

BOLALARGA ZO‘RAVONLIKSIZ MUHIT YARATISHDA MAKTAB VA OILA HAMKORLIGI

Matchanova Shodiya Allanazarovna

Qoraqalpog‘iston Respublikasi Elliqal'a tumani

23-maktab amaliyotchi psixologi

Rajapbayeva Dilafr'o'z Allayorovna

Qoraqalpog‘iston Respublikasi Elliqal'a tumani

4-maktab amaliyotchi psixologi

ANNOTATSIYA

Mazkur maqolada bolalarga nisbatan zo‘ravonlikning oldini olishda maktab va oila hamkorligining ahamiyati, zo‘ravonliksiz ta’lim va tarbiya muhitini shakllantirish omillari hamda profilaktik yondashuvlar tahlil qilinadi. O‘quvchi shaxsining sog‘lom psixologik rivojlanishida ijtimoiy muhit, pedagogik madaniyat va ota-onalik mas’uliyatining o‘rni yoritiladi.

Kalit so‘zlar:zo‘ravonliksiz muhit, maktab va oila hamkorligi, psixologik xavfsizlik, profilaktika, ijtimoiy-pedagogik qo‘llab-quvvatlash, bola huquqlari, ijobiy tarbiya, empatiya.

KIRISH

Bolalar jamiyatning eng nozik va himoyaga muhtoj qatlamidir. Ularning jismoniy, ruhiy va ijtimoiy rivojlanishi bevosita atrof-muhitga bog‘liq. Zo‘ravonliksiz muhit – bu bolaga nisbatan har qanday jismoniy jazolash, tahqirlash, kamsitish, qo‘rqitish va psixologik bosimdan holi bo‘lgan ijtimoiy makondir. Bunday muhitni yaratishda ikki asosiy institut – oila va maktab hal qiluvchi rol o‘ynaydi.

Oila bolaning birinchi tarbiya maskani hisoblanadi. Bola dastlabki ijtimoiy tajribani aynan oilada oladi. Agar oilada mehr-muhabbat, o‘zaro hurmat va muloqot madaniyati ustuvor bo‘lsa, bola ham boshqalarga nisbatan shunday munosabatni shakllantiradi. Aksincha, oilada doimiy janjal, qo‘pollik yoki e’tiborsizlik mavjud bo‘lsa, bu bolaning

ruhiy holatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. U o'zini himoyasiz his qilishi yoki tajovuzkor xatti-harakatlarni namoyon qilishi mumkin.

Maktab esa bolaning ikkinchi muhim ijtimoiy muhiti hisoblanadi. Bu yerda bola tengdoshlar bilan muloqot qiladi, o'zini jamoa a'zosi sifatida anglaydi va ijtimoiy qoidalarni o'rganadi. Maktabda zo'ravonliksiz muhit yaratish uchun pedagoglar tomonidan adolatli yondashuv, hurmatga asoslangan muloqot va individual yondashuv tamoyillari qo'llanilishi zarur. O'qituvchi o'quvchini kamsitmasligi, omma oldida tahqirlovchi usullardan foydalanmasligi va jazoni tarbiyaviy maqsadga yo'naltirishi muhimdir.

Zo'ravonlik faqat jismoniy shaklda emas, balki psixologik ko'rinishda ham namoyon bo'lishi mumkin. Masxara qilish, e'tiborsizlik, tahdid, tengdoshlar tomonidan kamsitish – bularning barchasi bola ruhiyatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Shuning uchun maktab va oila birgalikda bolalarda empatiya, bag'rikenglik va hurmat tuyg'ularini rivojlantirishi lozim.

Maktab va oila hamkorligining samaradorligi muntazam muloqot va axborot almashinuvi bilan belgilanadi. Ota-onalar farzandining maktabdagi xulqi, do'stlari va o'qishdagi holati haqida xabardor bo'lishi zarur. O'qituvchilar esa boladagi o'zgarishlar haqida ota-onani vaqtida ogohlantirishi kerak. Bu ikki tomonlama aloqadorlik muammoni erta aniqlash va oldini olish imkonini beradi.

Amaliyot shuni ko'rsatadiki, ota-onalar uchun psixologik seminar va treninglar tashkil etish zo'ravonliksiz tarbiya usullarini o'rganishga yordam beradi. Ijobiy intizom, konstruktiv muloqot, hissiy nazorat kabi ko'nikmalar oiladagi sog'lom muhitni mustahkamlaydi. Shuningdek, maktab psixologi tomonidan o'quvchilar bilan profilaktik suhbatlar, trening mashg'ulotlari va ijtimoiy moslashuv dasturlarini o'tkazish muhimdir.

Bundan tashqari, raqamli makon ham nazardan chetda qolmasligi kerak. Internet va ijtimoiy tarmoqlarda sodir bo'ladigan kamsitish yoki haqoratli munosabatlar ham psixologik zo'ravonlik shakli hisoblanadi. Ota-onalar va pedagoglar bolalarning onlayn faoliyatiga befarq bo'lmasligi, ularga axborot madaniyatini o'rgatishi zarur.

Bolalarga zo'ravonliksiz muhit yaratish faqat bir tomonning vazifasi emas. Bu maktab, oila va jamiyatning umumiy mas'uliyatidir. O'zaro ishonch, hamkorlik va doimiy

muloqot orqali sogʻlom, xavfsiz va mehrga asoslangan tarbiya muhitini shakllantirish mumkin. Ana shundagina bolalar oʻz salohiyatini erkin namoyon eta oladigan, ruhiy jihatdan barqaror va ijtimoiy faol shaxslar boʻlib voyaga yetadilar. Psixologik, jismoniy va jinsiy zoʻravonlikning oqibatlari turli alomatlarida namoyon boʻlishi mumkin. Biroq, ular orasida oʻxshash reaksiyalar ham mavjud:

1. Travmatik stress reaksiyalari. Qoʻrquv va tashvish holatlari bu bolalarda zoʻravonlik travmasiga darhol va kechiktirilgan reaksiya sifatida rivojlanadigan alomatlardan biridir. Ikkinchisiga uyqu buzilishi (bezovta uyqu, uyqusizlik), yomon ishtaxa, psixosomatik shikoyatlar va haddan tashqari tashvish kiradi. Qoʻrquv koʻpincha umumlashtirilgan xarakterga ega, yaʼni nafaqat zoʻravonlikka taalluqli, balki ota-onalarga va boshqa kattalarga nisbatan ehtiyotkor munosabatda yoki qochishda namoyon boʻladi. Baʼzi jabrlanganlar travmatik hodisani qayta talqin qilish va qayta koʻrib chiqish, jismoniy yoki jinsiy zoʻravonlik bilan bogʻliq vaziyatlardan qochish, haddan tashqari koʻp uygʻonish, dahshatli tushlar va ogʻriqli sezuvchanlik bilan bogʻliq travmadan keyingi stress buzilishini koʻrsatishi mumkin. Bundan tashqari, tajovuzkor xotiralar, koʻpincha shafqatsiz va zoʻravonlik voqealari haqida takrorlanadigan dahshatli tushlar, ular uxlab qolishdan qoʻrqishadi.

2. Gumon va ishonchsizlik. Bolalar ahmoq, xunuk, hech narsaga qodir emasligiga va faqat oʻziga nisbatan yomon munosabatda boʻlishga loyiq ekaniga ishonch bilan oʻsadi. Doimo oʻzidan kamchiliklar axtaradi. Shuningdek, ular boshqa odamlarga ishonmaydilar, ularni ishonchli, himoya qilishga qodir deb hisoblamaydilar. Ular oʻzlarini himoyasiz his qilishdi.

3. Depressiya va oʻz joniga qasd qilish harakati. Zoʻravonlikni boshdan kechirgan bolalar orasida, hatto balogʻat yoshida ham, depressiyaning yuqori chastotasi mavjud. Bu oʻz-oʻzini qabul qilmaslik, tushkunlik, sogʻinish, yolgʻizlik tuygʻusi, uyqu buzilishida namoyon qiladi. Kattaroq yoshda oʻsmirlar oʻz joniga qasd qilishga urinishlari yoki oʻz joniga qasd qilishlari mumkin.

4. Impulsiv xarakter. Bunday bolalarning xatti-harakati koʻpincha uyda va maktabda buzgʻunchi, sotsiumdan ajralish va yolgʻizlik xolatlari kuzatiladi. Ular oʻz

tengdoshlari, aka-uka va opa-singillariga nisbatan tajovuzkorligi bilan ajralib turadi. Bolalarda xattoki uydan qochish xolatlarini ko'rish mumkin bo'ladi. Agressiv harakat qilish zo'ravonlikka uchragan bola o'zini himoya qilishning asosiy usullaridan biridir. Agressiyaning natijasi boshqalardan begonalashishdir. Ko'pincha bunday bolalarning do'stlari kam, chunki ularning tengdoshlari tez-tez hissiy "portlashlar"dan qo'rqishadi.

5. O'zaro munosabatlarni qurishda muammolar. Bunga nafaqat zaif hissiy rivojlanish, balki atrofdagi odamlarga nisbatan to'liq ishonch yo'qligi ham. Bola hamma narsada hiyla-nayrangni ko'radi, har bir kishidan uni masxara qilishini, mazax qilishini va o'ziga qaratilgan tajovuzni kutadi. Bularning barchasi unga odamlar bilan munosabatlarni o'rnatishga to'sqinlik qiladi.

Zo'ravonlikka uchragan bolalar o'zini past baholash va o'z qobiliyatlarini namoyon qila olishmaydi. Ular doimo ongli ravishda muvaffaqiyatsizlikni kutishadi. Yangi ko'nikmalarga ega bo'lishda va muammolarni hal qilish zarurati paydo bo'lganda bolani ishonchsizlik bezovta qiladi. Bolada hali ko'nikmaga ega bo'lmagan yangi vazifalar bilan bog'liq bo'lgan muvaffaqiyatsizlikning muqarrarligi qo'rquv hissini keltirib chiqaradi. Muvaffaqiyatdan ko'ra muvaffaqiyatsizlikni kutish uning mustaqil o'rganish qobiliyatini kamroq namoyon qilishi, maktab muhitida kamroq faol bo'lishiga va o'zini isbotlashdan bosh tortishiga olib keladi.

Zo'ravonlik natijasida kelib chiqadigan turli kasalliklar. Rivojlanish va kognitiv faoliyatdagi buzilishlar. Agar bola yig'lagani va baqirgani uchun ko'pincha jazolangan bo'lsa, bu bolalarda nutq va nutq funktsiyalari buzilishi hamda bu funktsiyalarni tormozlanish holatlari kuzatiladi.

Bolalarning jismoniy va ruhiy sog'lom rivojlanishi bevosita u yashayotgan ijtimoiy muhitga bog'liq. Zo'ravonliksiz muhit deganda bolaga nisbatan jismoniy jazolash, haqorat, kamsitish, qo'rqitish, tahdid yoki e'tiborsizlik kabi salbiy ta'sirlardan holi bo'lgan, hurmat va ishonchga asoslangan tarbiya makoni tushuniladi. Bunday muhitni shakllantirishda oila va maktabning hamkorligi hal qiluvchi ahamiyat kasb etadi. Chunki bola shaxsining asosiy qadriyatlari va xulq-atvori aynan shu ikki ijtimoiy institut ta'sirida shakllanadi.

Oila bolaning birinchi tarbiya maskani bo'lib, unda bola mehr, e'tibor, muloqot va ijtimoiy qoidalarini o'rganadi. Oiladagi iliq munosabatlar, ota-onaning sabr-toqati, farzandni tinglash va tushunishga intilishi bolada xavfsizlik hissinini shakllantiradi. Aksincha, doimiy janjal, keskin tanqid, solishtirish yoki jismoniy jazolash bola ruhiyatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Bunday sharoitda ulg'aygan bolalarda o'ziga ishonchsizlik, qo'rquv, tajovuzkorlik yoki ijtimoiy chekinish kuzatilishi mumkin. Shu sababli ota-onalar ijobiy tarbiya usullarini qo'llashi, farzand bilan samimiy muloqot olib borishi va uning hissiy ehtiyojlarini inobatga olishi zarur.

Maktab esa bolaning ijtimoiylashuv jarayonida muhim bosqich hisoblanadi. Bu yerda bola tengdoshlari bilan munosabat o'rnatadi, o'zini jamoa a'zosi sifatida his qiladi va ijtimoiy me'yorlarni o'rganadi. Agar maktab muhitida hurmat, adolat va qo'llab-quvvatlash tamoyillari ustuvor bo'lsa, bola o'zini erkin va himoyalangan his qiladi. Pedagoglarning o'quvchilarga nisbatan hurmat bilan munosabatda bo'lishi, omma oldida kamsitish yoki haqorat qilishdan tiyilishi, muammolarni tinch yo'l bilan hal etishi zo'ravonliksiz muhitni mustahkamlaydi. Maktab psixologi tomonidan o'tkaziladigan treninglar, empatiya va nizolarni hal qilish ko'nikmalarini rivojlantirish mashg'ulotlari ham ijobiy natija beradi.

Zo'ravonlik faqat jismoniy emas, balki psixologik shaklda ham namoyon bo'ladi. Masalan, tengdoshlar tomonidan masxara qilish, ijtimoiy chetlashtirish yoki doimiy tanqid qilish ham bola ruhiyatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Shuning uchun maktab va oila bunday holatlarni erta aniqlash va bartaraf etishda birgalikda harakat qilishi lozim. O'qituvchi bolaning xulq-atvoridagi o'zgarishlarni sezganda ota-onani xabardor qilishi, ota-ona esa farzandining kayfiyati va kundalik faoliyatiga befarq bo'lmasligi kerak. O'zaro muloqot va hamkorlik muammoni chuqurlashib ketishidan saqlaydi.

Zamonaviy sharoitda raqamli makon ham e'tibordan chetda qolmasligi zarur. Internet orqali sodir bo'ladigan kamsitish yoki haqoratli yozishmalar ham psixologik zo'ravonlik shakliga kiradi. Ota-onalar farzandining onlayn faoliyatini nazorat qilishdan ko'ra, unga axborot madaniyati va xavfsiz muloqot qoidalarini o'rgatishi maqsadga muvofiqdir. Maktabda esa raqamli xavfsizlik bo'yicha tushuntirish ishlari olib borilishi zarur.

Bolalarga zo‘ravonliksiz muhit yaratish jarayonida profilaktika ishlari muhim o‘rin tutadi. Empatiya, bag‘rikenglik va o‘zaro hurmatni targ‘ib qiluvchi tarbiyaviy tadbirlar, ota-onalar uchun psixologik seminarlar va individual maslahatlar samarali vosita hisoblanadi. Bola o‘zini xavfsiz his qilgan muhitda o‘qishga bo‘lgan qiziqishi ortadi, ijtimoiy faolligi kuchayadi va o‘z salohiyatini to‘liq namoyon etadi.

Bolalarga zo‘ravonliksiz muhit yaratish – bu maktab va oilaning uzviy hamkorligiga asoslangan uzluksiz jarayondir. O‘zaro hurmat, doimiy muloqot va mas’uliyatli yondashuv orqali sog‘lom, xavfsiz va mehrga boy tarbiya muhiti shakllanadi. Ana shunday muhitda voyaga yetgan bola ruhiy jihatdan barqaror, ijtimoiy faol va jamiyatga foydali shaxs bo‘lib yetishadi.

XULOSA

Zo‘ravonliksiz muhit yaratishda bola huquqlarini himoya qilish tamoyili asosiy mezon bo‘lishi lozim. Bola o‘z fikrini erkin bildirish, himoya so‘rash va xavfsiz muhitda ta’lim olish huquqiga ega. Agar bola o‘zini xavfsiz his qilsa, uning o‘qishga bo‘lgan qiziqishi va ijtimoiy faolligi ortadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI:

1. Smith, P. K. (2014). Understanding School Bullying: Its Nature and Prevention Strategies. Psychology Press.
2. Bennett, L., & Lagory, M. (2017). Positive School Climate and Student Well-Being. Educational Psychology Review.
3. Jones, L. M. (2019). Family Dynamics and Emotional Development. Journal of Child Psychology.
4. Garcia, R., et al. (2020). Preventive Programs for School Violence: A Meta-Analysis. Journal of School Health.
5. Rigby, K. (2016). Bullying in Schools: Addressing Desires, Not Just Behaviors. Routledge.
6. Olweus, D. (1993). Bullying at School: What We Know and What We Can Do. Blackwell.
7. Ziyo.net