

ZO‘RAVONLIKKA QARSHI KURASHISH VA UNING OLDINI OLISH**G‘aybullayeva Madina Habibullo qizi***Qashqadaryo viloyati G‘uzor tumani MMTBga**qarashli 13-umumiy o‘rta ta’lim maktabi psixogi**E-mail:mgaybullayeva094**[Tel:+998997992881](tel:+998997992881)*

Annotatsiya. Maqolada zo‘ravonlik va uning asosiy shakllari, paydo bo‘ishi va oldini olish haqida ma’lumotlar keltirilgan. Zo‘ravonlik holatlarini oldini olishda o‘quvchilar, ota-onalar va pedagoglarga ko‘rsatmalar berilgan.

Аннотация. В статье представлена информация о насилии и его основных формах, проявлениях и профилактике. Даны инструкции для учащихся, родителей и учителей о том, как предотвратить насилие.

Annotation. The article provides information about violence and its main forms, occurrence and prevention. Instructions are given to students, parents and teachers to prevent cases of violence.

Kalitso‘zlar: *zo‘ravonlikning, jismoniy, jinsiy, ruhiy, iqtisodiy, virtual, shakllari, qonunlar, huquqlar kafolati, yordam tizimi.*

Ключевые слова: *физическое, сексуальное, психическое, экономическое, виртуальное, законы, гарантии прав, система поддержки.*

Key words: *Forms of violence, physical, sexual, mental, economic, virtual forms, laws, guarantees of rights, support system.*

Mamlakatimizda oiladagi zo‘ravonlikning oldini olish tizimini takomillashtirish bo‘yicha **8** ta normativ huquqiy hujjat (**2** ta qonun, **1** ta O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti qarori va **5** ta Hukumat qarori) qabul qilindi. Xususan, **“Og‘ir ijtimoiy ahvolda qolgan xotin-qizlar huquqlari kafolatlarini ta’minlash bo‘yicha qo‘shimcha chora-tadbirlar qabul qilinganligi munosabati bilan O‘zbekiston Respublikasining ayrim qonun hujjatlariga qo‘shimcha va o‘zgartishlar kiritish to‘g‘risida”gi O‘zbekiston Respublikasi qonuni** davlat rahbarining 2021-yil 19-maydagi tegishli qarori ijrosi yuzasidan ishlab chiqildi. Qonun bilan O‘zbekiston Respublikasining “Fuqarolarning o‘zini o‘zi boshqarish organlari to‘g‘risida”gi, “Xotin-qizlarni tazyiq va zo‘ravonlikdan himoya qilish to‘g‘risida”gi va “Aholini ro‘yxatga olish to‘g‘risida”gi qonunlariga qo‘shimcha va o‘zgartishlar kiritildi. Mohiyatan ushbu qonun 2019-yilda **“Xotin-qizlarni tazyiq va**

zo‘ravonlikdan himoya qilish to‘g‘risida”gi qonunning qabul qilish bilan asos solingan me‘yoriy huquqiy bazani tubdan takomillashtirishga xizmat qiladi.

- **Zo‘ravonlikning tavsiflanishi**

- jinoyatchining strategiyasiga qarab, zo‘ravonlik ochiq yoki yashirin (bilvosita) bo‘lishi mumkin;

- ta’sir qilish vaqti bo‘yicha – o‘tmishda yoki hozirgi paytda sodir bo‘lgan narsa;
- harakat davomiyligi bo‘yicha - u bir yoki tizimli bo‘lishi mumkin, yillar davom etadi.

- **Voqea joyi va atrofiga ko‘ra, zo‘ravonlik sodir bo‘ladi:**

- oilada - qarindoshlardan,
- maktabda – o‘qituvchilar yoki bolalardan,
- ko‘chada - bolalardan yoki notanish kattalardan

- **Bolalarqa nisbatan zo‘ravonlikning asosiy shakllari:**

- **Jismoniy zo‘ravonlik** - insonga og‘riq berish, noqulaylik tug‘dirish va kamsitish maqsadida jismoniy kuch ishlatadigan harakatlar majmui.

- **Jinsiy zo‘ravonlik** - o‘zi istamagan holatlar orqali: quchoqlash, teginish, hayosiz harakatlar, pornografiyani namoyish qilish, kamsitadigan so‘zlar orqali nafsoniyatiga tegish va istalmagan jinsiy da’volar, noz-karashma, xushmuomalalik va bezorilik, shuningdek, bunday da’volarni rad etgan odamni ta’qib qilishga qaratilgan har qanday harakatlar orqali o‘zini namoyon qilishi mumkin.

- **Psixologik zo‘ravonlik** - insonga psixologik (emotsional) bosim o‘tkazishga, uni kamsitishga, ijtimoiy yakkalanishga qaratilgan harakatlar majmui.

- **Iqtisodiy zo‘ravonlik** - mol-mulk va pulni tovlamachilik, ziyon yetkazish yoki zo‘ravonlik bilan tortib olishga qaratilgan harakatlar majmui

- **Virtual zo‘ravonlik** (kiberhujum) - odamni qo‘rqitish, unga nisbatan tuhmat va xaqoratli xabarlarni tarqatish maqsadida zamonaviy aloqa tizimlari (elektron pochta, mobil telefon, ijtimoiy tarmoqlar va boshqalar) yordamida amalga oshiriladigan harakatlar majmui.

- **Bola shafqatsizlikdan qanday saboq oladi?**

- Bola hurmatga sazovor bo‘lmaydi.
- Bola kattalar tomonidan himoyalanmaganligi.
- Yaxshi narsalarni jazo orqali o‘rganish mumkin (bu odatda bolaga o‘z navbatida boshqalarni jazolash istagini o‘rgatadi).

- Azob-uqubatlarni yurakka qabul qilmaslik kerak, uni e’tiborsiz qoldirish kerak.
- Zo‘ravonlik - bu sevgi ifodasidir.

Tuyg‘ularni rad etish odatiy holdir.

Mutaxassislarning ta’kidlashicha, jismoniy jazo:

- jismoniy jazo bolani qarama-qarshi dalillarni qabul qilishga o‘rgatadi: “Men sizni o‘z manfaatingiz uchun urdim”.

- bolaning miyasi ushbu ma‘lumotni saqlaydi.

- o‘zining azob-uqubatlariga va boshqalarga rahm-shafqatiga, shu bilan bolaning o‘zini va dunyoni tushunish qobiliyatini cheklaydi.

- ular g‘azab va qasos olish istagini keltirib chiqaradi, bu istak qatag‘on bo‘lib qoladi va ancha keyin o‘zini namoyon qiladi.

- **Bolalarda bostirilgan g‘azab qanday namoyon bo‘ladi?**

- Zaif va himoyasizlarni masxara qilish.

- Sinfdoshlar bilan urishadi.

- Qizlarni xo‘rlash.

- O‘qituvchiga nisbatan yomon munosabat.

- Bostirilgan g‘azab tuyg‘ularini qayta boshdan kechirish imkoniyatini beruvchi teleko‘rsatuvlar va video o‘yinlar tanlovi.

- O‘z joniga qasd qilishga urinishlar.

Dunyo bo‘ylab juda ko‘p o‘quvchilar uchun zo‘ravonlik/bulling har kungi tajribaga aylanib bo‘ldi, lekin biz birgalikda vaziyatni o‘zgartirishimiz mumkin. Agar siz, o‘quvchi, ota-ona yoki o‘qituvchi bo‘lsangiz, bolalar va yoshlar qo‘rqusiz yashashi va o‘rganishi uchun xavfsiz muhit yaratish uchun harakat qilishingiz mumkin.

O‘quvchilar uchun : Mehribon bo‘ling. Uyatchan sinfdoshingiz yoki jim dugonangiz bilan suhbatni boshlang. Shunga muhtoj bo‘lgan kishiga bir-ikkita yaxshi gap yozilgan qisqa maktub yozib qoldiring. Hatto arzimagan, kichkina bir narsa ham kimningdir kunini yaxshilaydi, ayniqsa, agar u inson boshidan qiyin kunlarni kechirayotganda bu juda muhim.

• Fikringizni bildirishdan qo‘rqmang. Agar o‘zingiz yoki do‘stingizning xavfsizligidan xavotirda bo‘lsangiz, darhol o‘zingiz uchun ishonchli odam bilan gaplashing - bu ota-ona, o‘qituvchi, yaqin do‘st, opa-singil yoki bolalar uchun ishonch telefoni bo‘lishi mumkin, ishonch telefoni ko‘pincha anonim bo‘ladi.

• Bulling va u bilan kurashish yo‘llari haqida bilib oling. Ko‘pincha, bulling qurboni yoki guvohi bo‘lib, bolalar bunga qanday munosabatda bo‘lishni tushunmasliklari mumkin. Savollar bering, har qanday vaziyatga tayyor bo‘lish uchun yaqinlaringiz bilan suhbatlashing.

• Maktab rahbarlari va o‘qituvchilar zo‘ravonlik/bullingni oldini olish va uni bartaraf etishda muhim sheriklardir. Ko‘pincha zo‘ravonlik/bulling maktab o‘qituvchilari va ma’murlari aralashishi mumkin bo‘lgan maktab sinflarida va dahlizlarda sodir bo‘ladi.

• Shu bilan bir vaqtda, sinf xonalari bolalarni zo‘ravonlik/bulling va uning zararli oqibatlari to‘g‘risida o‘qitish, hurmat va e‘tibor madaniyatini shakllantirish uchun ideal

sharoitdir. Farzandingiz o‘qiydigan maktabda zo‘ravonlik, bullingga qarshi qanday qilib ishlashingiz mumkinligi bo‘yicha quyida bir qator maslahat keltirilgan:

- **Ota-onalar uchun:** Maktabdagi zo‘ravonlik va bullingning oldini olish va unga qarshi kurashishda ota-onalar muhim rol o‘ynaydi.

- Agar farzandingiz zo‘ravonlik, bullingdan a‘ziyat chekayotgan bo‘lsa, unga yordam berish uchun quyida keltirilgan bir necha qadamlarni amalga oshirishingiz mumkin:

- **1. Farzandingizni ochiq va xotirjam tinglang.** Zo‘ravonlik/bulling sababini topishga yoki muammoni hal qilishga urinishning o‘rniga, ularni tinglayotganingizni va qo‘llab-quvvatlashingizni namoyish qiling. Bu ularning aybi emasligini bilishlariga ishonch hosil qiling.

- **2. Farzandingizga unga ishonishingizni ayting;** u sizga aytganlaridan xursand bo‘lganingizni; bu uning aybi emasligini; yordam izlashda qo‘lingizdan kelgan hamma narsani qilishingiz haqida ayting.

- **3. O‘qituvchi yoki maktab rahbariyati bilan suhbatlashing.** Siz va farzandingiz zo‘ravonlik/bulling masalasiga yolg‘iz yondashishi shart emas. Farzandingiz o‘qiydigan maktabda zo‘ravonlik/bullingga qarshi siyosat yoki axloq kodeksi mavjudligi haqida so‘rang. Bu shaxsan yoki Internet orqali zo‘ravonlik/bullingga ham tegishli bulishi mumkin.

4. Qo‘llab-quvvatlash tizimiga aylaning. Farzandingiz uchun, zo‘ravonlik/ va bullingga qarshi kurashishda o‘z ota-onasining qo‘llab-quvvatlashi juda muhimdir. Farzandingizga u har qanday vaqtda siz bilan gaplashishi mumkinligini ayting va unda hammasi yaxshilanishiga ishonch hosil qilishiga harakat qilishingiz kerak.

- **O‘qituvchilar uchun: Xavfsiz maktab yaratishga yordam bering.** Maktab siyosati, o‘quv dasturlari va harakatlar rejaları faollik va mehr-oqibat madaniyatini yaratishi mumkin. Maktabdagi zo‘ravonlik-bullingni oldini olish bo‘yicha keng ko‘lamli ishlar olib borish. Sinfingizni boshqarish uchun ijobiy intizom usullaridan foydalaning.

- **O‘quvchilaringizning bulling haqidagi tushunchalarini yaxshilang.** Ular bilan bulling mohiyatini va undan qanday himoyalaniş mumkinligini muhokama qiling, shuningdek bunga duch kelgan tengdoshga yordam berish usullari bilan ulashing va ogohlikka chorlab turing.

- **O‘zingizni to‘g‘ri bilim berishga tayyorlang.** Bulling haqida xabardor bo‘ling va o‘quvchilaringizga yordam berishga tayyor bo‘ling.

- **Munozara boshlang.** Muhokamani boshlash va bolalarga zo‘ravonlik-bullingga qarshi kurashish uchun o‘z g‘oyalarini ishlab chiqish uchun joy berish maqsadida o‘z ijodkorligingiz va multimediya vositalaridan foydalanish ham samarali yordam beradi.

• **Bullingni rad etadigan va zo'ravonliksiz nizolarni hal qilishga yordam beradigan munosabatlarni tarbiyalang.** O'quvchilarning yordami bilan o'z sinfingizda xatti-harakatlar, hulq uchun me'yorlarni belgilang. Nizolarni hal qilish va g'azabni boshqarish ko'nikmalarini o'rganing va o'rgating. O'quvchilaringizga ushbu ko'nikmalarni kundalik hayotda qo'llashda yordam bering.

• **Bolalar orasida xabardorlikni oshirish.** Bolalar maktab siyosatidan xabardor ekanliklariga va zo'ravonlik-bullingga duch kelganda nima qilish kerakligini bilishi uchun ishonch hosil qiling. Agar mavjud bo'lsa, ishonch telefonlari yoki ijtimoiy himoya markazlarining kontakt ma'lumotlarini tarqating.

Ota-onalarni jalb qiling. Doimiy ravishda ota-onalarni farzandlarini rivojlanishi va ular bilan bog'liq barcha muammolar haqida gaplashishga taklif qilib turing. Ota-onalarga farzandlarining yutuqlari haqida xabar yozilgan kichik qutlov maktublarini yuborish amaliyotini kiriting.

Bundan tashqari o'qituvchi pedagoglarni, ota-onalarni va o'quvchilarni zo'ravonlik haqidagi bilimlarini oshirish maqsadida soha mutahasislari va psixologlar tomonidan turli davra suhbatlari va seminarlar orqali ochiq muloqotlarni amalga oshirishlari zo'ravonlikni oldini olish va unga qarshi kurashishda alohida ahamiyatga ega.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. R. B. Hojiyev "HUQUQIY MADANIYAT" TOSHKENT

2. **Qodirxonova Malika Akbarovnaning "O'zbekistonda zo'ravonlikka qarshi kurash: xalqaro tajriba va yechim" to'g'risidagi maqolasi.**

3. O'ZBEKISTON RESPUBLIKASINING QONUNI

BOLALARNI ZO'RAVONLIKNING BARCHA SHAKLLARIDAN HIMOYA QILISH TO'G'RISIDA. Qonunchilik palatasi tomonidan 2024-yil 31-mayda qabul qilingan Senat tomonidan 2024-yil 15-avgustda ma'qullangan qarori.