TA’LIM MUASSASALARIDA ZO‘RAVONLIKNI OLDINI OLISHDA PSIXOLOGIK STRATEGIYALAR

Saydazimova Shaxnoza Baxodirjanovna

Toshkent viloyati Toshkent tumani 16-maktab psixologi

Annotatsiya: Ushbu maqolada maktablarda zo‘ravonlik holatlarining kelib chiqish sabablari, uning o‘quvchilar psixologiyasiga ta’siri hamda zo‘ravonlikni oldini olishga qaratilgan psixologik strategiyalar yoritilgan. Zo‘ravonlikning individual, oilaviy va ijtimoiy omillari tahlil qilinib, uning maktab muhitidagi salbiy oqibatlari ko‘rsatib o‘tilgan. Psixologik profilaktika, empatiyani rivojlantirish, ijobiy sinf muhitini shakllantirish, guruhiy treninglar va individual psixologik yordam kabi samarali usullar ko‘rib chiqilgan. Ushbu yondashuvlar o‘quvchilar o‘rtasida sog‘lom munosabatlarni shakllantirish va zo‘ravonlik holatlarini kamaytirishga xizmat qiladi.

Kalit so‘zlar: zo‘ravonlik, bullying, maktab, psixologik strategiyalar, o‘quvchilar, profilaktika, empatiya, sinf muhiti, psixologik yordam, ijtimoiy munosabatlar.

Kirish

Ta’lim muassasalarida o‘quvchilarning xavfsizligi va psixologik farovonligi eng muhim masalalardan biri sifatida qaralmoqda. Maktablarda uchraydigan zo‘ravonlik (bullying) holatlari nafaqat o‘quv jarayonining samaradorligiga, balki o‘quvchilarning shaxsiy rivojlanishi, emotsional holati va ijtimoiy moslashuviga ham jiddiy salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Shu sababli zo‘ravonlikning oldini olish va uning oqibatlarini kamaytirish dolzarb psixologik-pedagogik muammo hisoblanadi. Zo‘ravonlik — bu bir yoki bir nechta shaxs

tomonidan boshqa o‘quvchiga nisbatan takroriy tarzda jismoniy, ruhiy yoki ijtimoiy bosim o‘tkazish holatidir. U haqorat qilish, kamsitish, masxara qilish, jismoniy tajovuz, ijtimoiy izolyatsiya yoki internet orqali tahdid (kiberbulling) ko‘rinishlarida namoyon bo‘lishi mumkin. Bunday holatlar o‘quvchining o‘ziga bo‘lgan ishonchini pasaytiradi, stress va xavotir darajasini oshiradi hamda o‘qishga bo‘lgan qiziqishini susaytiradi. Maktablarda zo‘ravonlikning kelib chiqishiga turli omillar ta’sir qiladi. Bular qatoriga oilaviy tarbiya muammolari, ijtimoiy muhitdagi salbiy tajribalar, tengdoshlar bosimi, empatiya yetishmasligi hamda maktabdagi psixologik iqlimning zaifligi kiradi. Ayniqsa, nazorat va profilaktika ishlari yetarli darajada olib borilmagan muassasalarda zo‘ravonlik holatlari ko‘proq uchrashi mumkin. Shu nuqtayi nazardan, maktablarda zo‘ravonlikni oldini olishda psixologik strategiyalarni ishlab chiqish va amaliyotga tatbiq etish katta ahamiyatga ega. Psixologik yondashuvlar orqali o‘quvchilar o‘rtasida sog‘lom munosabatlarni shakllantirish, empatiya va ijtimoiy ko‘nikmalarni rivojlantirish, shuningdek, xavfsiz va qo‘llab-quvvatlovchi ta’lim muhitini yaratish mumkin. Maktablarda zo‘ravonlikning psixologik sabablari, uning oqibatlari hamda uni oldini olishga qaratilgan samarali psixologik strategiyalar tahlil qilinadi. Shuningdek, maktab psixologi, o‘qituvchilar va ota-onalar hamkorligida amalga oshiriladigan profilaktik chora-tadbirlar yoritiladi.

Asosiy qism

Zo‘ravonlik murakkab ijtimoiy-psixologik muammo bo‘lib, u o‘quvchilar o‘rtasidagi munosabatlarga, sinf muhitiga hamda ta’lim jarayonining samaradorligiga jiddiy salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Zo‘ravonlik odatda kuchliroq o‘quvchining zaifroq o‘quvchiga nisbatan muntazam ravishda jismoniy yoki ruhiy bosim o‘tkazishi shaklida namoyon bo‘ladi. Bu jarayon nafaqat jabrlanuvchi, balki zo‘ravonlikni amalga oshiruvchi va guvoh bo‘lgan o‘quvchilarning ham psixologik holatiga salbiy ta’sir qiladi. Zo‘ravonlikning kelib chiqish sabablarini bir necha

guruhga ajratish mumkin. Birinchidan, **o**ilaviy omillar muhim rol o‘ynaydi. Zo‘ravon muhitda ulg‘aygan, doimiy tanqid yoki jismoniy jazoga duch kelgan bolalar ko‘pincha agressiv xulqni maktab muhitiga olib kiradi. Ikkinchidan, ijtimoiy omillar — tengdoshlar bosimi, guruh ichida o‘z o‘rnini isbotlashga intilish va noto‘g‘ri ijtimoiy modellar ham zo‘ravonlikni kuchaytiradi. Uchinchidan, shaxsiy psixologik omillar, ya’ni empatiya yetishmasligi, o‘zini past baholash yoki aksincha haddan tashqari ustunlik hissi ham zo‘ravonlikka sabab bo‘lishi mumkin.

Zo‘ravonlikni oldini olishda psixologik strategiyalar muhim ahamiyatga ega bo‘lib, ular kompleks yondashuvni talab qiladi.

1. Psixologik profilaktika ishlari

Maktab psixologi tomonidan o‘quvchilar bilan muntazam profilaktik suhbatlar, treninglar va seminarlar o‘tkaziladi. Bu jarayonda zo‘ravonlikning salbiy oqibatlari tushuntiriladi va ijobiy xulq-atvor shakllantiriladi.

2. Empatiyani rivojlantirish strategiyasi

O‘quvchilarda boshqalarning his-tuyg‘ularini tushunish va ularga hamdard bo‘lish ko‘nikmasini rivojlantirish muhimdir. Rol o‘yinlari, guruhiy mashg‘ulotlar va muhokamalar orqali empatiya kuchaytiriladi. Bu esa zo‘ravonlik ehtimolini kamaytiradi.

3. Ijobiy sinf muhitini yaratish

Sinfda do‘stona, qo‘llab-quvvatlovchi va hurmatga asoslangan muhit shakllantirilsa, zo‘ravonlik holatlari sezilarli darajada kamayadi. O‘qituvchi har bir o‘quvchiga teng e’tibor berishi va ijobiy munosabatni rag‘batlantirishi lozim.

4. Individual psixologik yordam

Zo‘ravonlikdan jabrlangan yoki zo‘ravonlik qiluvchi o‘quvchilar bilan alohida psixologik ish olib boriladi. Bu jarayonda ichki muammolar aniqlanib, ularni bartaraf etish bo‘yicha individual yondashuv qo‘llaniladi.

5. Konfliktlarni boshqarish ko‘nikmalarini rivojlantirish

O‘quvchilarga nizoli vaziyatlarni zo‘ravonliksiz hal qilish usullari o‘rgatiladi. Muzokara, tinch muloqot va o‘zini nazorat qilish texnikalari bu borada muhim rol o‘ynaydi.

6. Oila va maktab hamkorligi

Ota-onalar bilan doimiy aloqa o‘rnatish, ularga farzand tarbiyasida ijobiy yondashuvlar bo‘yicha tavsiyalar berish zo‘ravonlikning oldini olishda muhim hisoblanadi. Oila va maktab birgalikda ishlaganda natija samaraliroq bo‘ladi.

Maktablarda zo‘ravonlikni oldini olishda psixologik strategiyalar tizimli va uzluksiz amalga oshirilishi lozim. Profilaktika, empatiya rivojlantirish, ijobiy muhit yaratish va individual psixologik yordam kabi yondashuvlar birgalikda qo‘llanilganda, o‘quvchilar uchun xavfsiz va sog‘lom ta’lim muhiti shakllanadi.

Xulosa

Xulosa qilib aytganda, maktablarda zo‘ravonlik dolzarb ijtimoiy-psixologik muammo bo‘lib, u o‘quvchilarning emotsional holati, shaxsiy rivojlanishi va ta’lim jarayoniga jiddiy salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Zo‘ravonlikning kelib chiqishi ko‘p omilli bo‘lib, uning asosida oilaviy muhit, ijtimoiy munosabatlar, shaxsiy psixologik xususiyatlar hamda maktabdagi psixologik iqlim yotadi. Mazkur muammoni bartaraf etishda psixologik strategiyalar muhim ahamiyatga ega. Xususan, profilaktik ishlar, empatiyani rivojlantirish, ijobiy sinf muhitini shakllantirish, konfliktlarni tinch yo‘l bilan hal qilish ko‘nikmalarini o‘rgatish hamda individual psixologik yordam ko‘rsatish zo‘ravonlikni kamaytirishda samarali vosita hisoblanadi. Shuningdek, maktab, oila va psixolog o‘rtasidagi hamkorlik zo‘ravonlikning oldini olishda hal qiluvchi rol o‘ynaydi. O‘zaro ishonch va qo‘llab-quvvatlashga asoslangan muhit o‘quvchilarda xavfsizlik hissini kuchaytiradi va ularning ijtimoiy moslashuvini yaxshilaydi. Maktablarda

zo‘ravonlikni oldini olish tizimli, uzluksiz va kompleks yondashuvni talab etadi. Ushbu jarayon samarali tashkil etilganda, o‘quvchilar uchun sog‘lom, xavfsiz va ijobiy psixologik muhit yaratish imkoniyati kengayadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati

1. Karimova V.M. “Psixologiya”. – Toshkent: O‘zbekiston Faylasuflari Milliy jamiyati nashriyoti, 2010.
2. G‘oziev E.G. “Umumiy psixologiya”. – Toshkent: O‘qituvchi, 2008.
3. Davletshin M.G. “Yosh davrlari va pedagogik psixologiya”. – Toshkent: O‘qituvchi, 2005.
4. Rasulov A. “Maktab psixologiyasi asoslari”. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2016.
5. Ziyonet axborot-ta’lim portali materiallari: www.ziyonet.uz
6. UNESCO. “School Violence and Bullying: Global Status Report”. – Paris, 2019.
7. UNICEF. “Ending Violence in Schools: A Guide for Teachers and Psychologists”. – New York, 2018.
8. To‘xtaboyeva M. Psixologik maslahat va profilaktika ishlari. – Toshkent: Innovatsiya, 2021.