

BULLING HOLATINING O‘QUVCHILARNI O‘ZIGA BO‘LGAN ISHONCHIGA TA’SIRI

*Andijon davlat pedagogika instituti psixol.f.f.d (PhD)
v/b dotsent Qurbonova Feruza Maxamatjon qizi*

<https://doi.org/10.5281/zenodo.19353819>

Annotatsiya: Ushbu maqola maktab o‘quvchilarda bulling (ta’qib qilish)ning qanday namoyon bo‘lishi va uning bolalarning o‘quv jarayoniga qanday ta’sir qilishini o‘rganadi. Bullingning jismoniy, ruhiy, ijtimoiy va kiberbulling shakllari o‘quvchilar orasida qanday sodir bo‘lishi mumkinligi tahlil qilinadi. Shuningdek, maqolada bullingning o‘quvchilarning o‘ziga bo‘lgan ishonchiga, ijtimoiy malakalarga, do‘stlik munosabatlariga va maktabdagi faoliyatiga ta’siri yoritiladi. Maqolada, bullingni oldini olish va unga qarshi kurashish uchun maktab, o‘qituvchilar, ota-onalar va jamiyatning birgalikda olib borishi kerak bo‘lgan choralar haqida ham so‘z yuritiladi.

Kalit so‘zlar: bulling, kichik maktab yoshi, ijtimoiy rivojlanish, ruhiy bulling, jismoniy bulling, ijtimoiy bulling, kiberbulling, o‘ziga bo‘lgan ishonch, ijtimoiy malakalar, empatiya, o‘qish va ta’lim, maktabda bullingni oldini olish, psixologik salomatlik, ota-onalar va maktab hamkorligi, jamiyatdagi ro‘li.

Аннотация: В данной статье рассматриваются проявления буллинга среди школьников и его влияние на обучение детей. Анализируются формы физического, психологического, социального и кибербуллинга, которые могут возникать среди учащихся. В статье также обсуждается влияние буллинга на самооценку учащихся, социальные навыки, дружеские отношения и успеваемость в школе. Кроме того, рассматриваются меры, которые школы, учителя, родители и общество должны совместно принимать для предотвращения и борьбы с буллингом.

Ключевые слова: буллинг, раннее детство, социальное развитие, психологический буллинг, физический буллинг, социальный буллинг, кибербуллинг, самооценка, социальные навыки, эмпатия, обучение и образование, профилактика буллинга в школе, психологическое здоровье, сотрудничество родителей и школы, роль в обществе.

Abstract: This article examines the manifestations of bullying in schoolchildren and how it affects children's learning. It analyzes how physical, psychological, social and cyberbullying forms of bullying can occur among students. The article also discusses the impact of bullying on students' self-confidence, social skills, friendships and school performance. The article also discusses the measures that schools, teachers, parents and society should take together to prevent and combat bullying.

Keywords: bullying, early childhood, social development, psychological bullying, physical bullying, social bullying, cyberbullying, self-confidence, social skills, empathy, learning and education, prevention of bullying in school, psychological health, parent-school cooperation, role in society.

Kirish. So‘nggi yillarda ta’lim muassasalarida bulling muammosi jiddiy ijtimoiy-psixologik masalaga aylandi. Dunyo bo‘yicha statistik ma’lumotlar ko‘rsatadiki, har uch nafar o‘quvchidan biri kamida bir marta bulling qurboni bo‘lgan. Bu holat o‘quvchilar psixologik barqarorligining izdan chiqishi, o‘ziga ishonchning pasayishi, o‘qishga bo‘lgan motivatsiyaning yo‘qolishi kabi omillarning shakllanishiga olib keladi. Bullingning ijtimoiy rivojlanishga ta’siri nafaqat individual darajada, balki maktab jamoasi va ijtimoiy muhitga ham ta’sir etadi. Shu sababli bullingni tahlil

qilish, uning oqibatlarini o’rganish va profilaktik chora-tadbirlar ishlab chiqish bugungi kunning dolzarb vazifalaridan biridir.

Bugungi kunda dunyo bo’ylab 13–15 yoshdagi o’quvchilarning taxminan 50 foizi maktabda va uning atrofida tengdoshlarining zo’ravonligiga duchor bo’lganliklarini aniqlangan. 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.

Maktab o’quvchilarida bullingning bir necha shakllari mavjud. Bularga quyidagilar kiradi: a) Fizik Bulling Buning ichiga o’quvchilarni itarish, urish, jismoniy tahdidlar qilish yoki o’yinchoqlarni tortib olish kiradi. Kichik yoshdagi bolalar ko’pincha o’zaro muloqot qilishda jismoniy zo’ravonlikni qo’llashlari mumkin. Bu, ayniqsa, bolalarning o’zaro kuch tuzilmalari va o’yinlarda raqobatlashish jarayonida yuzaga keladi. b) Verbal bulling izolyatsiya qilish, haqoratlash, masxara qilish yoki salbiy ismlar bilan chaqirish kabi holatlar verbal bullyingning namoyon bo’lishidir. Bu holat bolalar o’rtasida jiddiy hissiy shikastlanishga olib kelishi mumkin, chunki ular o’zlarini kichik yoki kam baholangan his qilishadi. c) Emotsional bulling o’quvchilarni izolyatsiya qilish, do’stlaridan chetlatish va o’zaro aloqalardan tashqariga chiqarishni o’z ichiga oladi. Kichik yoshdagi bolalar uchun ijtimoiy qabul qilish juda muhimdir, shuning uchun do’stlikdan chetlatish yoki boshqalarni kamsitish o’quvchilarda chuqur emotsional izlar qoldirishi mumkin. d) Kiberbullying bugungi kunda, internetning tarqalishi bilan, o’quvchilar ham kiberbullyingga duch kelishlari mumkin. Onlayn platformalarda haqoratli xabarlar yoki masxara qilish, onlayn guruhlardan chetlatish kabi holatlar yuzaga kelishi mumkin. Bu, ayniqsa, bolalar uchun o’zini anglash va ijtimoiy moslashuvda qiyinchiliklarga olib keladi.

Bullingning o’quvchilar o’quv jarayoniga ko’plab salbiy ta’sirlari bor. Quyida bullingning asosiy ta’sirlari ko’rib chiqiladi. a) O’ziga bo’lgan ishonchning pasayishi bulling qurboniga aylangan bolalar o’ziga bo’lgan ishonchni yo’qotadilar. Ular o’zlarini kam baholashadi va o’ziga ishonmaslik hissini boshdan kechiradilar. O’zini past baholash, o’quvchilarning o’zlarini yaxshi his qilishlari va o’zlarining o’quv faoliyatiga nisbatan ishtiyoqini kamaytiradi. b) Do’stlik va ijtimoiy aloqalarda qiyinchiliklar bullingga duch kelgan bolalar ko’pincha sinfdoshlari va boshqa tengdoshlaridan ajralib qoladilar. Do’stlikni o’rnatish va mustahkamlashda qiyinchiliklarga duch kelishlari mumkin. Bu, o’z navbatida, ularning ijtimoiy aloqalarini cheklaydi va psixologik holatlarini yomonlashtiradi. c) Depressiya va bezovtalik bullingga uchragan bolalarda tez-tez depressiya, bezovtalik va xavotirlik holatlari kuzatiladi. Ular o’zlarini yomon his qilishlari va hatto maktabga borishni istamasliklari mumkin. Kichik yoshdagi bolalar o’z hissiy holatlarini ifoda etishda qiynalishlari mumkin, bu esa ularning ichki kechinmalariga ko’proq zarar yetkazadi. d) Akademik muvaffaqiyatsizlik bulling bolalar uchun akademik faoliyatga ham ta’sir qiladi. Xafa bo’lish va do’stlaridan chetlatilganlik bolalarning diqqatini jamlashiga va o’qishga bo’lgan motivatsiyasiga salbiy ta’sir qiladi. Bu esa o’z navbatida o’quvchilarni o’qishdan ortda qolishga olib keladi.

Bullingning salbiy ta’sirlarini kamaytirish uchun quyidagi yondashuvlar samarali bo’lishi mumkin:

✓ *Oila va maktab hamkorligi ota-onalar va o’qituvchilar bolalar bilan birga ishlashlari, ularga ijtimoiy ko’nikmalarni o’rgatishlari, hurmat va tenglikni rivojlantirishlari*

kerak. Maktabda o‘quvchilarga ijtimoiy mas’uliyatni o‘rgatish va ular o‘rtasida qo‘llab-quvvatlovchi muhit yaratish zarur.

✓ *Bullingga qarshi dasturlar maktablarda bullingni oldini olishga yo‘naltirilgan dasturlar va treninglar tashkil etish muhimdir. O‘quvchilarga bullingning zararlarini tushuntirish va ularga qanday qilib muammolarni hal etish va bir-biriga yordam berish haqida ma’lumot berish kerak.*

✓ *Psixologik yordam bulling qurboniga aylangan bolalar uchun psixologik yordam zarur. Ular o‘zlarining emotsional holatlarini yaxshilash va ijtimoiy muhitda o‘zlarini qo‘llab-quvvatlashga yordam beradigan resurslarga ega bo‘lishlari kerak.*

✓ *Sog‘lom ijtimoiy yuhit Yaratish sog‘lom va xavfsiz maktab muhitini yaratish bolalar o‘rtasidagi bullingni kamaytirish uchun muhim ahamiyatga ega. Maktabda do‘stlikni rivojlantirish va jismoniy, emotsional va verbal taxdidlarni oldini olish uchun aniq qoidalar o‘rnatilishi kerak.*

Xulosa. O‘quvchilarida bullingni namoyon bo‘lishi ijtimoiy va psixologik rivojlanishga salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Bullingni salbiy ta’sirlarini kamaytirish uchun maktablar va oilalar birgalikda faoliyat olib borishlari, bolalarga ijtimoiy ko‘nikmalarni o‘rgatishlari va bullingga qarshi dasturlarni amalga oshirishlari zarur. Ushbu yondashuvlar orqali bolalar uchun sog‘lom va xavfsiz ijtimoiy muhit yaratish mumkin, bu esa ularning ijtimoiy va akademik rivojlanishiga ijobiy ta’sir qiladi. Shu bois bulling masalasiga befarq qarash mumkin emas. Uni erta aniqlash, pedagoglar, ota-onalar, psixologlar va jamiyatning boshqa a’zolari o‘rtasida uzviy hamkorlikni yo‘lga qo‘yish, maktabda sog‘lom psixologik muhit yaratish, o‘quvchilarga ijtimoiy-emotsional kompetensiyalarni o‘rgatish eng samarali profilaktik choralar hisoblanadi. O‘quvchilar o‘rtasida o‘zaro hurmatni mustahkamlash, tengdoshlar o‘rtasidagi muloqotni sog‘lom yo‘nalishga yo‘naltirish va har bir bolaning o‘zini xavfsiz his qilishi uchun sharoit yaratish orqali bullingning oldini olish mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Olweus, D. (1993). *Bullying at School: What We Know and What We Can Do*. Blackwell Publishing.
2. Espelage, D. L., & Swearer, S. M. (2003). *Research on School Bullying and Victimization: What Have We Learned and Where Do We Go from Here?* *School Psychology Review*, 32(3), 365-383.
3. Juvonen, J., & Gross, E. F. (2008). *Extending the School Grounds?—Bullying Experiences in Cyberspace*. *Journal of School Health*, 78(9), 496-505.
4. Salmivalli, C., Karna, A., & Poskiparta, E. (2011). *Bullying Prevention in Schools: A Systematic Review*. *Journal of Adolescence*, 34(2), 233-245.
5. Xalimova M.V. *Ijtimoiy psixologiya: nazariya va amaliyot*. — Toshkent: Universitet, 2020. — B. 119.