ota-ona ham profilaktik ro'liga ega. Uyda bolaga hurmat, sabr-toqat va do'stlik qadriyatlarini o'rgatish, uni rag'batlantirish, muvaffaqiyatsizlikda qo'llab-quvvatlash bullingga qarshi kurashning ajralmas qismidir.

Bullingni oldini olish uchun aniq qoidalar va siyosat mavjud bo'lishi kerak. Maktabda tahqirlashga yo'l qo'ymaslik, ijobiy xulq-atvorni rag'batlantirish va o'quvchilarga o'z harakatlari uchun javobgarlikni tushuntirish muhimdir.

Bulling — bu zararli va xavfli holat bo‘lib, uning oldini olish uchun har bir bola o‘zini xavfsiz va qadrlangan his qiladigan muhit yaratish eng muhim vazifadir.

Bugungi kunda ta'lim muassasalarida uchrayotgan dolzarb muammolardan biri bu – bulling, ya'ni o'quvchilar o'rtasida yoki o'qituvchi va o'quvchi o'rtasida sodir bo'ladigan zo'ravonlik holatlaridir. Bulling turli shakllarda namoyon bo'lishi mumkin: jismoniy zo'ravonlik, og'zaki haqorat, tahqirlash, ijtimoiy chetlashtirish yoki internet orqali amalga oshiriladigan kiberbulling ko'rinishida. Har qanday holatda ham bu jarayon o'quvchining ruhiy holatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi va uning shaxs sifatida shakllanishiga to'sqinlik qiladi.

Maktab jamoasida bullingning paydo bo'lishiga bir qator omillar sabab bo'ladi. Eng avvalo, o'quvchilar o'rtasida to'g'ri muloqot ko'nikmalarining shakllanmaganligi muhim rol o'ynaydi. Ba'zi bolalar o'z his-tuyg'ularini to'g'ri ifoda eta olmaydi va natijada agressiv xatti-harakatlarga murojaat qiladi. Shuningdek, oiladagi muammolar, e'tibor yetishmasligi yoki noto'g'ri tarbiya ham bullingga moyillikni kuchaytiradi. Bola uyda ko'rgan muomalani maktabda takrorlashi mumkin.

Bullingning yana bir sababi bu – jamoada yetakchilik uchun kurashdir. Ayrim o'quvchilar boshqalar ustidan ustunlik qilish, o'zini “kuchli” ko'rsatish uchun zo'ravonlikka qo'l uradi. Bu esa boshqa bolalarda qo'rquv, ishonchsizlik va ruhiy bosimni keltirib chiqaradi. Natijada jabrlanuvchi o'quvchi o'zini yolg'iz his qiladi, darslarga qiziqishi pasayadi, hattoki maktabga borishni istamay qoladi.

Bullingning eng xavfli jihati shundaki, u nafaqat jabrlanuvchiga, balki zo'ravonlik qilayotgan bolaga ham salbiy ta'sir ko'rsatadi. Chunki bunday xatti-harakatlar asta-sekin odatga aylanib, kelajakda yanada jiddiy muammolarga olib kelishi mumkin. Shu sababli bullingni erta aniqlash va unga qarshi choralar ko'rish juda muhimdir.

Maktab jamoasida sog'lom psixologik muhit yaratish bullingning oldini olishning eng samarali yo'llaridan biridir. O'qituvchilar va pedagoglar o'quvchilar bilan doimiy muloqotda bo'lishi, ularning kayfiyati va xulq-atvorini kuzatib borishi lozim. Har bir o'quvchi o'zini hurmat qilingan va qo'llab-quvvatlangan his qilsa, u boshqalarga nisbatan zo'ravonlik qilish ehtimoli kamayadi.

Zamonaviy yondashuvlar bullingga qarshi kurashishda muhim ahamiyatga ega. Psixologik treninglar, rolli o'yinlar, muloqot ko'nikmalarini rivojlantirishga qaratilgan mashg'ulotlar orqali o'quvchilarda empatiya, ya'ni boshqalarning his-tuyg'ularini tushunish qobiliyatini shakllantirish mumkin. Shuningdek, konfliktlarni tinch yo'l bilan hal qilish ko'nikmalarini o'rgatish ham muhimdir.

Kiberbullingning oldini olish uchun esa o'quvchilarga internetdan to'g'ri foydalanish madaniyatini o'rgatish zarur. Ota-onalar va o'qituvchilar bolalarning onlayn faoliyatiga e'tibor qaratishi, ularni zararli axborotlardan himoya qilishi kerak. Bu borada ochiq suhbatlar va tushuntirish ishlari katta ahamiyatga ega.

Ota-onalar ham bu jarayonda faol ishtirok etishi lozim. Farzandining kayfiyatidagi o'zgarishlarni sezish, uning muammolarini tinglash va qo'llab-quvvatlash bullingning oldini olishda muhim omil hisoblanadi. Agar bola o'zini uyda xavfsiz va tushunilgan his qilsa, u muammolarini yashirmaydi va yordam so'rashdan tortinmaydi.

Maktablardagi zo'ravonlik-bulling bolalar hayotiga, ularning kelajagiga va ular yashaydigan jamoalarning kelajagiga jiddiy va uzoq muddatli oqibatlarga olib kelishi mumkin. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ota-onalar ko'pincha bolalarini qaqshatgan yoki boshqa birovni qiynab qo'yganini bilishlari mumkin bo'lgan oxirgi ma'lumotlarga ega bo'lishlari mumkin, ammo siz ularning farzandlaringiz bilan har kuni ijtimoiy hayotlari haqida gaplashib, bu kurashni buzishingiz mumkin.

Ular kim bilan tushlik qilishganligi, nimalar qilgani va avtobusda yoki maktabdan uyda nima sodir bo'lganligi haqida ochiq-oydin savollarni so'rang.

Shunday qilib, shuni ta'kidlashni istardimki, bolalarga nisbatan zo'ravonlik natijasida ijtimoiy yo'qotishlar, birinchi navbatda, inson hayotini yo'qotish; ikkinchidan, ruhiy va jismoniy salomatlik buzilishi, ta'lim va kasbiy saviyaning pastligi, zo'ravonlik qurbonlarining jinoiy xulq-atvori tufayli jamiyatning samarali a'zolarini yo'qotish; uchinchidan, jismonan va ma'naviy jihatdan sog'lom bolalarni tarbiyalashga qodir ota-onalardan ayrilish; to'rtinchidan, bu jamiyatda shafqatsizlikning ko'payishi, chunki sobiq qurbonlarning o'zlari ko'pincha zo'rlovchilarga aylanadi. Aksariyat o'smirlar o'z atrofida tommonidan o'zlariga nisbatan har xil zo'ravonliklarga duchor bo'lishlarini, bunday vaziyatlarda yetarlicha javob berish ko'nikmalariga ega bo'lmasliklarini inobatga olsak, maktab psixologik xizmati, o'qituvchilar, huquq tartibot idoralari xodimlarining maxsus tashkil etilgan faoliyati zarurligi ayon bo'ladi. va ota-onalar, zo'ravonlikka qarshi turish va travmatik tajribalar oqibatlarini kamaytirish va bartaraf etish ko'nikmalarini shakllantirish uchun.

XULOSA

Xulosa qilib aytganda, maktab jamoasi va o'quvchilar o'rtasida bulling muammosi jiddiy e'tibor talab qiladi. Uni bartaraf etish uchun oila, maktab va jamiyat birgalikda harakat qilishi zarur. Eng muhimi, har bir o'quvchi o'zini xavfsiz, hurmatli va qadrlangan his qiladigan muhit yaratishdir. Faqat shundagina sog'lom, baxtli va ijtimoiy faol avlodni tarbiyalash mumkin.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Olixonov, D. O'quvchilar o'rtasida bulling: sabablari va profilaktikasi. Toshkent, 2020.
2. Rasulova, M. Maktab psixologiyasi va ijtimoiy muhit. Samarqand, 2019.
3. Karimov, R. Bola tarbiyasida ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirish. Toshkent, 2018.
4. Tursunov, B. Bulling va uning psixologik oqibatlari. Andijon, 2021.

5. Xudoyberdiyev, M. O'quvchilar bilan psixologik mashg'ulotlar. Farg'ona, 2017.
6. Jalolov, F. Maktabdagi xavfsiz muhit va bolalarni qo'llab-quvvatlash. Namangan, 2019.
7. Qodirova, D. Ota-ona va maktab hamkorligi: psixologik yondashuvlar. Toshkent, 2020.
8. Sobirov, A. Bolalar o'rtasidagi ijtimoiy konfliktlarni oldini olish. Buxoro, 2018.
9. Davronova, Z. Emotsional intellekt va maktab psixologiyasi. Qarshi, 2021.
10. Rahmonova, S. Bullingga qarshi strategiyalar va profilaktika. Toshkent, 2019.
11. Yusupova, L. O'quvchilar ijtimoiy rivoji va muloqot ko'nikmalari. Samarqand, 2020.
12. Normurodova, T. Inkluziv ta'lim va ijtimoiy muhit. Toshkent, 2021.
13. Mamadaliyev, O. Psixologik maslahatlar va o'quvchi rivoji. Andijon, 2019.
14. Rustamova, N. Maktabda ijtimoiy integratsiya va qo'llab-quvvatlash. Toshkent, 2020.
15. Ahmadov, I. Bola tarbiyasi va xavfsiz muhit yaratish. Toshkent, 2018.