

BULLING – O‘SMIR QIZLAR MULOQOTIDAGI PSIXOLOGIK QIYINCHILIK OMILI SIFATIDA



<https://doi.org/10.24412/2181-1784-2026-20-652-656>

Bekmatova Yulduz

*Ma‘mun universiteti, “Psixologiya”
yo‘nalishi I bosqich magistranti*

Annotatsiya. Bullingning o‘smir qizlarning jamoada, jamiyatda muloqotiga bevosita o‘z ta‘sirini ko‘rsatishi, hamda ushbu ishda bullingning o‘smir qizlar muloqotiga psixologik ta‘sirini tahlil qilinadi. O‘smirlik davri shaxsning ijtimoiylashuvi va emotsional rivojlanishida muhim bosqich bo‘lib, bu davrda tengdoshlar bilan muloqot yetakchi ahamiyat kasb etadi. Biroq bulling — ya‘ni muntazam kamsitish, haqoratlash, masxara qilish va ijtimoiy chetlatish — ushbu jarayonga jiddiy to‘sqinlik qiluvchi omil sifatida namoyon bo‘lmoqda. Tadqiqotda bullingning o‘smir qizlarning psixologik holatiga, o‘ziga ishonchiga va kommunikativ faolligiga salbiy ta‘sirini yoritiladi. Qizlarning emotsional sezgirligi va ijtimoiy bahoga bo‘lgan ehtiyoji bulling ta‘sirini yanada kuchaytirib, muloqotdan chekinish, ijtimoiy xavotir, yolg‘izlik va depressiv holatlarning yuzaga kelishiga olib keladi. Shuningdek, gender tengsizlik shakllanishiga sabab bo‘luvchi omillarni yuzaga keltiradi.

Kalit so‘zlar: Bulling tushunchasi, o‘smirlik davri, o‘smirlik davrida muloqot, o‘smir qiz psixologiyasi, gender tengsizlik, psixologik ta‘sir, his-tuyg‘ular beqarorligi, agressiv xulq-atvor.

Аннотация. В данной работе анализируется влияние буллинга на коммуникативное поведение девочек-подростков в школьном коллективе и обществе, а также его психологическое воздействие на процессы межличностного общения. Подростковый возраст является ключевым этапом социализации и эмоционального развития личности, в рамках которого ведущую роль играет общение со сверстниками. Однако буллинг — проявляющийся в форме систематических унижений, оскорблений, насмешек и социальной изоляции — выступает серьезным препятствием для полноценного развития коммуникативных навыков. В исследовании раскрывается негативное влияние буллинга на психологическое состояние, самооценку и коммуникативную активность девочек-подростков. Повышенная эмоциональная чувствительность и выраженная потребность в социальной оценке усиливают деструктивное воздействие буллинга, что приводит к избеганию общения, развитию социальной тревожности, ощущению одиночества и депрессивным состояниям. Это также создает факторы, способствующие формированию гендерного неравенства.

Ключевые слова: Понятие буллинга, подростковый возраст, общение в подростковом возрасте, психология девочек-подростков, гендерное неравенство, психологическое воздействие, эмоциональная нестабильность, агрессивное поведение.

Abstract. This paper analyzes the impact of bullying on the communicative behavior of adolescent girls in the school environment and society, as well as its psychological effects on interpersonal communication processes. Adolescence is a crucial stage in the socialization and emotional development of an individual, during which peer communication plays a leading role. However, bullying - manifested in the form of systematic humiliation, insults, mockery, and social exclusion - poses a serious obstacle to the full development of communication skills. The study reveals the negative impact of bullying on the psychological state, self-esteem, and communicative activity of adolescent girls. Heightened emotional sensitivity and a pronounced need for social validation intensify the destructive effects of bullying, leading to avoidance of

communication, development of social anxiety, feelings of loneliness, and depressive states. This also creates factors that contribute to the formation of gender inequality.

Keywords: Concept of bullying, adolescence, adolescent communication, adolescent girl psychology, gender inequality, psychological impact, emotional instability, aggressive behavior.

Bullying bugungi kunda butun dunyo bo‘ylab eng dolzarb ijtimoiy-psixologik muammolardan biri hisoblanadi. Ayniqsa o‘smirlar, xususan qizlar orasida bullyingning keng tarqalishi uning jamiyat va ta’lim tizimi uchun jiddiy xavf ekanini ko‘rsatamoqda. *Bullying* (inglizcha *bully* – “kaltaklash”, “bezorilik qilish”) - bu o‘zidan jismoniy yoki psixologik jihatdan zaifroq bo‘lgan shaxslarga nisbatan muntazam ravishda takrorlanib turadigan jismoniy, psixologik, ijtimoiy yoki yashirin agressiv xatti-harakatlar majmuasidir. Bullying tushunchasi birinchi bor 1905-yilda K. Dyuks tomonidan ilmiy muomalaga kiritilgan bo‘lib, u maktabdagi tazyiq holatlariga bag‘ishlangan maqolasida ushbu terminni qo‘llagan. Bullying tushunchasini ilmiy jihatdan birinchi bo‘lib o‘rgangan va ilmiy termin sifatida joriy etgan olim: Dan Olweus (Norvegiya) 1970-yillarda bullyingni ilmiy tadqiq etgan, maktab muhitidagi zo‘ravonlikni tizimli o‘rgangan, hamda bullyingning ta’rifini, turlarini va oqibatlarini ilmiy asoslab bergan. Uning mashhur asari: “Bullying at School” (1993) Shu sababli Dan Olweus “bullying tadqiqotlarining otasi” deb e’tirof etilishi bejizga emas.[3]

Dunyoda har yili 246 million bola maktablarda bullyingga uchraydi. YUNESKO ma’lumotlariga ko‘ra, ularning aksariyati 13 yoshdan 15 yoshgacha. Ta’qibga ko‘pincha o‘g‘il bolalar uchraydi, deb yozadi "24KZ." Tashkilot ma’lumotlariga ko‘ra, Samoa o‘smirlar orasida maktabdagi zo‘ravonlik darajasi bo‘yicha birinchi o‘rinda turadi. U yerda o‘quvchilarning 74 foizi zo‘ravonlik holatlari haqida xabar bergan. Ikkinchi va uchinchi o‘rinlarda - Filippin va Marokash. Keyingi o‘rinlarda Indoneziya, Malayziya, Afg‘oniston va Kanada. Mutaxassislarining ta’kidlashicha, bullying qurbonlarining yarmidan ko‘pi boshidan kechirganlari haqida gapirishni istamaydi. Shu bilan birga, ular yolg‘izlik va uyqusizlik hissini boshdan kechiradilar. Eng dahshatli holatlarda o‘z joniga qasd qilish haqida o‘ylashadi. Shuning uchun bullying o‘quvchilarning o‘zlashtirishiga salbiy ta’sir ko‘rsatadi, deyish kamlik qiladi¹. [4]

O‘smirlar muammosiga e’tiborni kuchaytirish zarurligining asosiy sabablari: 1) fan va texnika rivojlanishi natijasida madaniyat, san’at va adabiyot, ijtimoiy-iqtisodiy shart-sharoitlarning o‘zgarayotgani; 2) ommaviy axborot tizimining kengayishi tufayli o‘smirlar ongliligi darajasining ko‘tarilgani; 3) o‘g‘il va qizlarning dunyo voqealaridan, tabiat va jamiyat qonunlaridan, tarixdan yetarli darajada xabardorligi; 4) ularning jismoniy va aqliy kamoloti jadallashgani; 5) o‘smirlar bilan ishlashda g‘oyaviy-siyosiy, vatanparvarlik va baynalmilal tarbiyaga alohida yondashish zarurligi; 6) oshkoralik, ijtimoiy adolat, demokratiya muammolarining ijtimoiy hayotga chuqur kirib borayotgani.

¹ Manba: <https://24.kz/ru/news/in-the-world/730065-246-mln-detej-v-mire-stradayut-ot-bullinga>

O'smirda psixik jarayonlar keskin o'zgarishi bilan aqliy faoliyatida ham burilishlar seziladi. Shuning uchun shaxslararo munosabatda o'quvchi bilan o'qituvchining muloqotida, kattalar bilan o'smirlarning muomalasida qat'iy o'zgarishlar vujudga keladi. Bu o'zgarishlar jarayonida qiyinchiliklar tug'iladi. Bular avvalo ta'lim jarayonida ro'y beradi: yangi axborot, ma'lumotlarni bayon qilish shakli, uslubi va usullari o'smirni qoniqtirmay qo'yadi. O'qituvchining yangi mavzuni batafsil tushuntirishi, darslar ma'ruza shaklida olib borilishi o'quvchilarni zeriktiradi, ularda o'qishga loqaydlik tug'iladi. Ilgari o'quv materialini ma'nosiga tushunmay yodlab olishga odatlangan o'smir endi zarur o'rinlarni mantiqiy xotira va tafakkurga suyangan holda o'zlashtirishga harakat qiladi, o'zlashtirilgan bilimlarni talab qilinganda o'quvchi bilan o'qituvchi o'rtasida anglashilmovchilik paydo bo'ladi, tahsil oluvchi unga qarshilik ko'rsata boshlaydi.[1. 149]

O'smirlik 10—11 yoshdan 14-15 yoshlargacha bo'lgan davrni tashkil etadi. Hozirgi o'smirlar o'tmishdoshlariga nisbatan jismoniy, aqliy va siyosiy jihatdan birmuncha ustunlikka ega. Ularda jinsiy yetilish, ijtimoiylashuv jarayoni, psixik o'sish oldinroq namoyon bo'lmokda. Aksariyat o'quvchilarda o'smirlik yoshiga o'tish, asosan, 5-sinfdan boshlanadi. «Endi o'smir bola emas, biroq katta ham emas» - ayni shu ta'rif o'smirlik davrining muhim harakterini bildiradi. O'smirlik – bolalikdan kattalikka o'tish davri bo'lib, fiziologik va psixologik jihatdan o'ziga xos xususiyatlari bilan harakterlanadi. Bu bosqichda bolalarning jismoniy va psixik taraqqiyoti juda tezlashadi, hayotdagi turli narsalarga qiziqishi, yangilikka intilishi ortadi, harakteri shakllanadi, ma'naviy dunyosi boyiydi, turli xil ziddiyatlar avj oladi.

O'smirlik balog'atga yetish davri hisoblanadi. Bu davr yangi hislar, sezgilar va jinsiy hayotga taalluqli chigal masalalarning paydo bo'lishi bilan ham harakterlanadi.

O'smirlarning psixik beqarorligi, o'zini anglashdagi qiyinchiliklar, yangi ijtimoiy rollarga moslashish jarayoni ularda nizoga va ba'zan tajovuzkorlikka moyillikni oshiradi. Shu sababli qo'rqitish va zo'ravonlik aynan o'smirlik davrida eng ko'p uchraydi. Kattalarning — ota-onalar, o'qituvchilar, murabbiylarning yetarli psixologik tayyorgarlikka ega bo'lmasligi o'smirlarni tushunmaslikka, o'z vaqtida yordam bera olmaslikka olib keladi.[2]

O'smirlik davridagi yetakchi faoliyat turlari — o'qish, muloqot va mehnat faoliyatidir. Bu davrda muloqotning asosiy vazifasi o'rtoqlik va do'stlik munosabatlaridagi elementar qoidalarni o'zlashtirishdan iborat.

O'smirlik davri shaxsning ijtimoiylashuvi va muloqot tizimi shakllanishida hal qiluvchi ahamiyatga ega bo'lgan bosqich hisoblanadi. Bu davrda tengdoshlar bilan muloqot shaxsiy qadriyatlar, o'z-o'zini baholash va ijtimoiy tajribaning asosiy manbai sifatida namoyon bo'ladi (L.S. Vigotskiy). Biroq maktab muhitida kuzatiladigan bulling holatlari mazkur jarayonga jiddiy salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Bulling — tizimli ravishda takrorlanuvchi psixologik, verbal yoki ijtimoiy zo'ravonlik bo'lib, u o'smir qizlarda muloqot faolligining pasayishiga, ijtimoiy xavotirning ortishiga va kommunikativ yopiqlikka olib keladi (Olweus, 1993).

Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, bullingga uchragan o'smir qizlarda o'z fikrini erkin ifodalash qiyinlashadi, tengdoshlar bilan munosabatlarda ishonchsizlik va muloqotdan qochish tendensiyasi kuchayadi (Hawker & Boulton, 2000).

Qiz bolalarning emotsional sezgirliigi va ijtimoiy bahoga bo'lgan yuqori ehtiyoji bullingning psixologik ta'sirini yanada kuchaytiradi. Natijada ularda ijtimoiy izolyatsiya, yolg'izlik hissi, past o'z-o'zini baholash va depressiv holatlar shakllanadi, bu esa muloqot jarayonlarining buzilishiga olib keladi (Prinstein et al., 2001). Shu sababli bullingni barvaqt aniqlash va kommunikativ ko'nikmalarni rivojlantirishga qaratilgan profilaktik ishlar muhim ahamiyat kasb etadi.[5]

Qanday qilib o'smir bilan samarali suhbatlashish mumkin?

Melburn Bolalar Psixologiya maktabi psixologlari tomonidan ishlab chiqilgan

6 ta foydali maslahat:

1. Yaxshi tinglovchi bo'ling.
2. Ko'z bilan aloqa o'rnatish.
3. O'zingizni tuting — xotirjam bo'ling.
4. Ularni suhbatga jalb eting.
5. Aralash, qarama-qarshi xabarlar yubormang.
6. Sokin, vazmin bo'ling.

O'smir o'zidagi ko'plab istak va “xohlayman”larini amalga oshirishga intiladi: kattalar egalik qiladigan barcha imkoniyatlardan foydalanish, erkin, mustaqil bo'lish, atrofdagilarga o'zining ahamiyatga ega shaxs ekanini ko'rsatishga urinish — bularning barchasi uning tabiiy ehtiyojlaridan biridir. U kuchli, jur'atli va epchil ko'rinishga harakat qiladi. Aynan “xohlayman” va “kerak” o'rtasidagi qarama-qarshiliklar oilada ham, maktabda ham turli ziddiyatli vaziyatlarni keltirib chiqaradi. Tarbiyalangan shaxsda “xohlayman” faqat “kerak”ni bajarish orqali ma'noli bo'ladi. Ammo agar o'smir tushunishga o'rgatilmagan bo'lsa, “kerak” bo'lgan vazifalarni ongli ravishda bajarish odatiga ega bo'lmasa, u o'z-o'zidan o'zboshimchalikka berilishi, tarbiyachilarning talablariga qarshilik ko'rsatishi va asoslanmagan xohishlariga amal qilishi mumkin.[2]

XULOSA

Bulling o'smir qizlar muloqotida psixologik qiyinliklarni yuzaga keltiruvchi asosiy omil bo'lib, ularning o'zini anglashiga, ijtimoiy faolligiga va kommunikativ ko'nikmalariga salbiy ta'sir qiladi. Shu bois bullingni barvaqt aniqlash, uni oldini olish va o'smir qizlar uchun kommunikativ va psixologik qo'llab-quvvatlashni tashkil etish muhim ilmiy va amaliy vazifa hisoblanadi. Shuningdek, o'smir yoshda gender tenglik haqida tushunchalarning hosil bo'lishi, o'smir qizlar o'z pozitsiyalarini aniq bilishlari katta hayotda ijtimoiy to'siqlarni yengishga, gender tengsizlik obyektiga aylanmasligiga zamin yaratadi. Bu esa o'smirlarning ijtimoiy moslashuvi, ruhiy barqarorligi va shaxs sifatida to'laqonli rivojlanishi muhim masala ekanligini yana bir karra tasdiqlaydi. Zero, o'smirning shaxsiy rivojlanishi uning ehtiyojlari va ijtimoiy me'yorlar o'rtasida muvozanat topa olishi bilan belgilanadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. Ergash G‘oziev “Ontogenez psixologiyasi” O‘quv qo‘llanma . Toshkent “NIF MSH” 2020[143b]
2. D.B.Botirova., “Yosh davrlar pedagogik psixologiyasi”. 2021yil.
3. Olweus D. Bullying at School: What We Know and What We Can Do. — Oxford: Blackwell, 1993.
4. UNESCO. Behind the Numbers: Ending School Violence and Bullying. — Paris, 2019.
5. <https://24.kz/ru/news/in-the-world/730065-246-mln-detej-v-mire-stradayut-ot-bullinga>