

## O‘QUVCHI VA YOSHLAR O‘RTASIDA “BULLING XAVFI”NI OLDINI OLISH MASALALARI

**Raximova Barno Rustamovna**

*Toshkent viloyati Toshkent tumani MMTB metodist-psixologi*

### **Annotatsiya**

*Ushbu maqolada “blling” muammosi o‘quvchi yoshlar ortasida keskin avj olayotgan zoravonliklar va bolalarga qaratilgan zoravonliklar , ularni oldini olishga qaratilgan masalalar e‘tibor qaratilgan*

### **Kalit so‘zlar**

*Bulling, zo‘ravonlik, kiber bulling,oila ,shavqatsiz munosabat,jismoniy va psixologik zoravonlik, tajovuz, himoya orderi,tajovuz, oilaviy zo‘ravonlik,iqtisodiy zo‘ravonlik,jabrlanuvchi*

Gap o‘zbek jamiyati uchun yangi so‘z, lekin eski tushuncha bo‘lmish bulling (bullying) haqida ketayapti. «Bulling»ga ko‘p ta‘rif berilgan. Qisqasi, bulling “ta‘qib va zo‘ravonlik” ma‘nosini bildirib, kollektivdagi zaiflarni (qurbonlar yosh yoki katta bo‘lishi mumkin!) qasddan va muntazam ta‘qib qilishdir. Bullingning psixologik, jismoniy, ochiq yoki ko‘rinmas shakllari mavjud.Ta‘qib deganda, odatda, tahqirlash, ustidan kulish, ataylab e‘tibor bermaslik, kamsitish va kaltaklash tushuniladi. Ko‘p hollarda bulling bir martalik hodisa emas.

Faqatgina «g‘alati» yoki «zaif» bo‘lganlarga emas, har qanday bola bulling qurboni bo‘lishi mumkin. Odatda, ta‘qibning sababi - sinfdoshlar orasida hukmronlik qilishga intilish.Hozir bulling butun dunyoda, jumladan, O‘zbekistonda ham dolzarb masalalardan biriga aylangan.BMT tadqiqotida aytilishicha, yoshlarning uchdan ikki qismi maktabda ta‘qibga uchraydi. Ko‘p hollarda bolalar maktabdagi nizolarni kattalardan berkitadi. Har uchinchi bola o‘zi ham ta‘qibda bir necha bor ishtirok etgan.

Bulling nimasi bilan xavfli? Har qanday zo‘ravonlik va ta‘qib qurbonning ruhiyatiga zarar yetkazadi. Tadqiqotga ko‘ra, ta‘qibga uchragan bolalarning sog‘lig‘i, xususan ruhiy sog‘lig‘i ham yomonlashadi. Yoshlar yolg‘izlanib, ularda tushkunlik va o‘jizlik, vahima hissi shakllanadi. Ba‘zilari o‘z joniga qasd qiladi.

Lekin zo‘ravonlar ham xavf ostida ekan: ular o‘z tengdoshlariga qaraganda alkogol va narkotik qaramligiga muhtalo bo‘lar ekan. Zo‘ravonlar ham tushkunlik va suitsid vasvasasiga tushishga moyilroqdir. Bulling holva,hozir kiberbulling paydo bo‘lgan :Kiberbulling bullingning o‘zginasi, faqat endi ta‘qib internetda, «Telegram», «Facebook», «Odnoklassniki» kabi ijtimoiy tarmoqlar va bloglarda, hatto telefon va SMS orqali amalga oshiriladi.Bulling xavfliroqmi yoki kiberbullingmi degan savolga aniq javob yo‘q. Ikkisining qorishmasi – masalan, avval sinfda, keyin internetda - xavfliroq bo‘lsa kerak. Tadqiqotlar bu ikkisi o‘zaro bog‘liq ekanligini ko‘rsatmoqda. Sinfda ta‘qib qilinganlarni, odatda, internetda ham ta‘qib qilishni davom ettirishadi. Oflayn bulling kengroq tarqalgan bo‘lsa ham, uning qurboni uyida ta‘qib va masxaralardan xoli bo‘la oladi. Kiberbullerlar esa qurbonini 24 soat ta‘qib qilishi mumkin.

O‘zbekiston Respublikasining “Xotin-qizlarni tazyiq va zo‘ravonlikdan himoya qilish to‘g‘risida”gi Qonunda quyidagi asosiy tushunchalar qo‘llaniladi: jinsiy zo‘ravonlik – xotin-qizlarga nisbatan ularning roziligisiz shahvoniy xususiyatga ega harakatlarni sodir etish orqali jinsiy daxlsizlikka va jinsiy erkinlikka tajovuz qiladigan zo‘ravonlik shakli, shuningdek zo‘rlik ishlatish yoki zo‘rlik ishlatish bilan tahdid qilish yoxud ayol jinsidagi voyaga etmagan shaxslarga nisbatan axloqsiz harakatlar sodir etish orqali uchinchi shaxs bilan jinsiy aloqa qilishga majburlash; jismoniy zo‘ravonlik – xotin-qizlarga nisbatan og‘irligi turli darajada bo‘lgan tan jarohatlari etkazish, xavf ostida qoldirish, hayoti xavf ostida qolgan shaxsga yordam ko‘rsatmaslik, zo‘ravonlik xususiyatiga ega boshqa huquqbuzarliklar sodir etish, jismoniy ta‘sir o‘tkazish yoki bunday ta‘sir o‘tkazishning o‘zga choralarini qo‘llash bilan tahdid qilish orqali xotin-qizlarning hayoti, sog‘lig‘i, erkinligi hamda qonun bilan himoya qilinadigan boshqa huquqlari va erkinliklariga tajovuz qiladigan zo‘ravonlik shakli; zo‘ravonlik – xotin-qizlarga nisbatan jismoniy, ruhiy, jinsiy yoki iqtisodiy ta‘sir o‘tkazish yoki bunday ta‘sir o‘tkazish choralarini qo‘llash bilan tahdid qilish orqali ularning hayoti, sog‘lig‘i, jinsiy daxlsizligi, sha‘ni, qadr-qimmatini va qonun bilan himoya qilinadigan boshqa huquqlari hamda erkinliklariga tajovuz qiladigan g‘ayrihuquqiy harakat (harakatsizlik); iqtisodiy zo‘ravonlik – xotin-qizlarga nisbatan turmushda, ish joylarida va boshqa joylarda amalga oshirilgan zo‘ravonlik shakli, xotin-qizlarning normal yashash va kamol topish uchun oziq-ovqat, uy-joy hamda boshqa zarur shart-sharoitlar bilan ta‘minlanishga bo‘lgan huquqini, mulk huquqini, ta‘lim olish hamda mehnatga oid huquqini amalga oshirishni cheklashga olib keladigan harakat (harakatsizlik); ish joyi – o‘zi bilan tuzilgan shartnomaga muvofiq mehnat majburiyatlarini amalga oshirish yoki xizmat vazifalarini bajarish uchun bo‘lishi yoki borishi lozim bo‘lgan, ish beruvchi tomonidan bevosita yoki bilvosita nazorat qilinadigan joy; ruhiy zo‘ravonlik – xotin-qizlarni haqoratlash, ularga tuhmat qilish, tahdid qilish, ularning sha‘nini, qadr-qimmatini kamsitish, shuningdek ularning xohish-irodasini cheklashga qaratilgan boshqa harakatlarda ifodalanadigan zo‘ravonlik shakli, shu jumladan reproduktiv sohada nazorat qilish, tazyiq va zo‘ravonlikdan jabrlanuvchida o‘z xavfsizligi uchun xavotir uyg‘otgan, o‘zini himoya qila olmaslikka olib kelgan yoki ruhiy sog‘lig‘iga zarar etkazgan harakat (harakatsizlik); tazyiq – sodir etilganligi uchun ma‘muriy yoki jinoiy javobgarlik nazarda tutilmagan, xotin-qizlarning sha‘ni va qadr-qimmatini kamsitadigan harakat (harakatsizlik), shilqimlik; tazyiq va zo‘ravonlikdan jabrlanuvchi – o‘ziga nisbatan tazyiq va zo‘ravonlik sodir etilishi tahdidi ostida bo‘lgan yoki tazyiq va zo‘ravonlik natijasida jabrlangan ayol jinsidagi shaxs; tazyiq va zo‘ravonlikdan himoya qilish – xotin-qizlarning hayoti, sog‘lig‘i uchun paydo bo‘lgan xavfni bartaraf etish, tezkor chora-tadbirlarni talab qiladigan hayotiy vaziyatlar yuz berganda xotin-qizlarning xavfsizligini ta‘minlash, shuningdek jabrlanuvchiga nisbatan tazyiq o‘tkazgan va zo‘ravonlik sodir etgan shaxsning takroran g‘ayriqonuniy xatti-harakatlariga yo‘l qo‘ymaslik maqsadidagi iqtisodiy, ijtimoiy, huquqiy, tashkiliy, psixologik va boshqa tusdagi kechiktirib bo‘lmaydigan tadbirlar tizimi; tazyiq va zo‘ravonlikning oldini olish – xotin-qizlarga nisbatan tazyiq va zo‘ravonlik sodir etishga olib keladigan sabablar hamda shart-sharoitlarni aniqlash va bartaraf etishga, jamiyatda xotin-qizlarning zo‘ravonlikdan xoli bo‘lish huquqlaridan xabardorligini oshirishga qaratilgan iqtisodiy, ijtimoiy, huquqiy, tibbiy va boshqa chora-tadbirlar tizimi; himoya orderi – tazyiq va zo‘ravonlikdan jabrlanuvchiga davlat himoyasini

taqdim etuvchi, xotin-qizlarga tazyiq o‘tkazayotgan yoki ularga nisbatan zo‘ravonlik sodir etgan shaxsga yoxud bir guruh shaxslarga nisbatan ushbu Qonunda belgilangan ta’sir ko‘rsatish choralari qo‘llanilishiga sabab bo‘ladigan hujjat.

Xozirgi kunda maktab o‘quvchilari o‘rtasida :Mening ham ustimdan kulishgan, lekin men «latta» bo‘lib qolmadim-ku!Ko‘pgina insonlar bolalar orasidagi bulling barcha boshidan kechirishi shart bo‘lgan o‘ziga xos «hayot maktabi» deb hisoblaydi. Aslida, tadqiqotlarga ko‘ra, aksariyat bulling qurbonlarining psixikasi jiddiy lat yeydi va ular o‘zini hayotda hech qachon to‘liq o‘nglab ololmaydi. Shuning uchun o‘qituvchilar ham, ota-onalar ham bullingga jiddiy e’tibor berishi va, kerak bo‘lsa, aralashishi lozim.Bullingdan qanday himoyalaniish mumkin?Bullingni to‘liq yo‘q qilish inkonsiz, bu jamiyatda doimo u yoki bu shaklda davom etaveradigan hodisa. Bullingdan to‘liq himoyalaniish inkonsiz bo‘lsa-da, quyidagi maslahatlar undan saboq chiqarib, kuchliroq inson sifatida shakllanishga yordam berishi mumkin: 1.Ijobiy psixologiyani o‘zingiz o‘rganing va farzandingizga o‘rgating. Ijobiy psixologiya insondagi patologiya va muammolarni emas, ko‘proq insonlarning nekbinligi va bardoshliligini qanday saqlab qolishini o‘rganadigan fandır. 2.Bolaga u yoki bu hodisaga o‘z munosabatini shakllantirishga ko‘maklashing. Har qanday insonni yoshlikdan uch narsa shakllantiradi: genotipi, atrof-muhit va insonning hodisaga ichki munosabati.

Mana shu ichki yondashuv hayotda eng muhim va hal etuvchidir. Agar bolada o‘zining ichki munosabati shakllanmagan bo‘lsa, uning bulling qurboni yoki agressorga aylanib ketishi yengil kechadi. 3.Meditatsiya (yoki namoz), sport, yaxshi uyqu, yaqinlar bilan ko‘proq muloqot bolaning bullingga bardoshliligini oshiradi. 3.Makro va mikro nutriyentlarga boy taomlarni yeyishning ham ta’siri katta. 4.Bolaga shukur va sabr qilishni o‘rgating. 5.Bolaga o‘z qadr-qimmatini atrof-dagilarning o‘lchami bilan emas, o‘zining ichki o‘lchami bilan o‘lchashni o‘rgating.

O‘qituvchisi yoki ota-onasi uchungina «besh»ga o‘qiydigan bola odatda faqatgina yodlash bilan kun kechiradi.6.Maqsadlarni to‘g‘ri qo‘yishni va ularga erishish texnologiyalarini o‘rgating.7.Yaxshi va muntazam qaytariladigan odatlar ham bola farovonligi uchun muhim.8.Bullingni konstruktiv tarzda boshdan kechirish uchun uni iloji boricha yozma ravishda tahlil qilish ham yordam beradi. 9.Ota-onalar doimo bullingga qarshi chora ko‘rishi kerak, ayniqsa bulling og‘ir yoki doimiy tus olayotgan bo‘lsa. Bulling o‘zidan o‘zi o‘tib ketmaydi. Maktab direktori yoki bolaning o‘qituvchisi bilan gaplashin.Mazkur material Xalq ta’limi vazirligi «Maktablarda zo‘ravonlikning oldini olish va ijobiy psixologiyani o‘qitish metodikasi» loyihasi doirasida, xususan AQSHlik ijobiy psixologiya mutaxassisi, professor Lori Vulf yordamida tayyorlandi.Loyiha maktablarda o‘quvchilarning emotsional holatini aniqlash va ijobiy psixologiya metodini o‘qitish orqali bullingning oldini olish va unga qarshilikni oshirishga qaratilgan.Mazkur loyiha muvaffaqiyatli amalga oshirilsa, ijobiy psixologiyani o‘qitish metodikasini pedagoglarni qayta tayyorlash va ularning malakasini oshirish tizimiga ham joriy etish rejalashtirilgan.

Loyihaga yordam berayotgan professor Lori Vulf bolalar va o‘qituvchilar o‘rtasida stressni boshqarish sohasida, shuningdek, bolalarda stress holatini aniqlashga ixtisoslashgan ekspert. O‘z farzandingizni zo‘ravonlikning/bullingni yoki kiberzo‘ravonlikning/kiberbullingni

jismoniy va hissiy og‘riqlarini boshdan kechirayotganini ko‘rish yuragingizni ezadi. Ba’zi ota-onalar o‘z bolalarini qo‘rqitish va zo‘ravonlikdan/bullingdan himoya qilishga yordam berishni nimadan va qachondan boshlash kerakligini bilmaydilar. Boshqalari esa, farzandlari zararli xatti-harakatlarning qurboni, guvohi yoki hatto bunday zararli harakat ijrochilari ekanliklarini bilmasliklari mumkin. Quyida farzandingiz bilan suhbatni qanday boshlash haqida ba’zi maslahatlar berilgan:

Asosiy tushunchalar: Dunyo bo‘ylab 13–15 yoshdagi o‘quvchilarning taxminan 50 foizi maktabda va uning atrofida tengdoshlarining zo‘ravonligiga duchor bo‘lganliklarini aytishadi. Bulling dunyo bo‘ylab o‘quvchilar hayotining bir qismiga aylandi. Bulling muntazam ravishda takrorlanib turadigan boshqa bolaga qasddan zarar yetkazishdir. Bulling jabrlanuvchiga o‘ziga nisbatan zo‘ravonlikni to‘xtatishiga imkon bermaydigan kuch tengsizligini nazarda tutuvchi harakat. Bulling hamma joyda va har qanday vaqtda bo‘lishi mumkin: kundalik hayotda, yozishmalarda yoki ijtimoiy tarmoqlarda. Bu nafaqat bolaning o‘qishga diqqatini qaratishga to‘sqinlik qiladi, balki uzoq davom etadigan ruhiy jarohatlarga ham olib kelishi mumkin. Bullingni to‘xtatish zarur. Agar farzandim zo‘ravonlik/bullingdan jabr chekayotgan bo‘lsa, nega men aralashishim kerak?

Bolalarga jinsiy tajovuz qilganlarning huquqlari cheklanadi. 12 oktyabr kuni “Bolalarni zo‘ravonliklarning barcha shakllaridan himoya qilish to‘g‘risida”gi qonun loyihasi jamoatchilik muhokamasi uchun e‘lon qilindi. Loyiha Adliya vazirligi, Ijtimoiy himoya milliy agentligi va UNICEF hamkorligida ishlab chiqilgan. Hujjatda bolalarga nisbatan zo‘ravonliklarning turlari – jismoniy zo‘ravonlik, jinsiy zo‘ravonlik, ruhiy zo‘ravonlik, g‘amxo‘rlik ko‘rsatmaslik, ekspluatatsiya, bulling kabilarga ta’rif berilgan. Bolalarga nisbatan zo‘ravonlikning barcha shakllarini sodir etish taqiqlanadi hamda qonunga binoan ta’qib qilinadi.

Bulling deganda – bir guruh bolalar yoki bir bolaning boshqa bolaga yoki bolalarga nisbatan, xususan, zo‘ravonlik qurboniga nisbatan haqoratli laqablardan foydalanish, u bilan har qanday muloqotni cheklab qo‘yish (boykot qilish), uning mol-mulkini qo‘lga kiritish va (yoki) zarar yetkazish, uning o‘ziga xos jismoniy, psixologik yoki intellektual xususiyatlarini ommaviy muhokama qilish, sha’ni va qadr-qimmatini kamsitish yoki sog‘lig‘i va hayotiga ziyon yetkazishda ifodalangan, shu jumladan telekommunikatsiya tarmoqlari va internet orqali amalga oshiriladigan muttasil psixologik va (yoki) jismoniy tajovuzkor harakat tushuniladi. Loyihada sohadagi vakolatli organ sifatida prezident huzuridagi Ijtimoiy himoya milliy agentligi va uning hududiy bo‘linmalari ko‘rsatilgan. Zo‘ravonlikdan jabrlanuvchi quyidagi huquqlarga ega: zo‘ravonlikning barcha shakllaridan himoyaga ega bo‘lish; o‘ziga nisbatan zo‘ravonlik sodir etilgani, tahdid qilingani yuzasidan ariza berish yoki sudga murojaat etish; barcha turdagi bepul taqdim etiladigan maslahatlardan foydalanish; himoya orderi berish to‘g‘risidagi talab bilan murojaat qilish; sodir etilgan zo‘ravonlik natijasida o‘ziga yetkazilgan moddiy zararining o‘rni qoplanishi hamda ma’naviy ziyon kompensatsiya qilinishini talab qilishi mumkin. Bolaning huquqlari, erkinliklari va qonuniy manfaatlarini himoya qilish uning ota-onasi, ota-onasining o‘rnini bosuvchi shaxslar, qonunda nazarda tutilgan hollarda esa vasiylik va homiylik organi, prokuror va sud tomonidan amalga oshiriladi. Zo‘ravonlikdan himoya qilish faoliyatiga quyidagi davlat organlari va tashkilotlari bevosita mas’uldir: hukumat, Bolalar ombudsmani, Ijtimoiy himoya milliy agentligi; prokuratura organlari, ichki ishlar

organlari, Oila va xotin-qizlar qo‘mitasi, Yoshlar siyosati va sport vazirligi huzuridagi Yoshlar ishlari agentligi; mahalliy hokimiyat organlari va boshqalar. Loyihada ko‘rsatilishicha, bolalarni zo‘ravonlikdan himoya qilish faoliyatini bevosita amalga oshiruvchi davlat organlari va tashkilotlar Bolalar masalalari bo‘yicha milliy komissiya tomonidan muvofiqlashtiriladi. Zo‘ravonlik sodir etgan yoki uni sodir etishga moyil bo‘lgan shaxslarni zo‘ravonlik xulq-atvorini o‘zgartirish bo‘yicha tuzatish dasturiga jalb qilish taklif etilmoqda. Fuqarolar qonun loyihasi bilan to‘liq tarzda normativ hujjatlar muhokamasi portalida tanishib chiqib, o‘z takliflarini berishi mumkin. Jamoatchilik muhokamasi 27 oktyabrga qadar davom etadi. Shundan keyin loyiha parlament tomonidan ko‘rib chiqiladi.

### FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI :

1. Petranovskaya. Lyudmila Vlaqimirovna. Travlya. Provaslaviya i mir 29 yanvarya 2016 goda
2. Maksimova. Lyudmila . Kak ostanovit travlyu v shkole? Chto delat jertvam, roditelyam i pedagogam? argumenti i fakti 17 aprelya 2018 goda
3. M.S. Prudnikova “Bolalar muhuitida b wzorilik va ruhiy qayg‘u va yetakchi bolalar hayotida muhim o‘zgarishlar sifatida”. Rossiya . Moskva 2014 yil
4. Kutuzova .D.A. Maktabda ta‘qib qilish: bu nima va u bilan nima qilish mumkin. 2007 yil .72-80 betlar
5. Ponomaryova. E.A. Bulling iltimoiy-pedagogik sifatida o‘smirlik davrdagi munosabatlar muammosini oldini olish. 2014 yil
6. Olvays Dan. 1978 yil. Maktablarda tajovuz. Builiyezs va qamchi og‘il, Vashington .DC
6. Toshchenko J.T. Sotsiologiya. - M .: Prometey, 1994 yil.
7. Frolov S.S. Sotsiologiya. - M .: Timsollar, 1996 yil.