

## MAKTABDA O'QUVCHILARDA BULLING: KELIB CHIQISH SABABLARI VA UNING OQIBATLARI

*Toshkent shahar, Uchtepa tumani, "Orom" 38-maktabning psixologi:*  
**Usmanova Shahnoza Fahriddinovna**

**Annotatsiya:** *Ushbu maqola maktab muhitida o'quvchilar orasida bulling hodisasining kelib chiqish sabablari va uning psixologik, ijtimoiy hamda akademik oqibatlarini o'rganishga bag'ishlangan. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, bullingning asosiy sabablari oilaviy muhit, tengdoshlar bilan munosabatlar, maktabdagi nazorat va psixologik omillar bilan bog'liq. Maqolada bullingning jismoniy, ruhiy, ijtimoiy va onlayn shakllari, shuningdek, ularni oldini olish bo'yicha tavsiyalar keltirilgan. Tadqiqot natijalari maktab psixologlari, o'qituvchilar va ota-onalar uchun foydali bo'lib, o'quvchilarning xavfsiz va sog'lom rivojlanishini ta'minlashga qaratilgan.*

**Kalit so'zlar:** *bulling, maktab, o'quvchilar, psixologik muammolar, ijtimoiy rivojlanish, onlayn bulling, oilaviy muhit*

### KIRISH

Maktab yoshidagi bolalar va o'quvchilar orasida bulling hodisasi so'nggi yillarda ijtimoiy va pedagogik tadqiqotlarda diqqat markazida turibdi. Bulling, ya'ni takrorlanuvchi va maqsadli tahqirlash, jismoniy yoki ruhiy zarar yetkazish harakatlari, o'quvchilar o'rtasida nafaqat psixologik salbiy oqibatlar keltirib chiqaradi, balki ularning ijtimoiy va akademik rivojlanishiga ham salbiy ta'sir ko'rsatadi [1]. Bu hodisa maktab muhitidagi ijtimoiy munosabatlar, oilaviy sharoitlar, shuningdek, bolalarning psixologik xususiyatlari bilan chambarchas bog'liq bo'lib, uning oldini olish va kamaytirish masalalari dolzarb ilmiy va amaliy ahamiyat kasb etadi.

Bulling hodisasi bir necha shakllarda namoyon bo'ladi: jismoniy, ruhiy, ijtimoiy va onlayn bulling. Jismoniy shakl urish, sudrash yoki narsalarni sindirish orqali namoyon bo'lsa, ruhiy shakl tahqirlash, haqoratlash, tahdid qilish va yolg'on ma'lumot tarqatishdan iborat. Ijtimoiy bulling bolalarni guruhdan chiqarib tashlash yoki izolyatsiya qilish orqali sodir bo'ladi. So'nggi yillarda onlayn bulling (cyberbulling) ham keng tarqalib, internet va ijtimoiy tarmoqlarda tahqirlash, salbiy sharhlar yozish va shaxsiy ma'lumotlarni oshkor qilish kabi shakllarda namoyon bo'lmoqda [2].

Bullingning kelib chiqish sabablari murakkab va ko'p qirrali. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, oilaviy muhitdagi zo'ravonlik, ota-onaning e'tiborsizligi yoki haddan tashqari talabchanligi, shuningdek, maktabdagi yetarli nazoratning yo'qligi, tengdoshlar bilan ijtimoiy munosabatlardagi muammolar, shaxsiy psixologik xususiyatlar (impulsivlik, empatiya yetishmovchiligi, o'zini past baholash) bullingning paydo bo'lishida muhim rol o'ynaydi. Shu bilan birga, televizion dasturlar, o'yinlar va ijtimoiy tarmoqlarda zo'ravonlikning ko'rsatilishi ham bolalarda agressiv xatti-harakatlarni rag'batlantiradi [1, 2].

Maqola maqsadi – maktab muhitida bulling hodisasining kelib chiqish sabablari va uning oqibatlarini aniqlash, shuningdek, oldini olish choralari haqida ilmiy asoslangan tavsiyalar ishlab chiqishdir. Bulling bilan kurashish maktab psixologlari, o'qituvchilar va ota-onalar uchun muhim vazifa bo'lib, bolalarning xavfsiz va sog'lom rivojlanishini ta'minlashda zarur hisoblanadi. Shu nuqtai nazardan, bulling hodisasini tizimli o'rganish va uning sabablarini aniqlash, ilgari surilgan nazariy va amaliy tavsiyalarni ishlab chiqish ilmiy va amaliy jihatdan katta ahamiyatga ega.

### **ASOSIY QISM**

Maktabda o'quvchilar orasida bulling hodisasi turli omillar bilan izohlanadi va u jismoniy, ruhiy, ijtimoiy hamda onlayn shakllarda namoyon bo'ladi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, bullingning kelib chiqish sabablari murakkab va ko'p qirrali bo'lib, ular oilaviy, maktab, psixologik va ijtimoiy omillar bilan chambarchas bog'liq [3].

Bullingning asosiy kelib chiqish sabablari oilaviy muhit bilan bog'liq. Ba'zi bolalar o'z uylarida zo'ravonlik, ota-onaning haddan tashqari talabchanligi yoki e'tiborsizligi bilan duch keladi. Bunday sharoitlarda bolalar o'z his-tuyg'ularini nazorat qila olmay, o'z kuchini tengdoshlariga nisbatan zo'ravonlik orqali namoyon qilishi mumkin [3]. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ota-onaning qat'iy tarbiyaviy usullari va oiladagi doimiy stress bolalarda agressiv xatti-harakatlarning rivojlanishiga olib keladi. Shu bilan birga, ota-onaning bolaga e'tiborni yetarlicha bermasligi va tarbiyaviy qo'llab-quvvatlashning yetishmasligi bolalarda ijtimoiy qobiliyatlarning zaiflashishiga sabab bo'ladi va bu ularni bullingga moyil qiladi [4].

Maktab muhitidagi nazorat yetishmovchiligi, o'qituvchilarning diqqat-e'tiborsizligi va intizomiy tizimning sustligi bullingning rivojlanishiga turtki beradi. Tengdoshlar orasidagi raqobat, ijtimoiy maqomni oshirish istagi va do'stlar bosimi ham bolalarni zo'ravon xatti-harakatlarga undashi mumkin. Shu nuqtai nazardan, maktabda tengdoshlar bilan ijtimoiy munosabatlarni tartibga soluvchi dasturlar va psixologik yordam muhim ahamiyatga ega [3].

Ba'zi bolalar impulsivlik, empatiya yetishmovchiligi va o'zini past baholash tufayli boshqalarni tahqirlash orqali o'z kuchini namoyon qiladilar. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, psixologik jihatdan zaif bolalar o'zini himoya qilish yoki ijtimoiy maqomini oshirish maqsadida agressiv xatti-harakatlarga murojaat qiladi [4]. Shu bilan birga, bolalarda stress, xavotir va ruhiy charchash bullingning boshlanishiga sabab bo'lishi mumkin. Bulling qiluvchi bolalar ko'pincha o'z hissiy holatini boshqarishda qiyinchiliklarga duch keladi, bu esa ularning maktabdagi muvaffaqiyatlariga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

O'quvchilar orasida bullingning rivojlanishida ijtimoiy va madaniy omillar ham muhim rol o'ynaydi. Televizion dasturlar, video o'yinlar va ijtimoiy tarmoqlarda zo'ravonlikning ko'rsatilishi bolalarda agressiv xatti-harakatlarni rag'batlantiradi. Bundan tashqari, ijtimoiy stereotiplar va jinsiy yoki etnik kamsitishlar ham bullingning kelib chiqishiga sabab bo'lishi mumkin [5].

Bullingning jismoniy shakli bolalarning sog'lig'iga bevosita zarar yetkazadi va jarohatlar, shikastlanishlarga olib keladi. Ruhiy shakli esa psixologik muammolarni keltirib chiqaradi: depressiya, o'z-o'zini past baholash, xavotir va uyqu buzilishlari. Ijtimoiy bulling bolalarni

guruhdan chiqarib tashlash va ijtimoiy izolyatsiya qilish orqali o'quvchilarning ijtimoiy ko'nikmalarini rivojlantirishga salbiy ta'sir ko'rsatadi [3, 4].

Onlayn bulling esa internet va ijtimoiy tarmoqlarda tahqirlash, salbiy sharhlar yozish va shaxsiy ma'lumotlarni oshkor qilish kabi ko'rinishlarda namoyon bo'ladi. Ushbu turdagi bulling ko'pincha anonim tarzda bo'lgani sababli uning oqibatlari yanada jiddiy bo'lib, bolalarning ruhiy salomatligiga katta zarar yetkazadi[5].

Bullingni kamaytirish va oldini olish uchun maktablar va ota-onalar birgalikda ishlashi lozim. Maktab psixologlari va o'qituvchilar bolalarga empatiya va ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirish bo'yicha mashg'ulotlar o'tkazishi, shuningdek, nazorat va intizomni kuchaytirishi zarur. Ota-onalar esa oilaviy muhitni qo'llab-quvvatlash, bolalarning his-tuyg'ularini tinglash va tarbiyaviy yondashuvlarni optimallashtirish orqali bullingning kelib chiqishini kamaytirishi mumkin [3, 4, 5].

Shu bilan birga, ijtimoiy media va internetdagi xavfsiz muhitni yaratish, bolalarni onlayn zo'ravonlikning salbiy oqibatlari haqida xabardor qilish ham dolzarb hisoblanadi. Bullingning oldini olish kompleks yondashuvni talab qiladi va oilaviy, maktab va ijtimoiy muhitni birlashtirgan tizimli choralarni o'z ichiga oladi.

#### **TAHLIL VA NATIJALAR**

Maktabda o'quvchilar orasida bulling hodisasini o'rganish natijalari ko'rsatdiki, uning kelib chiqish sabablari murakkab va bir nechta omillarga bog'liq. Tadqiqot davomida aniqlanishicha, oilaviy muhit, maktabdagi nazorat va tengdoshlar bilan munosabatlar, shuningdek, bolalarning psixologik xususiyatlari eng muhim omillar sifatida namoyon bo'ladi. Oilasida zo'ravonlik yoki haddan tashqari talabchanlik bilan o'sayotgan bolalar boshqalarni tahqirlash orqali o'z kuchini namoyon qilishga moyil ekanligi kuzatilgan. Shu bilan birga, ota-onaning e'tiborsizligi yoki tarbiyaviy qo'llab-quvvatlashning yetishmasligi bolalarda empatiya yetishmasligi va ijtimoiy ko'nikmalarni zaiflashishiga olib keladi, bu esa bullingning rivojlanishiga turtki bo'ladi.

Maktab muhitida nazorat yetarli darajada bo'lmaganda, o'qituvchilar diqqat e'tiborsizligi va intizomning sustligi bullingni kuchaytiradi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, tengdoshlar orasidagi raqobat va guruh bosimi bolalarni agressiv xatti-harakatlarga undaydi. Bulling qiluvchi o'quvchilar ko'pincha ijtimoiy maqomini oshirish va do'stlar e'tiborini qozonish maqsadida boshqa bolalarga tahqirlash harakatlarini amalga oshiradi.

Psixologik omillar ham bullingning rivojlanishida muhim rol o'ynaydi. Tadqiqot natijalariga ko'ra, impulsivlik, o'zini past baholash, stress va xavotir bilan bog'liq bolalar boshqalarni tahqirlash orqali o'z hissiy holatini ifodalaydi. Ruhiy zaiflik va empatiya yetishmovchiligi bulling qiluvchi o'quvchilarda doimiy xatti-harakatlar shaklida namoyon bo'ladi. Shu bilan birga, onlayn bullingning (cyberbulling) keng tarqalishi natijasida bolalar internet orqali tahqirlanishi, salbiy sharhlarga duch kelishi va shaxsiy ma'lumotlari oshkor qilinishi kuzatilgan. Bu esa ularning ruhiy salomatligiga yanada jiddiy zarar yetkazadi.

Bullingning oqibatlarini ham tahlil qilinadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, jismoniy bulling bolalarda jarohat va shikastlanishga olib keladi. Ruhii bulling depressiya, xavotir, o'z-o'zini past baholash va uyqu buzilishlariga sabab bo'ladi. Ijtimoiy bulling bolalarni guruhdan chiqarib tashlash va izolyatsiyaga olib keladi, bu esa ijtimoiy ko'nikmalarni rivojlantirishga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Shu bilan birga, akademik natijalar ham pasayadi, darslarga qiziqish kamayadi va maktabdagi muvaffaqiyatlar yomonlashadi.

Natijalar shuni ko'rsatdiki, bulling hodisasi bir necha darajada ijtimoiy va psixologik muammolarni keltirib chiqaradi. Oilaviy va maktab muhitini optimallashtirish, bolalarda empatiya ko'nikmalarini rivojlantirish, nazorat va intizomni kuchaytirish orqali bu hodisaning oldini olish mumkin. Shuningdek, onlayn bullingga qarshi chora-tadbirlar ko'rish, internet va ijtimoiy tarmoqlarda xavfsiz muhit yaratish muhim ahamiyatga ega. Tadqiqot natijalari maktab psixologlari, o'qituvchilar va ota-onalar uchun dolzarb tavsiyalarni shakllantirish imkonini beradi va bolalarning xavfsiz va sog'lom rivojlanishini ta'minlashga xizmat qiladi.

### **XULOSA**

Maktabda o'quvchilar orasida bulling hodisasi zamonaviy ta'lim tizimida dolzarb ijtimoiy va pedagogik muammo sifatida namoyon bo'ladi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, bullingning kelib chiqish sabablari murakkab va ko'p qirrali bo'lib, oilaviy muhit, maktabdagi nazorat, tengdoshlar bilan munosabatlar, psixologik xususiyatlar va ijtimoiy-madaniy omillar bilan chambarchas bog'liq. Oilasida zo'ravonlik yoki e'tiborsiz muhitda o'sayotgan bolalar boshqalarni tahqirlash orqali o'z kuchini namoyon qilishga moyil bo'lishadi. Shu bilan birga, maktab muhitida nazorat yetishmasligi, doimiy raqobat va guruh bosimi bolalarni agressiv xatti-harakatlarga undaydi

### **FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:**

1. Olweus D. *Bulling at School: What We Know and What We Can Do*. Blackwell Publishing, 1993.
2. Kowalski R., Limber S. *Cyberbulling: Bulling in the Digital Age*. Wiley-Blackwell, 2013.
3. Smith, P.K., Sharp, S. *School Bulling: Insights and Perspectives*. Routledge, 1994.
4. Espelage, D., Swearer, S. *Bulling in American Schools: A Social-Ecological Perspective on Prevention and Intervention*. Routledge, 2004.
5. Swearer, S.M., Hymel, S. *Understanding the Psychology of Bulling: Moving Toward a Social-Ecological Diathesis-Stress Perspective*. *American Psychologist*, 2015, 70(4), 344–353.
6. Kowalski, R., Limber, S. *Cyberbulling: Bulling in the Digital Age*. Wiley-Blackwell, 2013.