

ZO‘RAVONLIKDAN HOLI MAKTAB-KELAJAK POYDEVORI

Bozorova Sarvinoz Abdixamidovna

Qashqadaryo viloyati Ko‘kdala tumani 17-maktab amaliyotchi psixologi

Annotatsiya: Maktab - nafaqat bilim berish maskani, balki jamiyatning kelajak avlodini tarbiyalaydigan muhim muassasadir. Shuning uchun ham maktab muhitining xavfsizligi va sog‘lomligi dolzarb masalalardan biridir. Maktablarda zo‘ravonlik holatlarining yuzaga kelishi nafaqat o‘quvchilarning ta‘lim jarayoniga salbiy ta‘sir ko‘rsatadi, balki ularning ruhiy va jismoniy sog‘lig‘iga ham zarar yetkazadi. Shuning uchun zamonaviy ta‘lim tizimi zo‘ravonlikdan xoli muhit yaratish choralari ishlab chiqishi lozim.

Kalit so‘zlar: zo‘ravonlikning oldini olish, xavfsiz ta‘lim muhit, zo‘ravonlik, bulling, xavfsiz maktab, psixologik muhit, profilaktika, o‘quvchi huquqlari.

KIRISH

Bugungi globallashuv sharoitida ta‘lim tizimi nafaqat o‘quvchilarga bilim berishni, balki ularning jismoniy va ruhiy xavfsizligini ta‘minlashni ham o‘zining ustuvor vazifalaridan biri deb bilmoqda. Maktabda sodir bo‘ladigan bulling, kiberbulling, psixologik bosim, kamsitish, jismoniy zo‘ravonlik o‘quvchilarning o‘z-o‘ziga bahosiga, ijtimoiy moslashuviga, ta‘limdagi muvaffaqiyatiga salbiy ta‘sir ko‘rsatadi.

Zo‘ravonlikning turlari va uning oqibatlari

1. Jismoniy zo‘ravonlik

Ulashish, urish, turtish, jismlarni uloqtirish va o‘quvchining badaniga zarar yetkazishga qaratilgan harakatlar.

2. Psixologik zo‘ravonlik

Tahdid, qo‘rqitish, izza qilish, haqoratli so‘zlar, shaxsiyatga tegish.

3. Ijtimoiy izolyatsiya

Guruhdan chetlashtirish, gaplashmaslik, o‘yin yoki dars jarayonidan ajratish.

4. Kiberbulling

Ijtimoiy tarmoqlar orqali tahdid, masxara qilish, haqoratli postlar yoki anonim xabarlar yuborish.

Oqibatlari:

- o‘z-o‘ziga ishonchning pasayishi;
- darsga qiziqishning yo‘qolishi;
- depressiv holatlar, qo‘rquv, tashvish;
- maktabga borishdan bosh tortish;
- agressiv yoki tortinchoq xulq shakllanishi.

Zo‘ravonlikdan holi maktab yaratishning asosiy yo‘nalishlari

1. Sog‘lom psixologik muhit yaratish

Maktabda ochiq muloqot, o‘zaro hurmat, tushunish, qo‘llab-quvvatlash qadriyatlarini targ‘ib qilish. Psixologlar tomonidan muntazam trening va suhbatlar o‘tkazilishi muhim.

2. Profilaktika ishlari

- Bulling bo‘yicha anonim so‘rovnomalar;
- “Ijobiy muhit”, “Tinchlik oroli” kabi treninglar;
- O‘quvchilar uchun huquqiy ma’lumotlar;
- Sinf rahbarlari tomonidan sinfdagi psixologik iqlim monitoringi.

3. Ota-onalar bilan hamkorlik

Ota-onalarga farzandlaridagi zo‘ravonlik alomatlarini tanish va unga to‘g‘ri yondashish bo‘yicha seminarlar tashkil etish.

4. O‘qituvchilarni tayyorlash

Pedagoglar zo‘ravonlik vaziyatini o‘z vaqtida aniqlash, unga to‘g‘ri baho berish va profilaktika choralarini ko‘rish bo‘yicha muntazam o‘qitilishi zarur.

5. Aniq va shaffof qoidalar

Maktab ichki tartib-qoidalarida bullingni taqiqlovchi bandlar, zo‘ravonlik sodir bo‘lganda ko‘riladigan choralar, o‘quvchi, ota-ona va pedagoglar mas’uliyati aniq belgilanishi kerak. Zo‘ravonlikdan holi maktab — bu faqatgina zo‘ravonlik yo‘qligi emas, balki har bir o‘quvchi o‘zini xavfsiz, qadrlangan va qo‘llab-quvvatlangan deb his qiladigan

makondir. Bunday muhitni yaratishda pedagog, psixolog, ota-ona va jamiyatning hamkorligi muhim ahamiyatga ega.

Maktablarda uchraydigan zoʻravonlik turlari turlicha boʻlishi mumkin va ularning har biri oʻquvchilarga turlicha zarar yetkazadi. Quyida asosiy zoʻravonlik turlari va ularning taʼsiri kengroq tahlil qilinadi.

1. Jismoniy zoʻravonlik

Jismoniy zoʻravonlik oʻquvchilar oʻrtasida eng koʻp uchraydigan va eng aniq koʻrinadigan zoʻravonlik turlaridan biridir. Bu turtishish, urish, tepish, biror jismoniy zarar yetkazish yoki narsalarni tortib olish kabi harakatlar orqali namoyon boʻladi. Jismoniy tajovuz nafaqat jabrlanuvchining jismoniy jarohatlanishiga olib keladi, balki uning oʻziga boʻlgan ishonchini pasaytiradi va maktabga nisbatan qoʻrquv hissini kuchaytiradi. Ushbu turdagi zoʻravonlikni kamaytirish uchun nazorat mexanizmlari kuchaytirilishi va qatʼiy intizomiy choralar qoʻllanilishi kerak.

2. Ruhiy zoʻravonlik

Ruhiy zoʻravonlik koʻpincha koʻzga tashlanmaydigan, ammo oʻquvchilarning ruhiy holatiga kuchli salbiy taʼsir koʻrsatadigan zoʻravonlik shaklidir. Masxara qilish, tahdid qilish, doʻstlar doirasidan chetlatish, ataylab befarqlik bilan muomala qilish yoki kamsitish kabi harakatlar ruhiy bosim yaratadi. Bu holatlar natijasida oʻquvchilar oʻzlarini yolgʻiz his qilishlari, depressiyaga tushishlari yoki ijtimoiy hayotdan chetlashishlari mumkin. Ruhiy zoʻravonlikni oldini olish uchun oʻquvchilarga ijtimoiy koʻnikmalar oʻrgatilishi, oʻqituvchilar va psixologlar doimiy ravishda suhbatlar oʻtkazishlari lozim.

3. Kiber zoʻravonlik

Zamonaviy texnologiyalar rivojlanishi bilan kiber zoʻravonlik ham keng tarqalmoqda. Bu internet, ijtimoiy tarmoqlar, messenjerlar yoki boshqa onlayn platformalar orqali amalga oshiriladigan bosim shaklidir. Kiber zoʻravonlik oʻz ichiga haqoratli xabarlar yuborish, tuhmat qilish, fotosurat yoki videolarni ruxsatsiz tarqatish, oʻquvchini tahqirlovchi postlar joylashtirish kabi holatlarni oladi. Kiber zoʻravonlikning xavfli tomoni shundaki, u jabrlanuvchini doimiy bosim ostida qoldiradi va maktab muhitidan tashqarida ham taʼsir koʻrsatishi mumkin. Bu turdagi zoʻravonlikni oldini olish uchun oʻquvchilarga

internet xavfsizligi qoidalarini tushuntirish va onlayn kuzatuv tizimlarini joriy etish muhim ahamiyat kasb etadi.

4. Ijtimoiy zo‘ravnlik

Ijtimoiy zo‘ravnlik o‘quvchini jamiyatdan chetlatish, uning obro‘sigacha putur yetkazish yoki uni do‘stlaridan ajratishga qaratilgan harakatlardan iborat. Masalan, ayrim guruhlar boshqa o‘quvchini do‘stlariga qo‘shilishiga ruxsat bermaslik, u haqda yolg‘on ma‘lumot tarqatish yoki uning ortidan g‘iybat qilish orqali unga ruhiy zarar yetkazishlari mumkin. Ijtimoiy zo‘ravnlik uzoq muddatli salbiy ta‘sirga ega bo‘lib, o‘quvchilarning o‘zini past baholashiga va ijtimoiy o‘ziga ishonchsizlikka sabab bo‘ladi.

5. Jinsiy zo‘ravnlik

Maktablarda jinsiy zo‘ravnlik kamroq uchrasa-da, u juda jiddiy muammo hisoblanadi. Jinsiy zo‘ravnlik og‘zaki tahqirlash, nomunosib teginishlar, jinsiy aloqaga majburlash kabi holatlar orqali namoyon bo‘lishi mumkin. Jabrlangan o‘quvchilar ruhiy jarohatlanishlari, o‘zlarini xavfsiz his qilmasliklari va ta‘lim jarayonidan uzoqlashishlari mumkin. Bunday zo‘ravnlikning oldini olish uchun maxsus huquqiy choralar, ishonchli shikoyat qilish tizimlari va profilaktik o‘quv mashg‘ulotlari joriy etilishi kerak.

Maktablardagi zo‘ravnlikning har bir turi o‘quvchilarning ta‘lim jarayoni, ruhiy holati va kelajakdagi ijtimoiy hayotiga salbiy ta‘sir ko‘rsatadi. Shuning uchun bu muammoga jiddiy e‘tibor qaratish va samarali oldini olish choralari ishlab chiqish lozim.

Zo‘ravnlikning ta‘lim jarayoniga ta‘siri

Maktablardagi zo‘ravnlik o‘quvchilarning ta‘lim jarayoniga sezilarli salbiy ta‘sir ko‘rsatadi. Birinchidan, zo‘ravnlikka uchragan o‘quvchilar o‘zlarini xavfsiz his qilmaydilar, bu esa ularning darslarga bo‘lgan e‘tiborini susaytiradi. O‘quv muhitida doimiy qo‘rquv va stress ta‘lim jarayoniga putur yetkazib, o‘quvchilarning fikrlash qobiliyatini pasaytiradi.

Ikkinchidan, ruhiy bosim va depressiya natijasida o‘quvchilarning akademik natijalari sezilarli darajada pasayishi mumkin. Zo‘ravnlikka uchragan o‘quvchilar ko‘pincha o‘zlarini yolg‘iz his qiladilar, bu esa ularning darslarga bo‘lgan qiziqishini kamaytiradi va bilim olish jarayonidan chetlashishiga sabab bo‘ladi.

Uchinchidan, maktabga tashrif buyurishdan qo‘rqish va darslarni qoldirish holatlari ko‘payadi. Ayrim hollarda o‘quvchilar doimiy bosim ostida qolib, maktabdan butunlay voz kechishlari ham mumkin. Bu esa ularning kelajakdagi kasbiy va ijtimoiy hayotiga salbiy ta’sir qiladi.

Shu sababli, ta’lim muassasalari zo‘ravonlikka qarshi qat’iy choralar ko‘rishi va barcha o‘quvchilar uchun xavfsiz muhit yaratishi kerak.

Dunyo tajribasi va muvaffaqiyatli modellar

Dunyo bo‘ylab ko‘plab mamlakatlar maktab zo‘ravonligiga qarshi samarali dasturlar ishlab chiqqan. Masalan:

- Finlandiya: “KiVa” dasturi orqali o‘quvchilar o‘rtasida hamkorlik va do‘stlik muhitini shakllantirishga alohida e’tibor qaratiladi.

- AQSh: “Positive Behavioral Interventions and Supports” (PBIS) tizimi orqali o‘quvchilarni ijobiy xulq-atvorga yo‘naltirish va agressiyani kamaytirish yo‘llari ishlab chiqilgan.

- Yaponiya: Maktab jamoalari hamkorlikda ishlaydi, va bu orqali zo‘ravonlikning oldini olishga harakat qilinadi.

Bu tajribalar shuni ko‘rsatadiki, zo‘ravonlikka qarshi kurash tizimli yondashuvni talab qiladi.

O‘zbekistonda zo‘ravonlikka qarshi kurash choralari

O‘zbekistonda ham maktablarda zo‘ravonlikni kamaytirish bo‘yicha turli choratadbirlar ko‘rilmoqda. Jumladan:

- Maktablarda psixologlar faoliyati kuchaytirilib, o‘quvchilar bilan muntazam suhbatlar o‘tkazilmoqda.

- Ota-onalar va o‘qituvchilar uchun zo‘ravonlikni oldini olish bo‘yicha seminar va treninglar tashkil qilinmoqda.

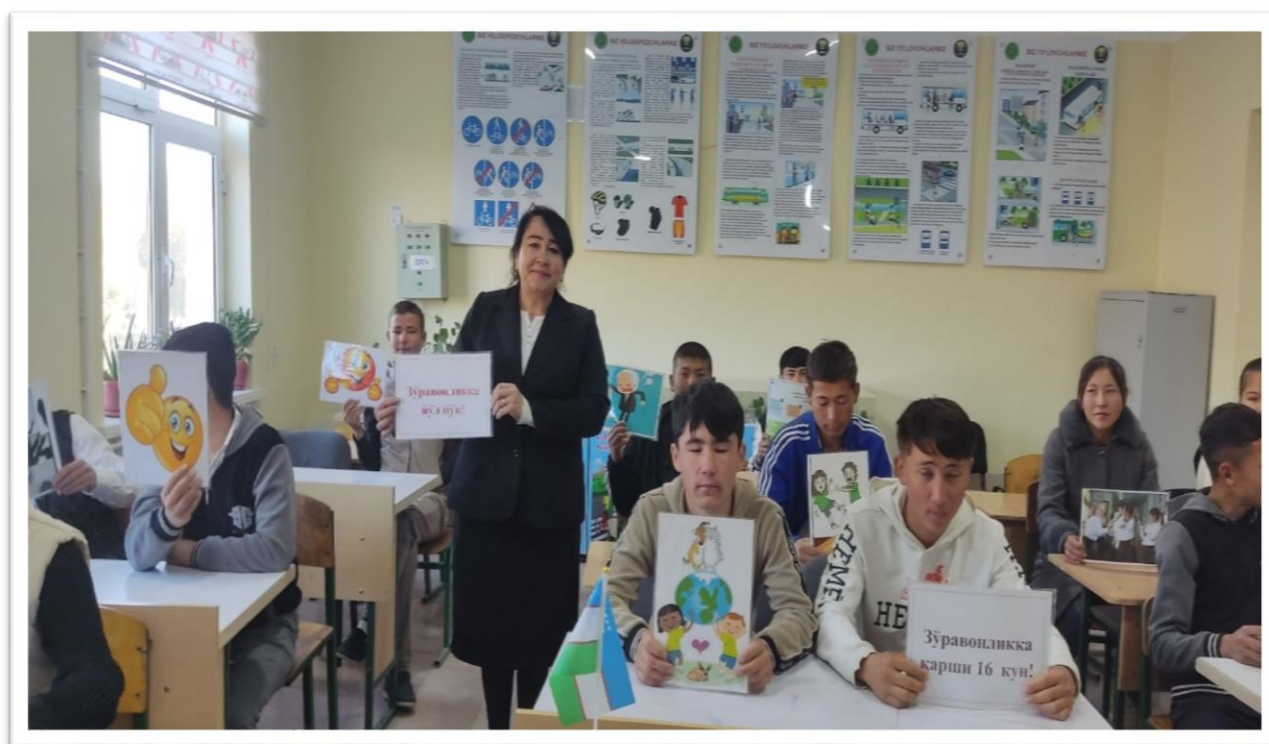
- Maktablarda kuzatuv kameralari va xavfsizlik choralari kuchaytirilib, nazorat tizimi takomillashtirilmoqda.

Bu chora-tadbirlar maktab muhitini yanada xavfsiz qilishga xizmat qilmoqda.

Zo‘ravonlikdan holi maktab yaratish yo‘llari

Zo‘ravonlik muammosiga qarshi kurashish uchun quyidagi yo‘nalishlarda ishlash kerak:

1. Maktab madaniyatini rivojlantirish - hurmat, hamkorlik va bag‘rikenglikni targ‘ib qilish.
2. O‘quvchilarni ongli ravishda tarbiyalash - ularga konfliktlarni tinch yo‘l bilan hal qilish ko‘nikmalarini o‘rgatish.
3. Ota-onalar va o‘qituvchilarning roli - oilaviy muhit va maktab ta’limi o‘rtasidagi uzviy bog‘liqlikni kuchaytirish.
4. Texnologiyadan foydalangan holda kuzatuv - kiberzo‘ravonlikning oldini olish uchun monitoring tizimlarini kuchaytirish.
5. Maxsus dasturlarni joriy qilish - zo‘ravonlikni kamaytirish uchun xalqaro



tajriba asosida mahalliy dasturlarni ishlab chiqish.

Qashqadaryo viloyati Ko‘kdala tumani 17-maktab amaliyotchi psixologi Bozorova Sarvinoz Abdixamidovna tomonidan noyabr-“Zo‘ravonlikdan holi maktab” oyligi doirasida “Zo‘ravonlikka qarshi 16 kun” kampaniyasi doirasida o‘tkaziladigan “Biz zo‘ravonlikka qarshimiz” tadbirini o‘tkazish bo‘yicha aksiya tashkil etildi. Aksiya davomida maktabning pedagogik jamoasi, o‘quvchilar va ularning ota onalari qamrab

olindi. “Biz zo‘ravonlikka qarshimiz” tadbirlarini o‘tkazish davomida pedagog va ota-onalarga bolalarga nisbatan sodir etiladigan zo‘ravonlik holatlarining asoratlari, ularning oldini olish va bartaraf etish usullari haqida ma’lumot berildi. O‘quvchi-yoshlarga esa zo‘ravon shaxs hamda kuchli inson orasidagi farq, jamoat joylarida begona shaxslardan o‘z-o‘zini himoya qilish usullari haqida tavsiyalardan iborat bo‘lgan ma’lumotlar taqdim etildi. O‘quvchi-yoshlar, ota-onalar va pedagoglar o‘rtasida zo‘ravonlikka nisbatan murosasizlik, bag‘rikenglik, mehr-oqibat, hurmat va ijobiy muloqot madaniyatini shakllantirildi hamda sog‘lom psixologik muhit yaratildi. Mazkur kampaniya davomida maktabda “Biz zo‘ravonlikka qarshimiz” shiori ostida bir qator ma’naviy-ma’rifiy hamda psixologik tadbirlar o‘tkazildi.

XULOSA

Zo‘ravonlikdan xoli maktab - bu nafaqat xavfsiz, balki o‘quvchilar uchun eng qulay ta’lim muhiti yaratish demakdir. Har bir o‘qituvchi, ota-ona va o‘quvchi bu jarayonda muhim rol o‘ynaydi. Maktab muhitida zo‘ravonlikning oldini olish orqali jamiyatimizning kelajagi bo‘lgan yosh avlodni yanada sog‘lom va bilimli etib tarbiyalaymiz. Shu bois, ta’lim muassasalarida xavfsizlik va hurmat muhitini shakllantirish har birimizning burchimizdir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI:

1. Safasheva I, Xolmurotov X. S. (2021). Ta'lim-tarbiya faoliyatda gumanitar yo'l qo'yilgan narsalarni qo'llash hodisalari . Fan va ta'lim, 2 (5), 641-648. <https://openscience.uz/index.php/sciedu/article/view/1435>
2. Холмуротов Ф. МИΝΤΑQΑDΑ ΑΗΟΛΙ ΤUΡMUSH FΑRΑVONLIGINI OSHIRISHDΑ QISHLOQ XO ‘JALIK ΜΑHSULOTLARINI YETISHTIRUVCHI SUBYEKTLAR RO ‘LINI ΒΑΗΟLASH //Ижтимоий-гуманитар фанларнинг долзарб муаммолари/Актуальные проблемы социально-гуманитарных наук/Actual Problems of Humanities and Social Sciences. - 2023. - Т. 3. - №. 7. - С. 83-91.
3. Saribaevich, K. F. ISSUES OF HAVING OPTIMAL RATIO OF SUBJECTS IN ENSURING SUSTAINABLE AGRICULTURAL DEVELOPMENT. Інтеграція освіти, науки та бізнесу в сучасному середовищі: літні диспути: тези доп. ІІІ Міжнародної

науково-практичної інтернет-конференції, 11-12 серпня 2021 р.Дніпро, Україна, 2021.-477 с., 113.

4. Saribaevich, K. F. ISSUES OF HAVING OPTIMAL RATIO OF SUBJECTS IN ENSURING SUSTAINABLE AGRICULTURAL DEVELOPMENT. Інтеграція освіти, науки та бізнесу в сучасному середовищі: літні диспути: тези доп. ІІІ Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції, 11-12 серпня 2021 р.Дніпро, Україна, 2021.-477 с., 113.

5. Ziyonet