

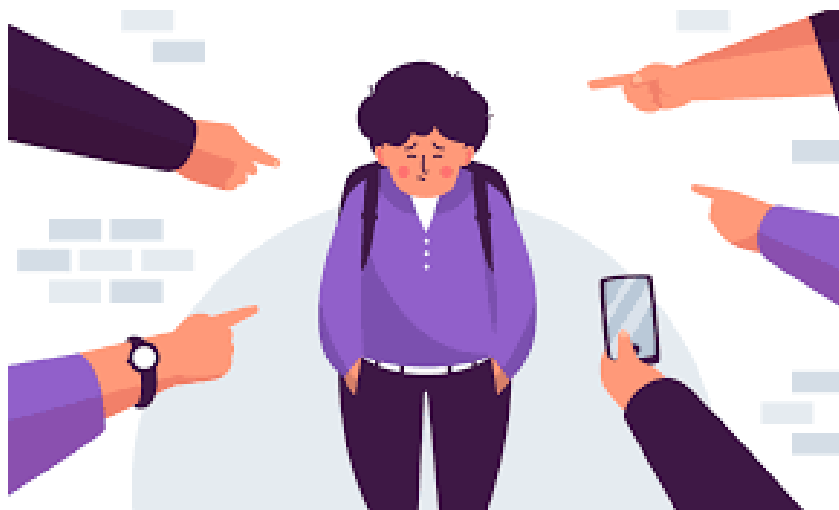
**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI
MAKTABGACHA VA MAKTAB TA‘LIMI VAZIRLIGI
NAVOIY VILOYATI PEDAGOGIK MAHORAT MARKAZI**

O‘TAPOV ZIYO BAKIROVICH

**“KIBERBULLINGNING OLDINI OLISH VA RAQAMLI TA‘LIM
MUHITIDA O‘QUVCHILARDA ODOB-AXLOQ NORMALARINI
SHAKLLANTIRISHNING PEDAGOGIK-PSIXOLOGIK ASOSLARI”
MAVZUSIDA**

USLUBIY QO‘LLANMA

Ushbu uslubiy qo‘llanma umumiy o‘rta ta‘lim maktablari rahbarlari, sinf rahbarlari, amaliyotchi psixologlar hamda ota-onalar uchun mo‘ljallangan.



NAVOIY-2026

Tuzuvchi:

Z.B.O‘tapov

Navoiy VPMM “Pedagogika, psixologiya va ta’lim texnologiyalari” kafedrası katta o‘qituvchisi

Taqrizchilar:

E.A.Do‘sanov

Navoiy VPMM “Pedagogika, psixologiya va ta’lim texnologiyalari” kafedrası mudiri (PhD) dotsent

Sh.Sh. Rustamov

Buxoro davlat universiteti “Psixologiya” kafedrası psixologiya fanlari doktori (DSc), dotsent

Uslubiy qo‘llanma “Pedagogika, psixologiya va ta’lim texnologiyalari” kafedrasining 2026-yi 27- apreldagi 4-sonli majlisida muhokama qilingan.

Pedagogik mahorat markazi Kengashining 2026-yil 29-apreldagi 4 -sonli yig‘ilish qarori bilan nashr etishga tavsiya etilgan.

Mundarija

Kirish.....	4
Kiberbulling tushunchasi va mohiyati.....	5
Ota-onalar, o‘qituvchi va maktab psixologining kiberbullingni oldini olishdagi roli.....	7
Kiberbullingga qarshi kurashish va uni oldini olishda maktablarning roli.....	9
Nima uchun kiberbulling asosiy muammo hisoblanadi.....	12
O‘quvchilarda kiberbullingga qarshi immunitetni shakllantirishning psixologik mexanizmi.....	17
Kiberbullingga qarshi immunitet shakllantirishda ota-ona va maktabning roli.....	18
Kiberbulling va deviant xulq-atvor.....	20
Kiberbulling tushunchasi va uning o‘quvchilar psixologiyasiga ta’siri.....	23
O‘quvchilarda kiberbullingga nisbatan psixologik himoya mexanizmlarini rivojlantirish.....	25
O‘zini baholash, ishonch va emotsional barqarorlikni shakllantirish orqali kiberbullingga qarshi immunitet hosil qilish.....	27
O‘quvchilarda internet madaniyati va xavfsiz onlayn xulq-atvorni rivojlantirish usullari.....	29
Alisher Navoiy asarlarida shaxs tarbiyasi masalalari va bugungi kunda ijtimoiy tarmoqlarning yoshlar odob-axloqiga ta’siri.....	31
Raqamli ta’lim sharoitida o‘quvchilarda axloqiy ongini shakllantirishning pedagogik asoslari.....	35
Raqamli makonda o‘quvchilarning axloqiy mas’uliyatini shakllantirishda o‘qituvchining roli.....	37
Ta’lim jarayonida kiberxavfsizlik madaniyatini shakllantirish.....	39
Jadidlar pedagogik merosida axloqiy tarbiya masalasi va uning raqamli ta’lim sharoitidagi talqini.....	43
Boshlang‘ich sinf o‘quvchilarida kiberxavfsizlik imkoniyatlarini shakllantirish...	44
O‘quvchilarni kiberbulling, internetga qaramlik va boshqa raqamli xavflardan himoya qilish yo‘llari.....	45
Xulosa va tavsiyalar.....	53
Foydalanilgan adabiyotlar.....	55

KIRISH

Zamonaviy jamiyat taraqqiyoti axborot-kommunikatsiya texnologiyalarining jadal rivojlanishi bilan chambarchas bog'liqdir. Bugungi kunda internet, ijtimoiy tarmoqlar, mobil aloqa vositalari va turli raqamli platformalar inson hayotining ajralmas qismiga aylanib ulgurdi. Ayniqsa, yosh avlod ushbu texnologiyalardan faol foydalanib, u orqali bilim oladi, muloqot qiladi va o'z ijtimoiy faolligini namoyon etadi. Shu bilan birga, raqamli makon kengaygani sari unda yuzaga kelayotgan salbiy holatlar ham dolzarb muammoga aylanmoqda. Ana shunday muammolardan biri — kiberbulling hodisasidir. Kiberbulling — bu shaxsga nisbatan internet va boshqa raqamli vositalar orqali muntazam ravishda amalga oshiriladigan psixologik zo'ravonlik shakli bo'lib, u haqorat qilish, tahdid solish, yolg'on ma'lumot tarqatish, sharmanda qilish yoki ta'qib etish kabi xatti-harakatlarni o'z ichiga oladi. Ushbu hodisa ko'pincha ijtimoiy tarmoqlar, messenjerlar, onlayn o'yin platformalari va mobil qurilmalar orqali sodir etiladi. Kiberbullingning eng xavfli jihatlaridan biri shundaki, u makon va vaqt bilan chegaralanmaydi, ya'ni jabrlanuvchi doimiy ravishda bosim ostida qolishi mumkin. Bugungi kunda kiberbulling ayniqsa o'smirlar va yoshlar orasida keng tarqalib, ularning psixologik holatiga jiddiy salbiy ta'sir ko'rsatmoqda. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, kiberbulling qurbonlari ko'pincha o'ziga bo'lgan ishonchni yo'qotadi, ijtimoiy yakkalanishga duch keladi, depressiv holatlar va xavotir darajasi ortadi. Ba'zi hollarda esa bu holat o'z joniga qasd qilish fikrlarining paydo bo'lishiga ham sabab bo'lishi mumkin. Shu sababli kiberbulling muammosi nafaqat pedagogik yoki psixologik, balki ijtimoiy ahamiyatga ega bo'lgan dolzarb masala sifatida qaralmoqda.

Kiberbullingning oldini olish va unga qarshi kurashish kompleks yondashuvni talab qiladi. Bu jarayonda ota-onalar, o'qituvchilar, maktab ma'muriyati, psixologlar, huquqni muhofaza qilish organlari hamda ijtimoiy media platformalari birgalikda harakat qilishi lozim. Ayniqsa, ta'lim muassasalari o'quvchilarda raqamli madaniyatni shakllantirish, ularga xavfsiz va mas'uliyatli internetdan foydalanish ko'nikmalarini shakllantirish muhim rol o'ynaydi.

Mazkur uslubiy qo'llanma kiberbulling muammosini har tomonlama yoritishga qaratilgan bo'lib, unda uning mohiyati, sabablari, shakllari va oqibatlari ilmiy asosda tahlil qilingan. Shuningdek, qo'llanmada kiberbullingni aniqlash, oldini olish va unga qarshi samarali kurashish bo'yicha amaliy tavsiyalar berilgan. Ushbu materiallar pedagoglar, maktab psixologlari, ota-onalar hamda yoshlar bilan ishlovchi mutaxassislar uchun foydali metodik manba bo'lib xizmat qiladi. Qo'llanmaning asosiy maqsadi — yoshlar orasida kiberbulling holatlarini kamaytirish, ularning psixologik farovonligini ta'minlash hamda xavfsiz va sog'lom raqamli muhitni shakllantirishga ko'maklashishdan iboratdir. Shu orqali

jamiyatda o‘zaro hurmat, mas’uliyat va insonparvarlik qadriyatlarini mustahkamlashga erishish mumkin.

KIBERBULLING TUSHUNCHASI VA MOHIYATI

Kiberbulling deb raqamli texnologiyalar yordamida amalga oshiriladigan bullingga aytiladi. Bu ijtimoiy media, xabar almashish platformalari, o‘yin platformalari va mobil telefonlarda sodir bo‘lishi mumkin. Bu takroriy xatti-harakatlar bo‘lib, nishonga olinganlarni qo‘rqitish, g‘azablantirish yoki sharmanda qilishga qaratilgan. Misollar o‘z ichiga quyidagilarni oladi: ijtimoiy tarmoqlarda kimdir haqida yolg‘on ma‘lumotni tarqatish yoki kimnidir xijolatli fotosuratlarini joylashtirish, xabar almashish platformalari orqali zararli xabarlar yoki tahdidlar yuborish, kimningdir nomidan ish qilish va ularning nomidan boshqalarga haqoratlaydigan xabarlar yuborish.

Yuzma-yuz (ya’ni, real hayotda sodir bo‘ladigan) bulling va kiberbulling ko‘pincha bir paytda ro‘y berishi mumkin. Biroq kiberbullingning farqi shundaki, u raqamli iz qoldiradi -ya’ni yozma, rasm yoki video shaklida dalillar saqlanib qoladi. Bu dalillar keyinchalik kiberbullingni to‘xtatishga yoki aniqlashga yordam beradi. Kiberbulling (yoki kiberhujum)-bu internet, telefon, ijtimoiy tarmoqlar kabi texnologiyalar orqali kimnidir haqorat qilish, tahdid solish, tuhmat qilish, shantaj qilish yoki ta’qib etish holatlaridir. Ko‘pincha kiberbulling qilayotgan odamning o‘zida ham ichki psixologik muammolar bo‘ladi. Masalan, u qo‘rquv, past o‘ziga baho, bolalikdagi travma yoki ichki tajovuz sababli boshqalarga zarar yetkazadi. Kiberbulling qurboniga zarar yetkazish uchun tajovuzkorlar ijtimoiy tarmoqlar, elektron pochta, messenjerlar va boshqa onlayn platformalardan foydalanadilar. Chunki bu vositalar orqali xabarlar juda tez tarqaladi. Kompyuter yoki telefon tugmasini bosish bilan haqoratli yoki sharmandalovchi suratlar, videolar, masxaralovchi rasmlar va mish-mishlar katta auditoriyaga yetib borishi mumkin. Internet va mobil telefonlardan foydalanib, kiberhujum qiluvchilar o‘z jabrlanuvchilarini doimiy qo‘rquvda ushlab turishi, ularning hayotini nazorat qilayotgandek his qilishlariga sabab bo‘lishi mumkin. Bu holat qurbonlarda katta stress, uyatchanlik va xavotir uyg‘otadi.

Kiberbullingning yana bir muhim xususiyati — uning raqamli iz qoldirishi bilan bog‘liqdir. Ya’ni yozishmalar, suratlar, videolar yoki boshqa kontent shaklida dalillar saqlanib qoladi. Bu esa bir tomondan, ushbu holatni aniqlash va unga qarshi choralar ko‘rish imkonini bersa, boshqa tomondan, mazkur materiallarning tez tarqalishi jabrlanuvchiga yetkaziladigan zararni yanada kuchaytiradi. Shuningdek, anonimlik imkoniyati tajovuzkorlarga o‘z shaxsini yashirishga yordam beradi, bu esa muammoni aniqlashni murakkablashtiradi. Mazkur muammo ko‘p qirrali bo‘lib, uning kelib chiqishida turli omillar — psixologik,

ijtimoiy va texnologik sabablar muhim rol o'ynaydi. Ko'pincha kiberbulling bilan shug'ullanuvchi shaxslarning o'zida ham ichki psixologik muammolar, masalan, past o'zini baholash, agressivlik, e'tibor yetishmasligi yoki salbiy hayotiy tajribalar mavjud bo'ladi. Shu bois, ushbu hodisani faqat jazolash orqali emas, balki chuqur tahlil qilish va profilaktik choralarni ishlab chiqish orqali hal etish zarur.

Kiberbullingni qanday aniqlash mumkin? Ikkita asosiy xususiyat sizga kiberbullingni aniqlash imkonini beradi.

1. Muddatli davom etish. Tizimli ravishda takrorlanadigan harakatlar.
2. Aniq belgilangan tomonlarning mavjudligi. Har doim tajovuzkor va jabrlanuvchi bor.

Virtual dunyoda tajovuzkorni aniqlash qiyin bo'lishi mumkin. U o'zini osongina yashirgan holda ko'plab akkauntlarni yarata oladi. Bu kiberhujumchi kimligini tanib olishni qiyinlashtiradi. Shuningdek, tajovuzkorning ko'pincha sheriklari ham bo'ladi. Kiberbulling qanday xavflarni olib keladi? Psixologik buzilish. Kiberbulling jabrlanuvchilari, ayniqsa, o'smirlar haqida gap ketganida, ular ko'pincha yakkalanib qolishadi, o'zlariga nisbatan ishonchlari pasayadi, o'zlarini namoyon qilish bilan bog'liq muammolar paydo bo'ladi, tashvishlanish va xavotirlanish kabi depressiv holatlar darajasi ortib ketadi va o'z joniga qasd qilish fikrlari/urinishlari paydo bo'ladi. Shaxs doimiy stressda, faqat salbiy his-tuyg'ularni boshidan kechiradi va ba'zida jabrlanuvchi rolga juda odatlanib qoladi. Somatik buzilish. Salbiy his-tuyg'ular va qo'rquv iskanjasida surunkali uyqusizlik, bosh og'rig'i, ishtaha yo'qolishi kabi psixosomatik kasalliklar paydo bo'lishi mumkin.

Darhaqiqat, ba'zi o'smirlar bu jiddiy narsani tushunmasligi mumkin. Ota-onalar ko'pincha farzandlarining onlayn xatti-harakatlarini kuzatib borish uchun ularni bilim yoki vaqt yo'qligini aytishadi va maktablar buni dars vaqtida va boshqa dasturlar orqali batafsil yoritishi kerak. O'qituvchilar ko'pincha targ'ibotlar, o'quv dasturlari, treninglar va yig'ilishlar orqali o'z vazifalarini bajaradilar, lekin ba'zida maktabdan uzoqda sodir bo'ladigan, lekin baribir o'z o'quvchilarini jalb qiladigan onlayn xatti-harakatlarga qachon va qanday aralashishni bilishmaydi.

Ushbu muammolardan kelib chiqqan holda, biz barcha yoshlar kattalar bilan ushbu muammo haqida bema'lol gaplashadigan va vaziyatni hal qilish uchun mazmunli qadamlar qo'yilishiga ishonch hosil qiladigan muhit yaratishimiz kerak. Shuningdek, biz barchani - yoshlar, ota-onalar, o'qituvchilar, maslahatchilar, huquqni muhofaza qilish organlari, ijtimoiy media kompaniyalari va umuman jamiyatni jalb qilishimiz kerak. Har bir manfaatdor tomon ko'proq harakat qilishi kerak.

OTA-ONALAR, O'QITUVCHI VA MAKTAB PSIXOLOGINING KIBERBULLINGNI OLDINI OLISHDAGI ROLI

Ota-onalar yoki farzandlariga g'amxo'rlik qiluvchi kishilar bolasi kiberbulling (ya'ni internetda haqorat, masxara yoki tahdid) holatiga duch kelsa, eng avvalo, bolaning o'zini xavfsiz his qilishi va unga shartsiz yordam ko'rsatilishi juda muhim. Shuningdek, ota-onalar jamiyatda yaxshi ibrat bo'ladigan insonlarni, ya'ni yaxshi xulq ko'rsatadigan modellarni bolalarga namuna sifatida ko'rsatishlari lozim. Boshqa yoshlar yoki kattalar tomonidan internetda sodir bo'lgan xatolarni esa o'rganish uchun misol sifatida muhokama qilish foydali bo'ladi. Yana bir muhim jihat-bu chidamlilikni (ya'ni qiyinchilikdan so'ng o'zini tiklay olish, kuchli bo'lish) o'rgatishdir. Bolaga shuni tushuntirish kerakki, hayotda har kim xato qiladi, muhim narsa-bu xatolardan saboq olish va oldinga intilishdir. Ota-onalar bu bosqichda farzandining ichki kuchini rivojlantirishga, unga dalda berishga, ijobiy fikrlashni shakllantirishga e'tibor berishlari kerak.

Yoshlarni hayotdagi yoki internetdagi barcha muammolardan butunlay asrash o'rniga, ularga bu vaziyatlarga to'g'ri munosabatda bo'lishni o'rgatish kerak. Masalan, kimdir internetda ularni xafa qiladigan gap yozsa yoki yomon fikr bildirsa, yoshlar bunga qanday javob berishni bilishlari lozim -e'tibor bermaslik, o'zini tutish, yoki vaziyatni hazil bilan yumshatish kabi. Bu ularga ijobiy fikrlashni shakllantirish orqali yordam beradi. Masalan, "men yomonman" degan fikr o'rniga, "bu faqat bir insonning noto'g'ri fikri" deb o'ylashni o'rganish. Shuningdek, kitoblar va filmlardagi ijobiy qahramonlar orqali o'zlarini o'xshatish uchun namuna topish ham foydali bo'ladi. Bundan tashqari, "rol o'ynash" mashg'ulotlari orqali turli vaziyatlarda qanday javob berishni mashq qilish mumkin. Bu yoshlarni haqiqatdagi vaziyatlarga tayyorlaydi. Hozirda biz "raqamli moslashuvchanlik" degan tushunchani ham o'rganmoqdamiz. Bu-internetdagi qiyin holatlarga to'g'ri, ijobiy munosabatda bo'lish qobiliyatidir. Ya'ni, agar kimdir onlaynda yomon gapirsa, bunday yoshlar bunga jahl bilan emas, balki xotirjamlik bilan javob berishadi yoki umuman e'tibor bermaydilar. Ana shunday odamlar kiberbullingga qarshi eng yaxshi kurasha oladilar.

Ota-onalar farzandlariga yoshiga mos bo'lgan qurilma va internetdan foydalanish qoidalarini aniq tushuntirib berishlari kerak. Ya'ni, qaysi dasturlar yoki saytlardan foydalanish mumkin, qaysilari esa mos emasligini bilib olishlari zarur. Agar bola internetda yoki qurilmadan noto'g'ri foydalansa (masalan, bironvi haqorat qilsa yoki qoidani buza olsa), unga shunga mos ravishda oqibat ko'rsatilishi kerak. Bu orqali bola har bir harakatining javobi borligini tushunadi. Yoshlar internetda nomaqbul (yaramas yoki zararli) xatti-harakatlar qilish mumkin emasligini bilishlari kerak. Ular texnologiyadan foydalanish-bu ularning huquqi emas, balki imtiyozi ekanini anglashlari lozim. Ya'ni, bu imkoniyat faqat

mas'uliyat bilan, boshqalarga hurmat bilan munosabatda bo'lish orqali saqlanib qoladi.

Agar ota-ona farzandi boshqalarga kiberbullchilik qilayotganini aniqlasa, ular birinchi navbatda bu xatti-harakatlarning haqiqiy dunyoda qanday zarar etkazishi va og'riq keltirishi haqida gapirishlari kerak. Shuni unutmangki, bolalar ijtimoiy jihatdan yetuk emas-ular shunchaki bolalar, ba'zida ularda yetarli tajriba yoki emotsional resurs yetishmaydi. Shu sababli ular ba'zan noto'g'ri harakat qilishi, g'azablanishi yoki o'ylamasdan so'z aytishi mumkin. Bu holatni jazolash emas, balki tushunish va yo'l-yo'riq ko'rsatish orqali to'g'rilash kerak.

Shaxs shakillanishida oila va undagi shaxslararo munosabatlarning o'rni benihoya yuksakdir. Ota-onalarning, o'qituvchilarning va maktab psixologlarning bolaga bo'lgan munosabatlari, ularning muloqat va tarbiya uslublari, xulq-atvor stereotiplari bola shaxsi shakillanishida, bolaning xatti-harakatlarida, xarakter xususiyatlarida, xulqida o'z aksini topadi. Kiberbullying o'quvchilarning ruhiy salomatligiga, o'ziga bo'lgan ishonchiga va ijtimoiy munosabatlariga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli uni oldini olishda ota-ona, o'qituvchi va maktab psixologining hamkorligi muhim ahamiyatga ega.

Avvalo, ota-onalarning roli juda katta hisoblanadi. Ota-onalar farzandining internetdan qanday foydalanayotganini nazorat qilishi va unga to'g'ri yo'l ko'rsatishi zarur. Farzand bilan doimiy suhbat olib borish, uning muammolarini tinglash va qo'llab-quvvatlash ota-onaning muhim vazifasidir. Agar bola kiberbullyingga duch kelsa, ota-ona uni ayblamasdan, aksincha, tushunishga harakat qilishi kerak. Ota-onalar farzandiga internet xavfsizligi qoidalarini o'rgatishi, shaxsiy ma'lumotlarni begonalarga bermaslik, noma'lum odamlar bilan muloqot qilmaslik va salbiy xabarlar bo'lsa darhol kattalarga murojaat qilish zarurligini tushuntirishi lozim. Ota-onaning e'tibori va qo'llab-quvvatlashi bolada o'zini himoyalangan his qilishiga yordam beradi.

O'qituvchilarning ham kiberbullyingni oldini olishdagi roli muhimdir. O'qituvchilar o'quvchilar bilan doimiy muloqotda bo'lganligi sababli ular o'quvchilarning xulq-atvoridagi o'zgarishlarni tezroq sezishi mumkin. Masalan, o'quvchining darsga qiziqishi kamayishi, kayfiyatining tushib ketishi yoki tengdoshlar bilan muloqotdan chetlashishi kiberbullying belgisi bo'lishi mumkin. Bunday vaziyatda o'qituvchi o'quvchi bilan individual suhbat o'tkazib, muammoni aniqlashga harakat qilishi zarur. Shuningdek, o'qituvchilar dars jarayonida internet madaniyati, hurmat va to'g'ri muloqot haqida tushuntirish ishlarini olib borishlari kerak. Sinfdagi sog'lom psixologik muhit yaratish, o'quvchilar o'rtasida do'stlik va hurmatni rivojlantirish ham kiberbullyingning oldini olishga yordam beradi.

Maktab psixologi kiberbullyingni oldini olishda alohida ahamiyatga ega. Psixolog o'quvchilarning psixologik holatini o'rganib, ularning muammolarini

aniqlaydi va ularga zarur yordam ko'rsatadi. Psixolog tomonidan o'tkaziladigan treninglar, suhbatlar va psixologik mashg'ulotlar o'quvchilarda o'ziga ishonchni, emotsional barqarorlikni va stressga chidamlilikni rivojlantiradi. Bu esa o'quvchilarning kiberbullyingga nisbatan psixologik immunitetini kuchaytiradi. Bundan tashqari, maktab psixologi ota-onalar va o'qituvchilar bilan hamkorlik qilib, kiberbullyingning oldini olish bo'yicha tavsiyalar beradi va profilaktik ishlarni tashkil etadi.

Kiberbullyingga qarshi kurashishda maktabda turli tadbirlar tashkil etish ham foydali hisoblanadi. Masalan, davra suhbatlari, seminarlar, treninglar va ma'naviy-ma'rifiy tadbirlar orqali o'quvchilarga internetdan to'g'ri foydalanish, o'zaro hurmat va madaniyatli muloqot haqida tushuntirish mumkin. Bu tadbirlar o'quvchilarda mas'uliyat hissini shakllantiradi va ularni salbiy xatti-harakatlardan saqlaydi.

Kiberbullyingni oldini olishda ota-ona, o'qituvchi va maktab psixologining hamkorligi muhim ahamiyatga ega. Ularning birgalikdagi sa'y-harakatlari orqali o'quvchilar uchun xavfsiz va sog'lom ta'lim muhitini yaratish mumkin. Bu esa o'quvchilarning ruhiy salomatligini saqlash, o'ziga bo'lgan ishonchini mustahkamlash va ijtimoiy jihatdan faol shaxs bo'lib voyaga yetishiga yordam beradi.

KIBERBULLINGGA QARSHI KURASHISH VA UNI OLDINI OLISHDA MAKTABLARNING ROLI

Maktablar kiberbulling va boshqa salbiy onlayn xatti-harakatlarning oldini olish uchun eng muhim chora sifatida o'quvchilarda mas'uliyatli raqamli madaniyatni shakllantirishi kerak. Ya'ni, o'quvchilarga o'z qurilmalaridan to'g'ri va xavfsiz foydalanish, internetda hurmatli va odobli muomala qilishni o'rgatish zarur. Shuningdek, o'quvchilarga zo'ravonlikning barcha shakllari, jumladan, onlayn tahdid va haqoratlar ham noto'g'ri ekanini va bunday xatti-harakatlar jazoga olib kelishini tushuntirish lozim. Buning uchun maktabda turli fanlarda onlayn muloqot madaniyati haqida muntazam suhbatlar o'tkazish, bu mavzularni darslarda qayta-qayta eslatib, texnologiyadan to'g'ri foydalanish odatini mustahkamlash muhimdir. Maktabda hurmat, halollik va mas'uliyat muhitini yaratish juda muhimdir. Bunday muhitda o'quvchilar har qanday huquqbuzarlik sodir etsa, unga norasmiy (ogohlantirish, suhbat) yoki rasmiy (intizomiy jazo, choralar) shakldagi sanksiyalar qo'llaniladi. Shuningdek, maktab rahbariyati va pedagogik jamoa kiberbulling bilan shug'ullanuvchi o'quvchilarga nisbatan intizomiy choralar ko'rish imkonini beruvchi siyosatni qayta ko'rib chiqishlari zarur. Agar maktabning ichki tartib va odob-axloq qoidalarida bu masala ko'zda tutilgan

bo'lsa, unda maktabda sodir bo'lgan yoki maktabdan tashqarida yuz bergan, lekin o'quv muhitiga salbiy ta'sir ko'rsatgan kiberbulling holatlariga ham maktab rasmiy ravishda aralashish huquqiga ega bo'ladi. Shuning uchun "Maktab ichki tartib va odob-axloq qoidalariga kiberbulling masalasini kiritish zarur.

Ba'zi hollarda jinoyatchining ota-onasi bilan voqeani shunchaki muhokama qilish xatti-harakatni to'xtatishga olib keladi. Agar o'quvchilarning nomaqbul yoki bezorilik xatti-harakatlari davom etsa, maktab qo'shimcha, yanada qat'iy choralar (masalan, huquqiy javobgarlik)ni qo'llashi mumkin. Biroq, maktablar har doim ham faqat jazolashga tayanmasdan, ijodkorlik bilan yondashgan holda tarbiyaviy strategiyalarni qo'llashlari lozim. Ayniqsa, yengil yoki zarar yetkazmagan kiberbulling holatlari uchun ta'limiy va ongni oshiruvchi chora-tadbirlar samaraliroq bo'ladi.

Masalan:

-o'quvchilardan kiberbullingga qarshi plakatlar tayyorlash yoki mehr-shafqat, hurmat va bag'rikenglikni targ'ib qiluvchi videoroliklar (PSA) yaratish talab qilinishi mumkin.

-katta yoshdagi o'quvchilar kichik sinf o'quvchilariga texnologiyadan to'g'ri, axloqiy foydalanish haqida ma'ruza o'qishlari mumkin.

Eng muhim jihati shundaki, maktab jamoasi bezorilik har qanday shaklda noto'g'ri va qabul qilinmasligini aniq bildirishi kerak. Bunda xatti-harakatning o'zi qoralansa-da, o'quvchining shaxsini emas, ya'ni bolani emas, balki uning xatti-harakatini tanqid qilish kerak.

Ko'pchilik kiberbulling holatlarini norasmiy yo'l bilan hal qilish mumkin — masalan, ota-onalar bilan suhbatlashish, tajovuzkor va jabrlanuvchi o'quvchilarga psixologik maslahat berish, nomaqbul xatti-harakatni ogohlantirish yoki qoralash kabi chora-tadbirlar yordamida. Biroq ayrim vaziyatlarda bu yetarli bo'lmaydi va maktab tomonidan rasmiy choralar ko'rish zarur bo'ladi. Bunday holatlar, odatda, quyidagi vaziyatlarda yuz beradi:

-o'quvchiga jiddiy tahdidlar yo'llanganda;

-jabrlangan o'quvchi maktabga kelishdan qo'rqib, o'zini xavfsiz his qilmaganda;

-kiberbulling norasmiy choralar ko'rilganidan keyin ham davom etganda.

Shunday hollarda qat'iy intizomiy choralar – masalan, profilaktik hisobga olish, o'quvchini vaqtincha to'xtatib turish, boshqa joyga o'tkazish yoki hatto maktabdan chetlashtirish talab qilinishi mumkin. Agar shunday og'ir choralar qo'llansa, o'qituvchilar maktab rahbariyati bilan to'liq hamkorlikda harakat qilishi, va qarorni asoslaydigan dalillarni aniq hujjatlashtirishi zarur. Kiberbulling holatlariga qarshi kurashda dastlab norasmiy, tarbiyaviy yondashuvlar qo'llanadi, lekin agar bu samara bermasa yoki vaziyat jiddiy tus olsa, maktab rasmiy va qat'iy choralar

ko‘rishi kerak. Bunda barcha qarorlar aniq dalillar va tartibga asoslangan bo‘lishi lozim.

Maktab iqlimining ahamiyati:

Ijobiy maktab iqlimi (ya’ni, o‘quvchilar o‘zini xavfsiz, qadrlangan va qo‘llab-quvvatlangan deb his qiladigan muhit) o‘quv jarayoniga katta ijobiy ta’sir ko‘rsatadi. So‘nggi o‘ttiz yil davomida olib borilgan ko‘plab ilmiy tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki:

- ijobiy maktab muhiti o‘quvchilarning muntazam darsga qatnashishiga,
- o‘qishdagi yutuqlarning ortishiga,
- va boshqa ijobiy natijalarga erishishga yordam beradi.

Shuningdek, tadqiqotlar (garchi cheklangan bo‘lsa ham) ijobiy maktab iqlimi zo‘ravonlik va tengdoshlar o‘rtasidagi nizolarni kamaytirishda ham muhim rol o‘ynashini ko‘rsatadi.

Tadqiqot natijalariga ko‘ra, kiberbulling qurboni bo‘lgan o‘quvchilar (ya’ni, internet orqali tahqir, haqorat yoki tazyiqqa uchraganlar) kiberbullingni boshdan kechirmaganlarga qaraganda maktab muhitini yomonroq deb his qilishadi. Shuningdek, kiberbulling qiluvchilar ham, uning nishoni bo‘lganlar ham odatda kamroq ijobiy psixologik xususiyatlarni (masalan, sabr-toqat, chidamlilik, stressga qarshi turish qobiliyati) namoyon etishadi. Bu shuni anglatadiki, insonlar hayotda muvaffaqiyat sari intilar ekan, har doim ularni tushirishga urinishlar bo‘ladi. Shu sababli o‘quvchilarda chidamlilik va ijobiy ruhiy tayyorgarlikni rivojlantirish juda muhimdir. Bundan tashqari, yoshlar o‘zlarining onlayn xavfsizligini ta’minlash uchun har bir platforma (telefon, ijtimoiy tarmoq, o‘yin ilovalari va boshqalar)dagi hisob va maxfiylik sozlamalaridan to‘g‘ri foydalanishni bilishlari zarur. Bu ularga kimlar bilan aloqa qilish, kimlarning ularning postlarini yoki shaxsiy ma’lumotlarini ko‘rishini nazorat qilish imkonini beradi. Kiberbulling qurbonlari ko‘pincha maktab iqlimini salbiyroq his qilishadi, shuning uchun maktabda ijobiy muhit yaratish va o‘quvchilarga raqamli xavfsizlik, shuningdek, psixologik chidamlilikni o‘rgatish juda muhimdir.

Internetga joylashtirilgan har qanday narsa boshqalar-do‘stlar, ota-onalar, o‘qituvchilar, hatto notanish odamlar tomonidan ham ko‘rilishi mumkin. Shuning uchun yoshlar xabar, rasm yoki video joylashtirishdan oldin yaxshilab o‘ylab, oqilona va mas’uliyatli qarorlar qabul qilishlari, internetdagi harakatlarining uzoq muddatli ta’sirini tushunishlari lozim.

Befarq bo‘lmang:

Ko‘pincha, kiberbullingning guvohi bo‘lganlar bunday vaziyatlarga aralashishni istamaydilar, chunki ular bundan o‘zlariga muammo chiqishidan qo‘rqadilar. Biroq, ular ko‘rgan narsaning noto‘g‘ri ekanini anglab turishadi. Lekin agar ular hech qanday harakat qilmasalar, bu ham aslida xatti-harakatni

bilvosita qo‘llab-quvvatlash hisoblanadi-ya’ni, jim qolish orqali tajovuzkorga yo‘l berishadi. Shuning uchun, guvoh bo‘lgan shaxslar faol pozitsiya tutishlari kerak. Bu quyidagilarni o‘z ichiga oladi:

- Jabrlanuvchini haddan tashqari tahqirdan himoya qilish yoki uni ruhiy jihatdan qo‘llab-quvvatlash,
- Tajovuzkorni to‘xtatishga harakat qilish yoki hodisani ishonchli kattalarga (o‘qituvchi, profilaktika inspektorlari, sinf rahbarlari, inspektor psixolog, psixolog, ota-ona, maktab rahbari) xabar qilish,
- Kiberbulling dalillarini (ekran tasvirlari, yozishmalar va hokazo) saqlab qo‘yish,
- Zarurat bo‘lsa, platformaga yoki tegishli organlarga shikoyat qilishdir.

Shunda ular o‘quvchilarga kiberbulling va onlayn xavfsizlik haqida tushuntirish ishlarini olib borishlari, ularni xavfli yoki nomaqbul onlayn xatti-harakatlardan qaytarishlari, Ota-onalarni mahalliy va davlat qonunlari haqida xabardor qilib, farzandlariga to‘g‘ri yordam berish yo‘llarini o‘rgatishlari mumkin.

O‘z vazifangizni bajarang:

Kiberbulling muammosini hal qilishda birgina odam yoki tashkilot emas, bir nechta manfaatdor tomonlar-ya’ni turli guruhlar va shaxslar-birgalikda harakat qilishi kerak. Hozirda ijtimoiy tarmoqlar va onlayn o‘yin platformalari bu borada o‘z zimmasiga mas’uliyat olishni boshlagan. Ular turli himoya tizimlari yaratmoqda-masalan:

- ilova ichidagi shikoyat qilish tugmalari,
- sun’iy intellekt (AI) yordamida zararli kontentni aniqlash,
- xavfsiz muloqot strategiyalarini ishlab chiqish,
- foydalanuvchilarni himoya qiluvchi maxsus sozlamalarni joriy etish.

Bundan tashqari, oilalar va mahalla jamoalari ham o‘z vazifalarini unutmashliklari kerak. Ular bolalarga internetdan to‘g‘ri foydalanish, boshqalar bilan madaniyatli muloqot qilish, muammoli holatlarda qanday yo‘l tutish kerakligini o‘rgatishlari va o‘zlari shunga namuna bo‘lishlari lozim. Shuningdek, yosh mutaxassislar - o‘qituvchilar, psixologlar, ijtimoiy xodimlar, shifokorlar, hamshiralalar, murabbiylar va boshqalar-kiberbulling holatlariga qanday munosabatda bo‘lishni o‘rganmoqdalar. Ular tadqiqotlar, malaka oshirish kurslari va tajriba almashish orqali bu boradagi bilim va ko‘nikmalarini kengaytirmoqdalar.

NIMA UCHUN KIBERBULLING ASOSIY MUAMMO HISOBLANADI

Bugungi kunda onlayn muloqot vositalari-ya’ni internet, ijtimoiy tarmoqlar, o‘yin platformalari, messenjerlar-yoshlar hayotining ajralmas va juda muhim qismiga aylangan. Shuning uchun ham ba’zi yoshlar bu vositalardan boshqalarga zarar yetkazish, ularni tahqirlash yoki tahdid qilish uchun foydalanishlari

ajablanarli emas. O'smirlar deyarli har kuni texnologiyadan foydalanadilar. Ularning internetga doimiy bog'liqligi ularni kiberbulling qurboni bo'lish ehtimolini oshiradi.

Shuningdek, yoshlar ba'zan his-tuyg'ulari ta'sirida o'ylamasdan harakat qiladilar -bu esa ularni boshqalarga nisbatan tajovuzkor harakat qilishga olib kelishi mumkin. Afsuski, ko'p hollarda kattalar-o'qituvchilar, ota-onalar yoki mutasaddilar -kiberbulling holatlariga tezda javob bera olmaydilar. Natijada, yoshlar orasida "bu uchun jazo yo'q", "hech narsa bo'lmaydi" degan fikr shakllanadi. Bu esa kiberbullingni yanada kuchaytiradi va uni jiddiy muammoga aylantiradi. Shuning uchun kiberbulling-bu zamonaviy davrning eng asosiy ijtimoiy muammolaridan biri, chunki u yoshlarning ruhiy holatiga, o'ziga ishonchiga, o'qishiga va hatto hayotiga ham salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Kiberbullingni to'xtatish uchun kurashdagi to'siqlar:

Bugungi kunda kiberbullingning oldini olishni qiyinlashtiradigan ikkita asosiy muammo mavjud. Birinchidan, bu muammo yigirma yildan ortiq vaqt davomida mavjud bo'lishiga qaramay, hali ham ayrim odamlar uning zararini to'liq tushunmaydilar. Ba'zilar kiberbullingni jiddiy qabul qilmaydilar yoki uni e'tiborsiz qoldirishga harakat qiladilar, chunki ularning fikricha "boshqa muammolar muhimroq". Ha, bugungi kunda o'smirlar, ota-onalar, o'qituvchilar va huquq-tartibot idoralari oldida ko'plab muammolar bor. Ammo, shuni tan olish kerakki, kiberbulling ham juda jiddiy muammo, unga e'tibor berilmasa, u yanada yomonlashadi. Ikkinchi qiyinchilik-bu kim harakat qilishi kerakligi bilan bog'liq. Ko'pincha odamlar "kimdir bu masalaga aralashadi" deb o'ylaydi, lekin natijada hech kim birinchi bo'lib chora ko'rmaydi. Vaziyatni yaxshilash uchun bolaning o'z fikrini eshitish muhim, chunki ko'p hollarda ularning fikri juda foydali bo'ladi. Kattalar bolalarning fikrini e'tiborsiz qoldirmasliklari, aksincha ularni tinglab, ularning ovozini qadrlashlari kerak. Kiberbulling qurbonlari va guvohlari ular ishonadigan kattalar bu vaziyatda oqilona, to'g'ri aralashishlarini va holatni yanada yomonlashtirmasliklarini bilishlari zarur.

Zarur holatda ota-onalar maktab ma'muriyati bilan (yoki ishonadigan o'qituvchi bilan) uchrashuv o'tkazishlari muhim. Ba'zan ota-onalar tajovuzkorning ota-onasi bilan bog'lanishlari yoki internet provayderi, uyali aloqa xizmati ko'rsatuvchisi bilan aloqa qilib, huquqbuzarlikni tekshirtirishlari kerak bo'ladi. Ba'zi hollarda faqatgina mazmuni o'chirish yoki hisobni yopish orqali ham muammoni hal qilish mumkin, shunda jabrlanuvchi o'z hayotini tinch davom ettira oladi. Agar kiberbulling jarayonida jinoyat alomatlari (masalan, tahdid, tovlamachilik, ta'qib, shantaj yoki voyaga etmaganlarni jinsiy ekspluatatsiya qilish) bo'lsa, bu haqida IIB xodimlariga xabar berish shart. Umuman olganda, ota-onalar farzandlariga internetda qanday to'g'ri xulq-atvor qilishni o'rgatishlari

lozim, xuddi hayotda qanday to'g'ri yurish-turishni o'rgatishgandek. Shuningdek, ota-onalar farzandlarining internetdagi faoliyatini nazorat qilishlari kerak, ayniqsa ular endigina internetdan foydalanishni boshlagan bo'lsalar. Bu nazoratni ikkita yo'l bilan amalga oshirish mumkin:

- Norasmiy tarzda -bola bilan suhbatlashish, u nima qilayotganini bilish orqali;
- Rasmiy tarzda-maxsus dasturiy ta'minot yordamida.

Lekin bolani yashirincha kuzatish faqat oxirgi chora sifatida, ya'ni jiddiy sabab bo'lsa va bolaning o'zi bundan xabardor bo'lsa, amalga oshirilishi kerak. Chunki bu ishonchsizlikni bildiradi va bolani yashirin harakat qilishga undaydi. Vaqt o'tishi bilan ota-onalar farzandlariga ko'proq erkinlik, shaxsiy hayot va mas'uliyat berishlari kerak. Ular baribir farzandlarini har doim nazorat qila olmaydilar va bunga hojat ham yo'q. Muhimi, ota-onalar bolalari bilan ochiq, samimiy muloqot o'rnatishsin. Shunda bola internetda yoqimsiz yoki g'amgin holatlarga duch kelsa, u darhol ota-onasiga aytishga jur'at topadi. Ota-onalar bolalarida axloqiy qadriyatlar va hurmat hissini mustahkamlashlari kerak. Bolaga muammolarni hal qilish, to'g'ri yo'l topish va oldinga qarab harakat qilish imkoniyatini berish lozim. Agar bola noto'g'ri ish qilsa, unga oqibatlar jiddiyligi va qasddan yoki bexosdan sodir etilganiga qarab tegishli chora ko'rish kerak. Agar xatti-harakatlar davom etsa, jazoni kuchaytirish mumkin. Ota-onalar farzandlarining texnologiyadan foydalanishiga jiddiyroq e'tibor berishlari, ularning darsni to'g'ri o'zlashtirayotganlariga va doimo mas'uliyat bilan harakat qilishlariga ishonch hosil qilishlari kerak.

Empatiya, ya'ni boshqalarni his qilish qobiliyatini rivojlantirish ham juda muhimdir. Ota-onalar bolalarni turli hayotiy vaziyatlarga qo'yib, ularning boshqalar hissiyotini tushunishlariga yordam berishlari kerak. Masalan, jamoat ishlari, yordam aksiyalari yoki ijtimoiy loyihalarda qatnashish orqali bu sifatni rivojlantirish mumkin. Bundan tashqari, bola o'zining shaxsiy hayotidagi og'riqli yoki qayg'uli tajribalarini eslab, ular haqida o'ylab ko'rishi foydali. Masalan, undan hayotidagi eng qayg'uli uchta voqeani yoki o'zgartirmoqchi bo'lgan beshta narsani yozib chiqishni so'rash mumkin. So'ngra shu voqealarning sabablari va oqibatlarini muhokama qilish kerak. Bu orqali bola boshqalar ham o'ziga o'xshash og'riqlarni boshdan kechirganini anglaydi. U shunda boshqalarni tushunishni, ularga mehr bilan munosabatda bo'lishni o'rganadi. Shuningdek, ularga shuni eslatib o'tish kerakki -hayot hammaga og'ir, har kimning o'z muammosi bor, lekin har bir inson muhabbat va hurmatga loyiqdir. Shu sababli boshqalarga har doim mehr va tushunish bilan yondashish kerak. Maktablar qanday javob berishlari kerak? Kiberbullingga qarshi kurashda maktablar markaziy rol o'ynaydi. Talabalar bunday xatti-harakatlar maktab ichida ham oqibatlariga olib kelishini aniq bilishlari

lozim. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, maktab miqyosida belgilangan jazo choralari ayrim yoshlar uchun kuchli to'xtatuvchi ta'sir ko'rsatadi.

Agar kiberbulling holati jiddiy darajaga yetgan bo'lsa, maktab rahbariyati bu holatni chuqur o'rganishi va zarur hollarda huquqni muhofaza qilish organlari bilan hamkorlik qilishi kerak. Huquqbuzar shaxs aniqlangach, unga nisbatan adolatli va o'quv-tarbiyaviy jihatdan mos choralar ko'rilishi lozim. Maktablarda xavfsiz, hurmatga asoslangan va qo'llab-quvvatlovchi muhitni yaratish juda muhim. O'qituvchilar o'quvchilar o'rtasida ijobiy munosabatlarni shakllantirish, o'zaro hurmat, bag'rikenglik va mas'uliyatni targ'ib etish orqali bezorilik holatlarini kamaytirishga katta hissa qo'sha oladilar. Iliq, g'amxo'r, hissiy jihatdan qo'llab-quvvatlovchi o'quv muhitida o'quvchilar o'zlarini xavfsiz his etadilar va sog'lom o'z-o'zini hurmat qilish hissi shakllanadi. Sog'lom "avtoritet" iqlimiga ega bo'lgan maktablarda bolalar qaysi xatti-harakat to'g'ri va qaysinisi nomaqbul ekanini yaxshi tushunadilar. Shunday muhitda o'qituvchilar yuqori talabchanlikni iliqlik, e'tibor va adolat bilan uyg'unlashtira oladilar. Shuningdek, umid hissi ham yoshlarning ijobiy rivojlanishida muhim himoya omili hisoblanadi. Tadqiqotlarga ko'ra, o'z kelajagiga umid bilan qaraydigan o'smirlar kiberbulling yoki boshqa salbiy xatti-harakatlarga kamroq moyil bo'ladilar. Shu sababli, maslahatchilar va o'qituvchilar o'quvchilarda umidni rivojlantirishga qaratilgan psixologik dasturlarni joriy etishlari zarur. Bunga stsenariy asosidagi mashg'ulotlar, guruhiy mashqlar, "umidni eslatish" va ijobiy kelajakka yo'naltirilgan suhbatlar kiradi. Shuningdek, kiberbullingda ishtirok etgan o'quvchilarni ham yechimning bir qismi sifatida jalb etish-masalan, murosaga kelish yoki ijtimoiy foydali faoliyatlarda qatnashish orqali-ularning ijobiy o'zgarishiga yordam beradi.

Yoshlar nima qila oladi? Avvalo, yoshlar o'zlariga ishonadigan kattalar-ot-onalar, o'qituvchilar, psixologlar yoki murabbiylar bilan yaqin munosabatda bo'lishlari kerak. Shunda ular internetda yoki hayotda o'zlarini bezovta qilgan, xafa qilgan yoki qo'rqitgan holatlar haqida ochiq gapira oladilar. Agar kimdir ularni masxara qilsa yoki haqorat qilsa, eng to'g'ri yo'l-bunga javob bermaslikdir. Chunki tajovuzkorga javob berish holatni yanada kuchaytirishi mumkin. Shuning uchun, bunday vaziyatda sokin bo'lish va kattalarga aytish eng muhim qadamdir. Kattalar yordam so'ralganda, ular vaziyatni to'g'ri yo'l bilan hal qilishlari va yordam berishlari mumkin.

Ko'pincha kiberbulling qurbonlari o'zlarini yolg'iz, kuchsiz yoki umidsiz his qilishadi. Shuning uchun, ularni qo'llab-quvvatlash, ular bilan gaplashish va biror narsa qilishga yordam berish katta ahamiyatga ega.

Yoshlar shuni yodda tutishlari kerakki, hech qachon bunday salbiy xatti-harakatlarda ishtirok etmaslik kerak-masalan:

- kimgadir haqoratli xabar yubormaslik,

- kimnidir ustidan kulib, u haqida salbiy izoh yozmaslik,
- nomaqbul hazillarga yoki videolarga “layk” bosmaslik,
- boshqalarning kamsitilishiga befarq bo‘lmaslik.

Agar biror kishi kiberbulling holatini ko‘rsa, lekin yolg‘iz o‘zi yordam bera olishidan cho‘chisa, u bir-ikki ishonchli do‘sti bilan birga harakat qilishi mumkin. Guruh bo‘lib yordam berish ko‘proq jasorat bag‘ishlaydi va natija samaraliroq bo‘ladi. Yoshlar o‘zaro birdam bo‘lib, bir-birlarini qo‘llab-quvvatlasalar, kiberbullingga qarshi kuchli himoya shakllanadi. Shu tarzda ular internet muhitini yanada hurmatli, xavfsiz va do‘stona joyga aylantirishga hissa qo‘shishlari mumkin. Huquqni muhofaza qilish organlari qachon ishtirok etishi kerak? Huquqni muhofaza qilish organlari-ya’ni IIB xodimlari ham kiberbullingning oldini olish va unga javob berishda muhim rol o‘ynaydi. Ular internetdagi xatti-harakatlar bilan bog‘liq qonunlar haqida yaxshi xabardor bo‘lishlari, shuningdek, zarur paytda to‘g‘ri chora ko‘rish uchun yetarli bilim va tajribaga ega bo‘lishlari kerak. Agar kiberbulling holati jinoyat darajasiga yetmagan bo‘lsa ham, IIB xodimlari yoki tegishli mutasaddilar vaziyatni to‘g‘ri hal qilish uchun ogohlantirish va tushuntirish ishlari olib borishlari mumkin. Ba’zida shunchaki qonuniy oqibatlar haqida ochiq suhbat o‘tkazishning o‘zi yoshlarni kelajakda noto‘g‘ri xatti-harakatlardan tiyilishga undaydi. Shuningdek, agar imkoniyat bo‘lsa, huquqni muhofaza qilish organlari yoshlar bilan uchrashuvlar o‘tkazib, internetda xavfsiz va mas’uliyatli bo‘lish, kiberbullingning zararli oqibatlari, va qonuniy javobgarlik haqida tushuntirishlar berishlari kerak. Bu nafaqat ogohlikni oshiradi, balki yoshlarni to‘g‘ri yo‘lga yo‘naltiradi.

Eng asosiysi-agar kiberbulling bilan bog‘liq jiddiy tahdid, shantaj, ta’qib yoki shaxsga zarar yetkazish holatlari kuzatilsa, bu holatda darhol huquqni muhofaza qilish organlariga murojaat qilish zarur. IIB xodimlari, o‘qituvchilar, ota-onalar va jamiyat birgalikda harakat qilsa, kiberbulling holatlarini kamaytirish va yoshlarni himoya qilish mumkin. Ya’ni, har kim o‘z qo‘lidan kelgancha yordam bersa-natijada xavfsiz va sog‘lom raqamli muhit yaratiladi.

So‘nggi yillarda mamlakatimizda, jumladan, ta’lim muhitida o‘quvchilar o‘rtasida kiberbulling holatlari sezilarli darajada ko‘paydi. Shu munosabat bilan, ta’lim tashkilotining barcha sub’ektlari (psixologlar, o‘qituvchilar, ota-onalar, talabalar uchun) uchun kiberbullingga qarshi kurashish strategiyalarini ishlab chiqish zarurati mavjud; ikkinchidan, ijobiy maktab iqlimi (ya’ni, o‘quvchilar o‘zini xavfsiz, qadrlangan va qo‘llab-quvvatlangan deb his qiladigan muhit) yaratish, kiberbulling qurbonlari ko‘pincha maktab iqlimini salbiyroq his qilishadi, shuning uchun maktabda ijobiy muhit yaratish va o‘quvchilarga raqamli xavfsizlik, shuningdek, psixologik chidamlilikni o‘rgatish juda muhimdir; uchunchidan, biz barchani - yoshlar, ota-onalar, o‘qituvchilar, maslahatchilar, huquqni muhofaza

qilish organlari, ijtimoiy media kompaniyalari va umuman jamiyatni jalb qilishimiz kerak; beshinchidan, o'qituvchilardan jismoniy va ruhiy xavfsizlik hissini saqlab qolish uchun qulay maktab muhitini yaratishni talab qiladi; oltinchidan, o'quvchilar o'rtasida bezorilik/kiberbulling holatlarini o'z vaqtida aniqlash va salbiy oqibatlarining oldini olish choralarini ko'rishga alohida e'tibor qaratish zarur; yettinchidan, profilaktika dasturida ushbu hodisalarni tushuntirishga qaratilgan ta'lim tadbirlari bo'lishi kerak; sakkizinchidan, empatiya, ya'ni boshqalarni his qilish qobiliyatini rivojlantirish ham juda muhimdir; to'qqizinchidan, Ota-onalar farzandlarining texnologiyadan foydalanishiga jiddiyroq e'tibor berishlari, ularning darsni to'g'ri o'zlashtirayotganlariga va doimo mas'uliyat bilan harakat qilishlariga ishonch hosil qilishlari kerak; o'ninchidan, ota-onalar farzandlariga internetda qanday to'g'ri xulq-atvor qilishni o'rgatishlari lozim, xuddi hayotda qanday to'g'ri yurish-turishni o'rgatishgandek.

O'QUVCHILARDA KIBERBULLINGA QARSHI IMMUNITETNI SHAKLLANTIRISHNING PSIXOLOGIK MEXANIZMI

Axborot-kommunikatsiya texnologiyalarining rivojlanishi bilan Internet o'quvchilarning o'qishi, mehnati va hayotining muhim qismiga aylandi. Butunjahon kompyuter tarmog'ining o'quvchi uchun ochadigan imkoniyatlari cheksizdir. Bu nafaqat ta'lim xizmatlari va global axborot makonidan ma'lumot olish, balki virtual aloqadir. Internet, albatta, ko'p foyda keltirgan bo'lsa-da, u ko'plab salbiy oqibatlarga olib kelishi mumkin, ulardan biri kiberbullingdir. Kiberbulling deb raqamli texnologiyalar yordamida amalga oshiriladigan bullingga aytiladi. Bu ijtimoiy media, xabar almashish platformalari, o'yin platformalari va mobil telefonlarda sodir bo'lishi mumkin.

Kiberbulling jabrlanuvchilari, ayniqsa, o'smirlar haqida gap ketganida, ular ko'pincha yakkalanib qolishadi, o'zlariga nisbatan ishonchlari pasayadi, o'zlarini namoyon qilish bilan bog'liq muammolar paydo bo'ladi, tashvishlanish va xavotirlanish kabi depressiv holatlar darajasi ortib ketadi va o'z joniga qasd qilish fikrlari/urinishlari paydo bo'ladi. Shaxs doimiy stressda, faqat salbiy his-tuyg'ularni boshidan kechiradi va ba'zida jabrlanuvchi roliga juda odatlanib qoladi. Somatik buzilish. Salbiy his-tuyg'ular va qo'rquv iskanjasida surunkali uyqusizlik, bosh og'rig'i, ishtaha yo'qolishi kabi psixosomatik kasalliklar paydo bo'lishi mumkin. Bugungi kunda ta'lim muassasalarida o'quvchilar o'rtasida kiberbulling keng tarqalgan bo'lib, uning kuchayishi bugungi jamiyatda xavotir uyg'otmoqda. Shuni ta'kidlash kerakki, ushbu muammo butun dunyoda keng tarqalgan bo'lib, bolalar va o'quvchilarning Internetdan foydalanish xavfsizligiga tahdid soladi va bu bizning tadqiqotimiz mavzusining dolzarbligini belgilaydi. Shu sababli, kiberbulling urinishlarini muvaffaqiyatli erta aniqlash o'quvchilarning

ruhiy salomatligi va farovonligining kalitidir. Biz kiberbulling urinishlarini muvaffaqiyatli erta aniqlash maqsadida quyidagi tavsiyalarni berib o‘tamiz: Ota-onalar farzandlari bilan hissiy qabul qilish, ishonch, qo‘llab-quvvatlash va hokazo munosabatlarni o‘rnatishga yordam berishlari kerak. Har bir ota-ona o‘z farzandlarining internetdagi faoliyatini kuzatishi va ularga kiberbullingdan ehtiyot choralari ko‘rishga o‘rgatishi kerak. Agar siz onlayn zo‘ravonlikning birinchi belgilarini sezsangiz, kiruvchi tarkibni olib tashlash so‘rovi bilan darhol jamiyat yoki veb-sayt ma‘muriga murojaat qilishingiz kerak. Bundan tashqari, ota-onalar farzandlarini ushbu salbiy hodisaning oqibatlarini haqida xabardor qilishlari kerak.

KIBERBULLINGGA QARSHI IMMUNITET SHAKLLANTIRISHDA OTA-ONA VA MAKTABNING ROLI

Psixologik treninglar va mashg‘ulotlar, onlayn madaniyatni shakllantirish, dastlabki psixologik yordam ko‘rsatishdan iborat. O‘smirlarda kiberbullingga qarshi immunitetni shakllantirish – bu murakkab, ammo zarur jarayon bo‘lib, ta‘lim muassasalari, ota-onalar va psixologlar hamkorlikda ishlashlari kerakligini talab qiladi, Bundan maxsus treninglar va seminarlar samarali natija beradi.

O‘smirlarda kiberbullyingga qarshi immunitet hosil qilishning psixologik mexanizmi. Kiberbulling — bu onlayn makon orqali amalga oshiriladigan ruhiy va ijtimoiy zo‘ravonlik shakli bo‘lib, o‘smirlarning psixologik salomatligiga salbiy ta‘sir ko‘rsatishi mumkin. Ammo ba‘zi o‘smirlar bu turdagi tajovuzlarga nisbatan yuqori darajada chidamli bo‘lib, bu ularning psixologik immuniteti bilan bog‘liqdir. Ushbu immunitetning shakllanishida quyidagi psixologik mexanizmlar muhim rol o‘ynaydi:

1. O‘z-o‘zini anglash va o‘ziga bo‘lgan ishonch (Self-efficacy)

O‘z-o‘zini anglash va o‘ziga bo‘lgan ishonch kiberbullyingga qarshi kurashishda asosiy omil hisoblanadi. O‘ziga bo‘lgan ishonch yuqori bo‘lgan o‘smirlar, onlayn tajovuzlarga nisbatan kamroq ta‘sirlanadi va ularni samarali ravishda boshqarish qobiliyatiga ega bo‘ladilar. Bundan tashqari, o‘z-o‘zini anglash va o‘ziga bo‘lgan ishonch kiberbullyingga qarshi kurashishda asosiy omil hisoblanadi.

2. Psixologik chidamlilik (Psychological resilience)

Psixologik chidamlilik kiberbullyingga qarshi kurashishda muhim rol o‘ynaydi. Chidamli o‘smirlar, onlayn tajovuzlarga nisbatan kamroq ta‘sirlanadi va ularni samarali ravishda boshqarish qobiliyatiga ega bo‘ladilar. Bundan tashqari, psixologik chidamlilik kiberbullyingga qarshi kurashishda muhim rol o‘ynaydi.

3. Ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash (Social support)

Oila, do‘stlar va o‘qituvchilardan olingan ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash o‘smirlarning psixologik salomatligini yaxshilaydi va ularni kiberbullyingga qarshi

immunitetini kuchaytiradi. Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash kiberbullyingga qarshi kurashishda muhim rol o'ynaydi.

4. O'zini boshqarish qobiliyati (Self-regulation)

O'zini boshqarish qobiliyati kiberbullyingga qarshi kurashishda muhim rol o'ynaydi. O'zini boshqarish qobiliyati yuqori bo'lgan o'smirlar, onlayn tajovuzlarga nisbatan kamroq ta'sirlanadi va ularni samarali ravishda boshqarish qobiliyatiga ega bo'ladilar.

5. Ma'lumotlarni saralash va inkor etish (Information filtering and denial)

O'smirlarda destruktiv axborotlarga nisbatan mafkuraviy immunitetni shakllanishida ma'lumotlarni saralash va inkor etish funksiyalari muhim rol o'ynaydi. Bu funksiyalar o'smirlarning destruktiv axborotlarga nisbatan immunitetini kuchaytiradi.

6. Ijtimoiy-psixologik omillar (Social-psychological factors)

O'smirlarda destruktiv axborotlarga nisbatan mafkuraviy immunitetni shakllanishida jins, hudud kesimida ijtimoiy-psixologik omillar muhim rol o'ynaydi. Bu omillar o'smirlarning destruktiv axborotlarga nisbatan immunitetini shakllantirishda muhim ahamiyatga ega.

O'smirlar uchun ota-onalar, do'stlar va o'qituvchilardan iborat ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimi kiberbullingning salbiy ta'sirlarini kamaytirishda muhim rol o'ynaydi. O'smirlar o'z muammolarini ota-onalari va do'stlariga aytib berish orqali stressni kamaytirishlari mumkin. Shuningdek, o'qituvchilar ham muhim qo'llab-quvvatlovchi manba bo'lib, ular o'quvchilarga yordam berishlari mumkin.

1. Emotsional xavfsizlikni ta'minlash

O'smirlarning psixologik xavfsizligi, ularning o'zini qanday his qilishlariga va kiberbullingga qanday munosabatda bo'lishlariga ta'sir qiladi. Psixologik xavfsizlikni ta'minlash, o'smirlarni kiberbullingga qarshi immunitetini kuchaytiradi.

3. Emotsional ko'nikmalarni rivojlantirish

O'smirlar o'z his-tuyg'ularini boshqarish va ijtimoiy vaziyatlarga moslashish ko'nikmalarini rivojlantirish orqali kiberbullingga qarshi immunitet hosil qilishlari mumkin. Bunday ko'nikmalarni rivojlantirish, o'smirlarning o'zini hurmat qilishini oshiradi va stressni kamaytiradi.

4. Ijtimoiy munosabatlarni mustahkamlash

Ijobiy ijtimoiy munosabatlar, o'smirlarning o'zini qadrlashini oshiradi va kiberbullingga qarshi immunitetini kuchaytiradi. Do'stlar va o'qituvchilar bilan yaxshi munosabatlar, o'smirlarning psixologik salomatligini yaxshilaydi

5. Kiberbullingga qarshi ta'lim va ongli yondashuv

O'smirlarni kiberbullingning xavflari va unga qanday munosabatda bo'lish kerakligi haqida ta'lim berish, ularning kiberbullingga qarshi immunitetini

kuchaytiradi. O'smirlar, kiberbullingga duch kelgan taqdirda, qanday harakat qilishlarini bilishlari kerak.

6. Kognitiv va emotsional barqarorlikni rivojlantirish

O'smirlarning kognitiv va emotsional barqarorligini rivojlantirish, ularning kiberbullingga qarshi immunitetini kuchaytiradi. Bunday barqarorlik, o'smirlarning stressga chidamliligini oshiradi va ularni ijtimoiy muammolarga qarshi himoya qiladi.

7. Psixologik xavfsizlikni ta'minlash

O'smirlarning psixologik xavfsizligini ta'minlash, ularning o'zini qanday his qilishlariga va kiberbullingga qanday munosabatda bo'lishlariga ta'sir qiladi. Psixologik xavfsizlikni ta'minlash, o'smirlarni kiberbullingga qarshi immunitetini kuchaytiradi.

Ushbu mexanizmni amalga oshirish uchun quyidagi amaliy chora-tadbirlarni ko'rish mumkin:

-maktablarda psixologik yordam xizmatlarini tashkil etish.

-o'smirlar uchun emotsional ko'nikmalarni rivojlantirish dasturlarini ishlab chiqish.

-ota-onalar va o'qituvchilar uchun kiberbullingga qarshi ta'lim dasturlarini tashkil etish.

-ijtimoiy tarmoqlarda ijobiy va xavfsiz muhitni yaratish.

Xavfsiz maktab muhitini yaratish o'quvchilarga o'z tengdoshlari va kattalar tomonidan qadrlanishi va qabul qilinishini his qilishlariga yordam beradi. Shuning uchun zamonaviy jamiyatda odamlar o'rtasidagi o'zaro hurmat va hamkorlik qadriyatini shakllantirishga katta ahamiyat berish kerak. O'quvchi shaxsini muvaffaqiyatli rivojlantirish, uning intellektual, ma'naviy va axloqiy rivojlanishi o'quvchilarning ota-onalari va o'qituvchilari o'rtasidagi yaqin hamkorlikda amalga oshirilishi kerak.

O'smirlarda kiberbullyingga qarshi immunitet shakllanishi murakkab psixologik jarayon bo'lib, o'z-o'zini anglash, psixologik chidamlilik, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, o'zini boshqarish qobiliyati, ma'lumotlarni saralash va inkor etish kabi mexanizmlar bilan bog'liqdir. Ushbu mexanizmlarni rivojlantirish orqali o'smirlarning kiberbullyingga qarshi immunitetini kuchaytirish mumkin.

KIBERBULLING VA DEVIANT XULQ-ATVOR

Kiberbulling bugungi kunda internet va ijtimoiy tarmoqlarda keng tarqalgan deviant xulq-atvor shakli bo'lib, u shaxslarni tahqirlash, kamsitish, yolg'on ma'lumot tarqatish, psixologik bosim o'tkazish orqali yuzaga keladi. Bu hodisaning oqibatlarini psixologik, ijtimoiy va huquqiy sohada sezilarli bo'lib, depressiya, o'zini past baholash, ruhiy travmalar va deviant xulq-atvorning boshqa

shakllari – ichkilikbozlik, giyohvandlik, jinoyatchilik va fohishabozlikni rag‘batlantiradi. Deviant xulq-atvor nazariyasi tarixiy rivojlanishi davomida ijtimoiy me‘yorlar va ulardan og‘ishish hodisalarini tahlil qiladi. Dyurkgeymning “anomiya” g‘oyasi jamiyatda me‘yorlarning tan olinmasligi yoki ularga rioya qilinmasligini tushuntiradi. R.Merton esa deviant xulq-atvorni jamiyat qadriyatlari va mavjud imkoniyatlar o‘rtasidagi nomuvofiqlik sifatida tavsiflaydi. Bu nazariyalar kiberbullingni chuqurroq tushunish va unga qarshi strategiyalar ishlab chiqish imkonini beradi.

Kiberbullingning deviant xulq-atvor bilan bog‘liqligi:

Kiberbulling quyidagi salbiy xulq-atvor turlarini rag‘batlantiradi:

- **Ichkilikbozlik va giyohvandlik** – yoshlar orasida psixologik stressni kamaytirish uchun salbiy odatlarning yuzaga kelishi.
- **Fohishabozlik va jinoyatchilik** – ijtimoiy me‘yorlardan og‘ishish va jamiyat qoidalarini buzish.
- **O‘z joniga qasd qilish va ruhiy travmalar** – onlayn tahqirlash natijasida ruhiy bosim.

Deviant xulq-atvor shaxs va guruhning salbiy faoliyatini ham ifodalaydi. Kiberbulling esa zamonaviy kontekstda yoshlarning bu turdagi xulq-atvorini kuchaytiradi va jamiyatga ijtimoiy, psixologik va huquqiy xavf soladi. Deviant axloqni ko‘rib chiqayotib, biz yaqqol salbiy assotsiatsiyani uyg‘otuvchi so‘zni qo‘llashga majburlamiz: deviant, addikt, noijtimoiy va ijtimoiy xulqqa qarshi va h.k. Shu bilan birgalikda, aniq shaxs bilan ishlashda biz ongli ravishda kamsituvchi ohangli atamalardan foydalanishdan, shuningdek, tamg‘a osishdan tiyilmog‘imiz kerak. Shuni esda tutish lozimki, birinchidan, axloqiy muammolar o‘ta keng tarqalgan. Ikkinchidan, og‘ishgan xulq chegaralarini aniqlash ko‘pincha murakkab. Jamiyatdagi o‘zgarishlar me‘yorlarning, albatta, axloqiy deviasiya turlarining o‘zgarishiga olib keladi. Biroq, me‘yorlarning o‘zi va ulardan og‘ishish har qanday ijtimoiy tizimning ajralmas qismidir. Binobarin, ijtimoiy darajada og‘ishgan xulq – bu faqat jamiyat va shaxs orasidagi o‘zaro munosabatning mumkin bo‘lgan shakllaridan biri. Og‘ishgan xulqni ijtimoiy ko‘rinish sifatida “tugatish” ehtimoli dargumon. Individual darajada deviant axloq anchagina muammoli ko‘rinadi, chunki shaxsning o‘zi va atrofdagi odamlar hayoti uchun real zarar, deviant shaxsning ijtimoiy muhit bilan nizosi, uning ijtimoiy moslashmaganligi kabi salbiy fenomenlar bilan bog‘liqdir.

Yoshlar orasida kiberbullingning paydo bo‘lishiga shaxsiy xususiyatlar, psixologik holat, o‘z-o‘zini anglash darajasi, empatiya qobiliyati, oilaviy ziddiyatlar, iqtisodiy va ijtimoiy muammolar, shuningdek, nazoratsiz va qarovsiz qolgan bolalar ta’sir qiladi. Masalan, 2022 yilda xalqaro tadqiqotlar shuni ko‘rsatdiki, yoshlar orasida kiberbullingga uchraganlarning 37% o‘zini yolg‘iz his

qilgan, 24% esa depressiv holatni boshdan kechirgan. Shu bilan birga, kiberbullingda qizlar ko'proq psixologik bosimga, o'g'il bolalar esa tahdid va haqoratga duch kelgan. Kiberbullingning ijtimoiy va psixologik oqibatlari o'smirlar orasida depressiya, o'zini past baholash, ruhiy travmalar, stress va ijtimoiy izolyatsiyani kuchaytiradi. Bunday holatlar shaxsning ijtimoiy integratsiyasini susaytiradi va jamiyatdagi me'yorlarga rioya qilishni qiyinlashtiradi. Shu sababli, kiberbullingni kamaytirish va deviant xulq-atvorni oldini olishda oilaviy tarbiya, maktab va pedagogik tadbirlar, psixologik profilaktika va ijtimoiy nazorat institutlarining faol ishtiroki muhim ahamiyatga ega.

Oilaviy tarbiya kiberbulling va deviant xulq-atvorning oldini olishda asosiy rol o'ynaydi. Sog'lom oila muhitida tarbiyalangan farzandlar ijtimoiy me'yorlarga rioya qilishga moyil bo'ladi, psixologik barqarorlik va empatiya qobiliyatini rivojlantiradi. Ota-onalar farzandlarining onlayn faoliyatini nazorat qilishi, ularni internet xavfsizligi qoidalari bilan tanishtirishi va doimiy psixologik qo'llab-quvvatlash bilan ta'minlashi zarur. Shu bilan birga, maktab va pedagoglar yoshlarning ijtimoiy kompetensiyalarini rivojlantirish, onlayn xavfsizlik va konfliktni boshqarish ko'nikmalarini shakllantirish orqali kiberbullingni kamaytirishga hissa qo'shadi.

Kiberbullingning salbiy oqibatlari ichkilikbozlik, giyohvandlik, fohishabozlik, jinoyatchilik va o'z joniga qasd qilish kabi xulq-atvor turlarini rag'batlantiradi. Masalan, 2023 yilda O'zbekiston sharoitida o'tkazilgan so'rovda kiberbullingga uchragan o'smirlarning 15% o'zini-o'zi zarar yetkazishga uringan va 8% doimiy depressiv holatni boshdan kechirgan. Shu ko'rsatkichlar yoshlar orasida kiberbulling xavfini ochiq ko'rsatadi va profilaktik choralarni kuchaytirish zaruratini ta'kidlaydi.

Kiberbullingni oldini olish va deviant xulq-atvorni kamaytirish uchun psixologik profilaktika, pedagogik tadbirlar, oilaviy tarbiya va ijtimoiy nazorat samarali vositalar hisoblanadi. Psixologik profilaktika yoshlarning stress va konfliktlarni boshqarish ko'nikmalarini shakllantirishni o'z ichiga oladi. Maktabda ijtimoiy kompetensiyalarni rivojlantirish, axborot savodxonligini oshirish va onlayn xavfsizlik bo'yicha treninglar o'tkazish kiberbullingning oldini olishda muhimdir. Shu bilan birga, psixologik maslahatlar, guruh mashg'ulotlari va individual konsultatsiyalar yoshlarni onlayn xavf-xatarlardan himoya qilishda samarali bo'ladi. Shuningdek, ijtimoiy nazorat institutlari kiberbullingga qarshi kurashda muhim rol o'ynaydi. Mahalla, do'stlar va huquqni muhofaza qilish organlari onlayn muhitdagi xavfsizlikni nazorat qiladi, kiberbullingga qarshi ijtimoiy kampaniyalar o'tkazadi va muammoni jamoaviy ravishda bartaraf etishga hissa qo'shadi. Shu bilan birga, yoshlarni ijtimoiy me'yorlarga rioya qilishga

o'rgatish va ularning ijtimoiy intizomini mustahkamlash orqali jamiyatda xavfsiz va sog'lom ijtimoiy muhit yaratiladi. Deviant xulq-atvor va kiberbulling zamonaviy jamiyat uchun jiddiy xavf bo'lib, ular yoshlar orasida salbiy odatlar va ruhiy travmalarni kuchaytiradi. Shu sababli, psixologik va pedagogik profilaktika, ijtimoiy nazorat institutlarining faol ishtiroki, oilaning tarbiyaviy roli va jamiyatdagi ijtimoiy me'yorlarni mustahkamlash kiberbulling va deviant xulq-atvorni kamaytirishning asosiy vositalaridir. Shaxslar ijtimoiy me'yorlarga rioya qilishni o'rganib, jamiyatda xavfsiz va sog'lom ijtimoiy muhitni yaratishda faol ishtirok etadilar.

Kiberbullingga qarshi strategiyalar doirasida, avvalo, yoshlarning psixologik barqarorligini oshirish muhimdir. Bu yerda empatiya va hissiy intellektni rivojlantirish, konfliktni konstruktiv hal qilish ko'nikmalarini o'rgatish, internetdagi salbiy vaziyatlarni baholash qobiliyatini shakllantirish eng asosiy usullar sifatida tavsiya qilinadi. Shu bilan birga, onlayn platformalarda xavfsizlikni oshirish, shikoyat mexanizmlarini joriy etish va yoshlar orasida axborot savodxonligini rivojlantirish ham samarali hisoblanadi.

Kiberbulling yoshlar orasida deviant xulq-atvorning zamonaviy shakli sifatida jamiyatda ijtimoiy me'yorlardan og'ishish oqibatlarini ko'rsatadi. Ushbu muammoni kamaytirish va oldini olishda oilaviy tarbiya, maktab va pedagogik tadbirlar, psixologik profilaktika va ijtimoiy nazorat institutlari muhim ahamiyatga ega. Shaxslar ijtimoiy me'yorlarga rioya qilishni o'rganib, jamiyatda xavfsiz va sog'lom ijtimoiy muhitni yaratishda faol ishtirok etadi. Kiberbulling-bu shunchaki internetdagi "o'yin" emas, balki inson ruhiyatiga, o'ziga bo'lgan ishonchiga va ijtimoiy munosabatlariga zarar yetkazuvchi jiddiy muammo. Uni hal qilish uchun har bir inson-ota-ona, o'qituvchi, texnologiya yaratuvchisi va o'quvchi-o'z mas'uliyatini his qilishi kerak. Bunda ta'lim maydoni o'quvchi shaxsining shakllanishi va rivojlanishiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Xavfsiz maktab muhitini yaratish o'quvchilarga o'z tengdoshlari va kattalar tomonidan qadrlanishi va qabul qilinishini his qilishlariga yordam beradi. Shuning uchun zamonaviy jamiyatda odamlar o'rtasidagi o'zaro hurmat va hamkorlik qadriyatini shakllantirishga katta ahamiyat berish kerak. O'quvchi shaxsini muvaffaqiyatli rivojlantirish, uning intellektual, ma'naviy va axloqiy rivojlanishi o'quvchilarning ota-onalari va o'qituvchilari o'rtasidagi yaqin hamkorlikda amalga oshirilishi kerak.

Kiberbulling tushunchasi va uning o'quvchilar psixologiyasiga ta'siri

Bulling bugungi kunda butun dunyo bo'ylab eng dolzarb ijtimoiy-psixologik muammolardan biri hisoblanadi. Ayniqsa o'smirlar, xususan o'smirlar orasida bullingning keng tarqalishi uning jamiyat va ta'lim tizimi uchun jiddiy xavf ekanini ko'rsatamoqda. *Bulling* (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.

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'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. 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).

Hozirgi kunda axborot texnologiyalarining rivojlanishi, internet va ijtimoiy tarmoqlarning keng tarqalishi o'quvchilar hayotida muhim o'rin egallamoqda. O'quvchilar darsdan tashqari vaqtining katta qismini turli ijtimoiy tarmoqlar, messenjerlar va onlayn o'yinlarda o'tkazmoqda. Biroq internetning bunday keng qo'llanilishi bilan bir qatorda ayrim salbiy holatlar ham yuzaga kelmoqda. Shunday muammolardan biri — kiberbulling hisoblanadi.

Kiberbulling oddiy bullingdan farqli ravishda internet orqali sodir bo'lgani sababli uning ta'sir doirasi keng bo'ladi. Chunki internetda joylashtirilgan salbiy xabar yoki material juda tez tarqaladi va ko'plab odamlar tomonidan ko'riladi. Bundan tashqari, kiberbulling ko'pincha anonim tarzda amalga oshiriladi, ya'ni kim tomonidan qilinayotganini aniqlash qiyin bo'ladi. Bu esa jabrlanuvchining ruhiy bosimini yanada kuchaytiradi.

O'quvchilar ayniqsa o'smirlik davrida o'z tengdoshlarining fikriga juda sezgir bo'ladilar. Ular atrofdagilarning bahosi va munosabatiga katta ahamiyat beradilar. Shuning uchun ijtimoiy tarmoqlarda yoki internet muhitida ularga nisbatan bo'lgan salbiy munosabat ularning psixologik holatiga kuchli ta'sir ko'rsatishi mumkin. Kiberbulling natijasida o'quvchilarda o'ziga ishonchsizlik, qo'rquv, xavotir, tushkunlik kabi holatlar yuzaga keladi.

Ba'zi hollarda kiberbulling o'quvchining ijtimoiy hayotiga ham salbiy ta'sir ko'rsatadi. Masalan, u maktabga borishni istamasligi, tengdoshlaridan uzoqlashishi, yolg'izlikni afzal ko'rishini mumkin. Bunday vaziyatlar o'quvchining shaxsiy rivojlanishiga to'sqinlik qiladi hamda uning o'qishga bo'lgan qiziqishini pasaytiradi. Bundan tashqari, uzoq davom etgan ruhiy bosim stress va depressiya kabi jiddiy psixologik muammolarga ham olib kelishi mumkin.

Kiberbullingning yana bir xavfli tomoni shundaki, u doimiy va nazorat qilish qiyin bo'lgan muhitda sodir bo'ladi. Agar oddiy bulling ko'pincha maktab yoki ma'lum bir joy bilan cheklansa, kiberbulling esa internet orqali kecha-kunduz davom etishi mumkin. Shu sababli o'quvchi hatto uyida bo'lganida ham o'zini xavfsiz his qilmasligi mumkin.

Psixologlarning fikricha, kiberbulling o'quvchilarning emotsional barqarorligiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Ularning o'ziga bo'lgan ishonchi kamayadi, o'z qadr-qimmatini past baholash holati yuzaga keladi. Ayrim hollarda o'quvchilar o'z muammolari haqida kattalarga aytishga ham qo'rqishadi yoki uyalishadi. Bu esa muammoning yanada chuqurlashishiga sabab bo'lishi mumkin.

Shu sababli o'quvchilarga internetdan to'g'ri va xavfsiz foydalanish ko'nikmalarini o'rgatish juda muhim hisoblanadi. Maktabda o'quvchilar bilan kiberbullingning salbiy oqibatlarini haqida suhbatlar o'tkazish, ularda o'zini himoya qilish ko'nikmalarini shakllantirish zarur. Shuningdek, o'qituvchilar, ota-onalar va maktab psixologlari o'quvchilarning internetdagi faoliyatiga befarq bo'lmasliklari kerak.

O'QUVCHILARDA KIBERBULLINGGA NISBATAN PSIXOLOGIK HIMOYA MEXANIZMLARINI RIVOJLANTIRISH

O'zbekiston Internet tarmog'idan yoshlarning faol foydalanish imkoniyati mavjudligini hisobga olib, kiberbullingning salbiy oqibatlarini oldini olish maqsadida ota-onalar, o'qituvchilar va o'quvchilarning internetdan foydalanish kompetensiyasi rivojlantirish imkoniyatlarini kengaytirish lozim. Internetda xavfsiz muloqat qilish ko'nikma va malakasini o'smir o'quvchilarga maktab darsliklari va "Kelajak soat" darslari orqali berilib borilishi maqsadga muvofiq bo'lishi mumkin.

Mintaqamizda yoshlarda kiberbullingga duch kelish holarlarini o'rganish, diagnostika qilish va oqibatlarini bartaraf etish, yosh avlodda axborot-kommunikatsiya vositalari orqali muloqot qilish madaniyatini oshirish, o'z huquq va burchlarini teran anglash, umuman internet tizimidan foydalanuvchilarining muloqot qilish kompetensiyasini yanada takomillashtirib borish bugungi kundagi dolzarb masalalardan biridir. Zamonaviy dunyoda axborot texnologiyalari yoshlar hayotida muhim o'rin egallaydi. Internet va ijtimoiy tarmoqlar orqali o'quvchilar bilim olish, muloqot qilish va ko'ngilochar faoliyat bilan shug'ullanishadi. Shu bilan birga, kiberbullying – ya'ni onlayn muhitda haqorat, tahdid yoki yolg'on ma'lumot tarqatish kabi zararli hodisalar keng tarqalgan. Kiberbullying nafaqat o'quvchilarning ruhiy salomatligiga ta'sir qiladi, balki ularning ijtimoiy ko'nikmalari, o'ziga bo'lgan ishonchi va hatto o'qish samaradorligiga ham salbiy ta'sir ko'rsatadi. Kiberbullying yoshlarning o'zini anglash, o'z-o'zini baholash va kelajakdagi ijtimoiy faoliyatga tayyorgarligiga to'sqinlik qilishi mumkin. Shu sababli maktab psixologlari va pedagoglar tomonidan o'quvchilarda kiberbullyingga qarshi psixologik himoya mexanizmlarini rivojlantirish muhim vazifa hisoblanadi.

Kiberbullyingning o'quvchilarga ta'siri

Kiberbullying o'quvchilarda turli psixologik va hissiy salbiy holatlarni keltirib chiqaradi:

Stress va xavotir – doimiy tahdid va haqorat o'quvchida qo'rquv va xavotirni kuchaytiradi.

O'ziga bo'lgan ishonchning pasayishi – doimiy tanqid va kamsitish o'quvchining o'z kuchiga bo'lgan ishonchini kamaytiradi.

Ijtimoiy izolyatsiya – o'quvchi o'zini yolg'iz his qiladi va do'stlar bilan muloqotdan chekinadi.

Ta'lim samaradorligining pasayishi – konsentratsiya va e'tibor muammolari tufayli o'quvchilarning o'qishdagi muvaffaqiyati susayadi.

Shuning uchun maktablarda kiberbullyingni oldini olish va unga qarshi psixologik himoya mexanizmlarini rivojlantirishga alohida e'tibor qaratish lozim.

Psixologik himoya mexanizmlari va ularni rivojlantirish

Psixologik himoya mexanizmlari – bu o'quvchilarning kiberbullying, stress va boshqa salbiy ta'sirlarga qarshi ruhiy chidamliligini oshiradigan metod va strategiyalar to'plamidir. Ularni rivojlantirish bir nechta asosiy yo'nalishda amalga oshiriladi:

O'z-o'zini anglash va ijobiy o'zini baholash

O'quvchilar o'z kuchi, imkoniyatlari va qobiliyatlarini to'g'ri baholashni o'rganishi kerak. Psixologlar individual va guruh mashg'ulotlari orqali

o'quvchilarda o'ziga bo'lgan ishonchni oshirish va kiberbullyingga nisbatan immunitetni kuchaytirish bo'yicha ishlaydi.

Stressni boshqarish ko'nikmalari

Kiberbullying holatlarida hissiy barqarorlikni saqlash muhimdir. Buning uchun nafas olish mashqlari, relaksatsiya texnikalari, hissiy yozuvlar va ijobiy vizualizatsiya ishlatiladi.

Ijtimoiy qo'llab-quvvatlashni rivojlantirish

Do'stlar, ota-onalar va pedagoglarning qo'llab-quvvatlashi o'quvchilarning ruhiy barqarorligini oshiradi. Shu bois maktablarda mentorlik, psixologik maslahat va guruh uchrashuvlari orqali qo'llab-quvvatlash tizimi yo'lga qo'yilishi zarur.

Muammoni hal qilish va muloqot ko'nikmalarini rivojlantirish

O'quvchilarga kiberbullyingni aniqlash, tegishli shaxs yoki muassasaga murojaat qilish, xavfsiz muloqot qilish va konfliktni hal qilish ko'nikmalari o'rgatiladi. Bu ularning o'zini himoya qilish imkoniyatini oshiradi.

Internet xavfsizligi bo'yicha ta'lim

O'quvchilarni internet xavfsizligi, shaxsiy ma'lumotlarni himoya qilish, parolni to'g'ri tanlash va onlayn tahdidlardan saqlanish bo'yicha muntazam ma'lumot bilan ta'minlash lozim.

O'ZINI BAHOLASH, ISHONCH VA EMOTSIONAL BARQARORLIKNI SHAKLLANTIRISH ORQALI KIBERBULLINGGA QARSHI IMMUNITET HOSIL QILISH

Kiberbullying holatida o'smir o'z tengdoshlari bilan munosabatda kuchaygan agressiyasini namoyon etadi. O'quvchilarning shaxs sifatida shakllanishida o'zini baholash va o'ziga bo'lgan ishonch muhim o'rin tutadi. O'zini baholash – bu shaxsning o'z qobiliyatlari, imkoniyatlari va xatti-harakatlariga beradigan bahosidir. Agar o'quvchi o'zini to'g'ri baholay olsa, u o'z kuchiga ishonadi, maqsad sari intiladi va turli qiyinchiliklarni yengishga harakat qiladi. Shu sababli maktab ta'lim jarayonida o'quvchilarda sog'lom o'zini baholash va o'ziga bo'lgan ishonchni shakllantirish muhim vazifalardan biri hisoblanadi.

Ba'zi o'quvchilarda o'zini past baholash holatlari uchraydi. Bunday o'quvchilar ko'pincha o'z qobiliyatiga ishonmaydi, darslarda faol qatnashmaydi va o'z fikrini erkin ifoda etishdan tortinadi. Buning sabablari turli xil bo'lishi mumkin: atrofdagilarning tanqidi, muvaffaqiyatsizlikdan qo'rqish, oilaviy muhit yoki tengdoshlar bilan munosabatlar. Agar o'quvchining o'ziga bo'lgan ishonchi past bo'lsa, bu uning o'qish faoliyati va shaxsiy rivojlanishiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin.

O'quvchilarda o'zini to'g'ri baholashni shakllantirish uchun pedagoglar va maktab psixologlari muhim rol o'ynaydi. Avvalo, o'quvchilarni qo'llab-quvvatlash va ularning har bir kichik yutug'ini e'tirof etish kerak. Rag'batlantirish o'quvchilarda ijobiy motivatsiyani shakllantiradi va o'z kuchiga ishonchni oshiradi. Shuningdek, o'quvchilarga xatolarni tabiiy jarayon sifatida qabul qilishni o'rgatish ham muhimdir. Chunki xato qilish orqali inson yangi tajriba orttiradi va rivojlanadi.

O'quvchilarda o'ziga bo'lgan ishonchni oshirish uchun turli psixologik mashg'ulotlar va treninglar tashkil etish ham foydali hisoblanadi. Masalan, guruhiy mashg'ulotlar, rolli o'yinlar, o'z fikrini erkin bayon qilishga qaratilgan topshiriqlar o'quvchilarning ijtimoiy faolligini oshiradi. Bu mashg'ulotlar orqali o'quvchilar o'z qobiliyatlarini namoyon etish imkoniyatiga ega bo'ladilar.

Zamonaviy axborot texnologiyalari bolalar va o'quvchilarning kundalik hayotida muhim rol o'ynaydi. Internet, ijtimoiy tarmoqlar va mobil ilovalar orqali o'quvchilar bilim olish, muloqot qilish va ko'ngilochar faoliyat bilan shug'ullanishadi. Shu bilan birga, kiberbullying – internet orqali tahdid, haqorat, yolg'on ma'lumot tarqatish yoki ijtimoiy kamsitish kabi zararli hodisalar – yoshlarning ruhiy salomatligiga salbiy ta'sir qiladi. Kiberbullying natijasida o'quvchilarda stress, xavotir, depressiya va o'ziga ishonchning pasayishi kuzatiladi.

Bunday vaziyatlarda psixologik immunitet – ya'ni o'quvchining ruhiy barqarorligi va stressga chidamliligi – kiberbullyingga qarshi muhim himoya mexanizmi hisoblanadi. Emotsional barqarorlikni shakllantirish orqali o'quvchilar kiberbullying holatlarida o'zini himoya qilish, hissiyotlarini boshqarish va salbiy holatlarni yengish ko'nikmalarini rivojlantiradilar.

Emotsional barqarorlik va kiberbullying

Emotsional barqarorlik – bu insonning turli stressli vaziyatlarga, shu jumladan, kiberbullying kabi zararli hodisalarga munosabatini boshqarish qobiliyatidir. Emotsional barqaror o'quvchi: Hissiyotlarini nazorat qiladi va impulsiv harakat qilmaydi. Salbiy vaziyatlardan tez tiklanadi. O'zini baholash va o'ziga bo'lgan ishonchi barqaror bo'ladi.

Ijtimoiy muammolarni mantiqiy va samarali hal qiladi.

Shu bilan birga, emotsional barqarorlik o'quvchilarda ijtimoiy qo'llab-quvvatlashga muhtojlikni kamaytiradi va ularning stressga chidamliligini oshiradi. Bu esa kiberbullyingga qarshi psixologik immunitetni hosil qiladi.

Psixologik immunitetni rivojlantirish usullari: hissiy yozuv va refleksiya mashqlari

O'quvchilar o'z his-tuyg'ularini yozib borish orqali ularni anglashni o'rganadi. Bu usul stressni kamaytiradi va hissiy barqarorlikni oshiradi.

Nafas olish va relaksatsiya texnikalari

Kiberbullying natijasida yuzaga kelgan stressni kamaytirish uchun chuqur nafas olish, qisqa meditatsiya va yengil jismoniy mashqlar tavsiya etiladi.

Ijobiy muloqot va qo'llab-quvvatlash tizimi

O'quvchilar do'stlari, ota-onalari va pedagoglar bilan ijobiy muloqot orqali ruhiy yordam oladi. Bu ular uchun xavfsiz ijtimoiy muhit yaratadi va kiberbullyingning salbiy ta'sirini kamaytiradi.

Muammoni hal qilish ko'nikmalarini rivojlantirish. O'quvchilarga konfliktlarni mantiqiy hal qilish, kiberbullyingni aniqlash va tegishli shaxs yoki muassasaga murojaat qilishni o'rgatish zarur. Bu ularning mustaqil qaror qabul qilish va o'zini himoya qilish ko'nikmalarini oshiradi.

O'ziga bo'lgan ishonchni mustahkamlash. Rag'batlantirish, kichik yutuqlarni e'tirof etish va ijobiy fikrlarni shakllantirish orqali o'quvchilarda o'ziga bo'lgan ishonchni oshirish muhimdir. O'zini qadrlash darajasi yuqori bo'lgan o'quvchilar kiberbullyingga kamroq ta'sirlanadi.

Tadbir va mashg'ulotlar. Maktab psixologlari va pedagoglar quyidagi amaliy mashg'ulotlarni tashkil etishlari mumkin:

Guruhiy treninglar va rolli o'yinlar orqali hissiy barqarorlikni oshirish.

Kiberbullying holatlari bilan bog'liq mini-suhbatlar va davra suhbatlari.

Nafas olish, meditatsiya va relaksatsiya mashqlari bo'yicha amaliy mashg'ulotlar.

Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash tizimlarini kuchaytirish, mentorlik va maslahat seanslari.

O'QUVCHILARDA INTERNET MADANIYATI VA XAVFSIZ ONLAYN XULQ-ATVORNI RIVOJLANTIRISH USULLARI

O'zbekiston Respublikasining "Axborotlashtirish to'g'risida"gi Qonunining 121- moddasiga binoan, hamma erkin foydalanishi mumkin bo'lgan axborotni Internet jahon axborot tarmog'ida tarqatish tartibi belgilab qo'yilgan. Globallashuv davrida axborot, internet madaniyati yoshlar uchun muhim tushunchaga aylandi, chunki ular turli xil axborot manbalari bilan doimo bog'liq bo'ladi va bu manbalarni to'g'ri tushunib, tahlil qilish muhimdir. Global axborot maydonida yoshlar turli xil madaniyatlar, tillar, iqtisodiy va ijtimoiy munosabatlar haqida turli xil ma'lumotlarga duch keladilar. Axborot oqimlarining shiddatli o'sishi natijasida yoshlarning axborotni qabul qilish qobiliyatini shakllantirishga ehtiyoj ortib bormoqda.

Richard Rorti kabi olimlar globallashuvning axborot oqimlariga ta'siri haqida shunday ta'kidlaydilar: "Globallashuv axborotga kirish imkoniyatlarini kengaytirayotgan bo'lsa-da, bu jarayonda yoshlarning tanqidiy fikrlash qobiliyatini rivojlantirish zarurati ham oshib bormoqda". Bu fikrdan kelib chiqadigan bo'lsak, globallashuv axborot oqimlarini kengaytirib, har qanday

axborot tez qabul qilish imkoniyatini bersa ham, uning ishonchligi va haqqoniyligi to'g'risidagi masalalarni hal qilish uchun yoshlarni tanqidiy fikrlashga tayyorlashimiz zarur.

M.Quronovning o'zining "Biz angelayotgan haqiqat" kitobida "Diqqat, Internet" sarlavhasi ostida quyidagi fikrlarni bayon etgan: "Hali Internetning inson hayotidagi o'rni haqida yakdil xulosa qilishga ertaroqqa o'xshaydi. "Texnologiya biznesa. Connect" jurnali o'zining 2003 yil 10- sonidagi "Informatsiya + natsiya" maqolasida xavotirli gaplarni yozdi. "Internetdan mustaqil foydalanuvchilarda, - deb yozadi jurnal, - o'zini o'zi barqaror identifikatsiya qilish, o'ziga xoslik yo'qola boradi. Odamning o'zini anglashi xiralashadi yoki beqaror bo'lib qoladi.."[2;5-6-b.] Kiber "Ommaviy madaniyat" dastlab, o'quvchi-yoshlarning ongiga ta'sir qilib, ularning didini, mentalitetini, milliy qarashlarini so'ndiradi. Bu esa axborot xavfsizligi madaniyatini shakllantirishdagi asosiy qurol bo'lgan tarbiya mezonlarini ishdan chiqaradi va o'quvchilarni mustaqil fikrlashdan, ijtimoiy munosabatdan, o'zligidan uzoqlashtiradi. Natijada yoshlar ongiga "axloqsizlik"ni madaniyat sifatida singdirish oson bo'ladi. Bu zamonaviy ma'naviy tahdid nafaqat axloqiy buzuqlikni, shu bilan bir qatorda zo'ravonlik, individualizm va egotsentrizm, terrorizmni, diniy ekstremizmni ham o'quvchi-yoshlar orasida keng ommalashtirishiga xizmat qilmoqda. Chunki kiber "ommaviy madaniyat" targ'ibotchilari ma'naviy tuban odamni so'zsiz bo'ysundirish osonligini yaxshi bilishadi. Bunday xavfli internet hujumlarini bartaraf yetish uchun avvalo o'quvchilarda axborotlarni to'g'ri tanlash, tahrirlarsh, maqsadli va sifatli ma'lumotlarni farqlashga oid ma'naviy-axloqiy ko'nikmalarni shakllantirish zarur. Buning uchun avvalo oilada, ta'lim jarayonida o'quvchilar bilan uzluksiz muloqotda bo'lish hamda internet tarmoqlarida ham o'quv jarayonlarida ham raqamli texnologiyalar va video kontentlar orqali milliy tarbiya an'alarimizni ularga targ'ib yetib borish lozimdir. Ta'limiy va psixologik tajribalardan shu ayonki, insonning dunyoqarashi u qabul qilayotgan axborotlar ta'sirida shakllanadi. O'quvchilarda axborot xavfsizligi madaniyatini shakllantirishning tarbiyaviy ahamiyati hozirgi axborot asrida juda katta va quyidagi jihatlar orqali namoyon bo'ladi:

birinchidan, shaxsiy himoya ko'nikmalari ya'ni informatika va axborot texnologiyalari darslarida o'quvchilarga o'z shaxsiy ma'lumotlarini qanday himoya qilish kerakligini o'rgatish ularning kiber xavfsizlik bo'yicha bilimlarini oshirish va ularni internetdagi tahdidlarga qarshi ongli tarbiyalash zarur;

ikkinchidan, mas'uliyat va etika ya'ni axborot xavfsizligi o'quvchilarning axborot etikasi va mas'uliyatni tushunishlariga yordam berish bu orqali ularda internetda qanday ongli harakat qilishni bilib, boshqa foydalanuvchilarning huquqlariga hurmat bilan munosabatda bo'lish tarbiyasi shakllanadi;

uchinchidan, tanqidiy fikrlash bu orqali o'quvchilarda bu ko'nikmani rivojlantirish orqali noto'g'ri ma'lumotlarni farqlash va haqiqiy axborotni aniqlashga o'rganadi hamda ularda axborotdan foydalanish madaniyati shakllanadi;

to'rtinchidan, doimiy xabardorlik va ogohlik bunda axborot xavfsizligi bo'yicha bilimlar o'quvchilarning xabardorlik darajasini oshiradi va ularning onlayn faoliyatlarida ko'proq ogoh bo'lishlariga yordam beradi;

beshinchidan, jamiyatimizning faol a'zosi sifatida ular o'zlari va boshqalar uchun xavfsiz axborot muhitini yaratishga ko'maklashadilar.

Bu jihatlar axborot xavfsizligi madaniyatini shakllantirishda tarbiyaviy ahamiyatni ifodalaydi va o'quvchilarning bilim, ko'nikma va qobiliyatlarini rivojlantirishda muhim rol o'ynaydi. Bu fikrlardan xulosa qilib aytish lozimki o'quvchilarni turli axloqsiz axborotlarni qabul qilishdan saqlash lozim. Chunki bunday axborotlar ularga fiziologik, biologik, gormonal ta'sirini o'tkazib axloq etiketlariga putur yetkazadi

O'smirlarda kiberbullyingga qarshi immunitet shakllanishi murakkab psixologik jarayon bo'lib, o'z-o'zini anglash, psixologik chidamlilik, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, o'zini boshqarish qobiliyati, ma'lumotlarni saralash va inkor etish kabi mexanizmlar bilan bog'liqdir. Ushbu mexanizmlarni rivojlantirish orqali o'smirlarning kiberbullyingga qarshi immunitetini kuchaytirish mumkin.

ALISHER NAVOIY ASARLARIDA SHAXS TARBIYASI MASALALARI VA BUGUNGI KUNDA IJTIMOYIY TARMOQLARNING YOSHLAR ODOB-AXLOQIGA TA'SIRI

XXI asr – axborot va texnologiyalar asri. Ijtimoiy tarmoqlar yoshlar hayotining ajralmas qismiga aylandi. Virtual muloqot, tezkor axborot almashinuvi, ommaviy madaniyat oqimi yoshlar ongiga kuchli ta'sir ko'rsatmoqda. Ayniqsa, kiberbulling, onlayn tajovuzkorlik, haqorat, yolg'on axborot tarqatish kabi holatlar yoshlar ruhiyati va axloqiy qarashlariga salbiy ta'sir qilmoqda. Bunday sharoitda milliy-ma'naviy merosga murojaat qilish dolzarbdir. Xususan, Alisher Navoiy ijodida shaxs tarbiyasi, komil inson g'oyasi, odob-axloq, til va muomala madaniyati masalalari chuqur yoritilgan. Mutafakkirning qarashlari bugungi kunda nafaqat o'z ahamiyatini saqlab qolgan, balki yanada ortib bormoqda.

Navoiy ijodida shaxs tarbiyasi va komil inson g'oyasi

Ma'lumki, Alisher Navoiy mutafakkir shoirlardan biridir. Mutafakkir so'zining ma'nosi tafakkur sohibi, keng va chuqur falsafiy mushohada yuritish salohiyatiga ega bo'lgan kishi, demakdir. ¹ Uning asarlarini kuzatar ekanmiz,

¹ Alisher Navoiy "Hikmatlar". O'zbekiston. – T. 2011

ular da hayotiy falsafa, insonga xos qadriyat va tuyg‘ular, fazilat va illatlar, ezgulik va yovuzlik, do‘st va dushmanlik, diyonat va hiyonat kabi qarama-qarshiliklarni mahurat bilan aks ettirilgani e‘tiborga molikdir.

*Nafsing etsa shuxlug‘, charx emgagidin qil adab,
Tiflni andoqki, zajr aylar falak birla adib.*²

Navoiyning “G‘aroyib us-sig‘ar” asaridan olingan mazkur misrada Navoiy shunday demoqchi:

-inson o‘z nafsini jilovlamasa, hayot uni mashaqqat bilan tarbiyalaydi.

-qiyinchilik – jazodan ko‘ra tarbiya vositasidir.

-komil inson bo‘lish uchun nafs ustidan g‘alaba qilish zarur.

Bu g‘oya bugungi kunda ham nihoyatda dolzarb, ayniqsa: Ijtimoiy tarmoqlardagi haddan oshish, tajovuzkorlik, axloqiy cheklovlarning buzilishi holatlarida Navoiy nafs tarbiyasini shaxs kamolotining asosi deb biladi.

Alisher Navoiy asarlarida inson kamoloti, avvalo, axloqiy poklik, halollik, sabr, hayo, kamtarlik, ilmga muhabbat orqali belgilanadi. Uning Mahbub ul-qulub asarida inson fazilatlar va illatlar keng tahlil qilinadi. Navoiy insonni nafs balosidan, jaholatdan, g‘iybat va hasaddan tiyilishga chaqiradi.

Hazrat Navoiyning quyida berilgan hikmatida esa kishi jamiyatda qanday qilib o‘z o‘rniga ega bo‘lishi xususida so‘z boradi:

*Xo‘b el bila suhbat tutubon xo‘b o‘lg‘il,
Yaxshini talab qilg‘ilu matlub o‘lg‘il,
Shirin so‘z ila xalqqa marg‘ub o‘lg‘il,
Yumshoq de hadisingni-yu, mahbub o‘lg‘il.*³

Yani: “Yaxshi odamlar bilan birga bo‘lib, o‘zing ham yaxshi bo‘l. Doim yaxshi odamlarning suhbatini izla-yu, o‘zing ham boshqalarga yoqimli bo‘l. Shirin so‘zing bilan kishilarning ko‘nglini top, muloyim gapir-u, sevimli bo‘l” – degan lo‘nda, oqilona fikrlar bayon etilgan.

Darhaqiqat, donishmand shoir yaxshi odamlar bilan birga bo‘lish negizida umuminsoniy qadriyatlarni: yaxshilik, shirinsuhanlik, yoqimlilik, muloyimlik bilan har bir inson qalbiga to‘g‘ri yo‘l topa bilish insoniy fazilatlarining eng ulug‘i, oddiy haqiqat ekanligini uqtirib, ko‘rsatib o‘tadi. Bu hikmat bugungi kunda ayniqsa dolzarb. Ijtimoiy tarmoqlarda yozilgan bir og‘iz haqorat yoki masxara minglab insonlar qalbini jarohatlaydi. Kiberbulling aynan til va so‘z orqali amalga oshiriladi. Demak, Navoiy ta‘kidlagan nutq madaniyati bugungi raqamli makonda ham asosiy axloqiy mezon bo‘lib qolmoqda. Xamsa dostonlarida ham komil inson timsoli yaratiladi. Xususan, adolat, vafodorlik, mehr-shafqat inson kamolotining

² Alisher Navoiy “Hikmatlar”. O‘zbekiston. – T. 2011

³ Алишер Навоий, Ибратли ҳикоятлар ва ҳислатли ҳикматлар, 106 – бет.

ajralmas mezoni sifatida ko'rsatiladi. Bu g'oyalar yoshlarni ma'naviy immunitet bilan qurollantirishda muhim ahamiyatga ega.

Bugungi kunda ijtimoiy tarmoqlarda quyidagi salbiy holatlar kuzatilmoqda:

- kiberbulling (onlayn haqorat va tahqirlash)
- soxta qahramonlar va yengil mashhurlik targ'iboti
- zo'ravonlik va tajovuzkorlikni normal hol sifatida ko'rsatish
- axloqsiz kontent tarqalishi
- g'iybat va bo'htonning tez yoyilishi

Kiberbulling – yangi davr tajovuzkorligining ko'rinishidir. U psixologik zo'ravonlik shaklida namoyon bo'lib, o'quvchilarda qo'rquv, tushkunlik, o'ziga ishonchsizlik, hatto depressiya holatlarini keltirib chiqaradi. Bu esa ta'lim jarayoniga salbiy ta'sir ko'rsatadi: diqqat pasayadi, o'qishga qiziqish kamayadi, ijtimoiy faollik susayadi.

Biz bugungi kunda yosh avlodni ma'naviy barkamol, umuminsoniy qadriyatlar ruhida tarbiyalashdek zalvorli, mashaqqatli, hech qachon kechiktirib bo'lmaydigan,

uzluksiz ravishda olib boriladigan komil inson tarbiyasida ulug' shoirning hikmatli so'zlaridan keng foydalanish dolzarb ekanligini ko'ramiz. Hazratning hikmatlarini o'qib, uqigan har bir inson qalbida iliqlik sezilganday dilimiz yorishadi. Xuddi izlayotgan jumboqqa javob topilganday tuyuladi, nazarimizda.

Ulug' shoirning quyidagi hikmatli so'ziga e'tibor beramiz:

*Uch qism ila iymong'a bino fahm ayla,
Avvalg'isini aning hayo fahm ayla,
Ikkinchisini dag'i vafo fahm ayla,
Uchunchini bilmasang, saxo fahm ayla.⁴*

Ya'ni: "Iymon binosini uch qismdan iborat deb angla: birinchisi hayo, ikkinchisi – vafo, uchinchisi – saxiylik." – degan fikrlarni bildiradi ulug' shoir. Demak, iymonli, e'tiqodli inson tarbiyasi haqida gap borar ekan, avvalo: hayo, vafo, saxiylik kabi fazilatlarsiz komillikka erishib bo'lmasligi lo'nda tarzda izohlab berilgan

Bugungi raqamli tahdidlarga qarshi kurashishda Navoiy merosi ma'naviy qalqon vazifasini o'tay oladi. Hazrat Navoiy nazdida kishi komillik rutbasiga yetmog'i uchun: odobli, muloyim tabiatli, hayoli, iboli, andishali; hayo pardasiga

⁴ Алишер Навоий, Ҳикматлар, 159 – бет.

o'ralgan, vafoli, sadoqatli, mehribon, izzat – ikromli, hayo va vafo birligini jamlagan⁵; saxovatpeshalikda bulutdek bo'lishi darkor.⁶

Navoiy hikmatlarida ilm olish, hunar kasb etishga da'vat yetakchilik qiladi:

*Donish tilayu, har sori gar ketgaysan,
Hifz aylamasang, varaq yig'ib netgaysen,
Sa'y aylaki, hifzi ganjig'a yetgaysen,
Yo'q ulki, kutub sa'y ila jam etgaysen.*⁷

Ya'ni: “Qayerga borma, ilm o'rganish payida bo'l, lekin kitob yiqqandan ko'ra, ilm ganjini xotirangga jo qilganing yaxshi, bas, kitob yig'ishga emas, yodingda saqlashga intil,” – deya nasihat qiladi shoir. U ilmni qunt bilan egallash kerakligi haqida ham o'z fikrlarini sodda, lo'nda holda uqtiradi:

Navoiy yoshlarni sabr-toqatli, andishali va pok niyatli bo'lishga da'vat etadi. Uning ta'lim-tarbiya haqidagi qarashlari zamonaviy pedagogika bilan uyg'unlashadi. Alisher Navoiyni pedagog-mudarris deb atashimiz mumkin. Chunki ta'lim-tarbiya masalalariga alohida e'tibor berib, tarbiya jarayonlarini, vositalarini, talablarini ko'rsatib o'tadi. U ta'limda ilmiylik, asoslanganlik, tarixiylik kabi talablarni asos qilib olgan buyuk pedagogdir.

Chunki boqiy hayotga intilgan Navoiy fikricha, dono inson o'zining kuch-quvvatiga aql-u zakovatiga ishonadi. Shuning uchun Navoiy ilm-fanning ahamiyatini yoritib berar ekan, ilmni qorong'ulikni yoritadigan chiroq, hayot yo'lini nurafshon etadigan quyosh, odamlarning haqiqiy qiyofasini ko'rsa-tadigan olim sifatida ta'riflaydi. Bu fikrni “Nazm ul-javohir” asarida:

Kim olim esa nuqtada barhak de oni,
Gap bazm tuzar bihishti mutlah de oni,
Har kimsaki yo`q ilmga anga ahmoq de oni,
Majlisdaki ilm bo`lsa uchmas de oni.

Yoki ilimli, aqlli odam o'z maqsadiga erishish uchun har qanday qiyinchilikka ham chidaydi, kim ilmni o'ziga tayanch qilib olsa, u hech qachon qoqilmaydi, xor bo'lmaydi va ilmning vazifasi inson baxt-saodatiga xizmat qilishdir, – deb ta'kidlaydi.

Demak, Alisher Navoiy o'zining badiiy asarlari bilan bir qatorda ta'limiy–axloqiy asarlarida o'zi orzu etgan komil insonga xos axloqiy fazilatlarini deb qanoat, adolat, saxovat, himmat, muruvvat, vafo, to'g'rilik, rostgo'ylik va boshqalarni tushungan, ana shu xislatlar tarkib topgan insonga yomonlik

⁵ “Vafog'a hayo bila payvastaliq, andoqki, hayog'a vafo bila vobastaliq.” Ya'ni: Vafo bilan hayoni qo'shish hayo va vafo birligini hosil qiladi. Алишер Навоий, Ҳикматлар, 41 – бет.

⁶ Saxiy bulutdur – ishi xirmon, balki maxzan bermak. Ya'ni: Saxiy kishi hosil xirmoni, balki xazinaga sabab bo'ladigan

bulutga o'xshaydi. Алишер Навоий, Ҳикматлар, 138 – бет.

⁷ Алишер Навоий, Ҳикматлар, 56 – бет.

razillik bo`lmasligi, bunday inson yashagan jamiyat ham ravnaq topishi, barcha xalq baxt-saodatga erishish mumkin, – deb hisoblagan.

Agar yoshlar Navoiy asarlaridagi komil inson mezonlarini anglab yetsalar, ular ijtimoiy tarmoqlardagi salbiy ta'sirlarga nisbatan barqarorroq bo'ladilar. Bu esa ma'naviy immunitetni shakllantiradi.

RAQAMLI TA'LIM SHAROITIDA O'QUVCHILARDA AXLOQIY ONGNI SHAKLLANTIRISHNING PEDAGOGIK ASOSLARI

Axborot-kommunikatsiya texnologiyalarining keng qo'llanilishi natijasida o'quvchilarturli xil axborot manbalariga tez va oson murojaat qilish imkoniga ega bo'lmoqda. Biroq axborotoqimining haddan tashqari ko'pligi, internet tarmog'ida uchraydigan zararli kontentlar, noto'g'ri axloqiy yo'nalishdagi materiallar o'quvchilarning ongiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Shu bois raqamli ta'lim sharoitida faqat bilim berish bilan cheklanib qolmasdan, balki o'quvchilarda axloqiy ong, ma'naviy madaniyat va ijtimoiy xulq-atvor me'yorlarini shakllantirish muhim pedagogik vazifaga aylanmoqda.

Axloqiy ong shaxsning jamiyatdagi xatti-harakatlarini tartibga soluvchi muhim ichki omil bo'lib, u insonning yaxshilik va yomonlik, adolat va adolatsizlik, mas'uliyat va burch kabi tushunchalarni anglashida namoyon bo'ladi. Raqamli ta'lim muhitida ushbu tushunchalar yangi mazmun kasb etib, "raqamli axloq", "axborot madaniyati", "internet etikasi" kabi tushunchalar bilan chambarchas bog'lanadi. Shu nuqtai nazardan, o'quvchilarda axloqiy ongni shakllantirishning pedagogik asoslarini ishlab chiqish zamonaviy ta'lim tizimi oldida turgan muhim vazifalardan biridir.

Ta'lim jarayonining raqamlashtirilishi o'qituvchining pedagogik faoliyatiga ham yangi talablarni qo'yimoqda. Endilikda o'qituvchi nafaqat bilim beruvchi, balki o'quvchilarning raqamli muhitdagi xulq-atvorini yo'naltiruvchi, ularni tanqidiy fikrlashga, axborotni to'g'ri tanlashga va undan mas'uliyat bilan foydalanishga o'rgatuvchi shaxs sifatida namoyon bo'lmoqda. Shu sababli raqamli ta'lim sharoitida axloqiy tarbiyani tashkil etishning mazmuni, shakl va metodlarini pedagogik jihatdan asoslash muhim ahamiyatga ega.

Mamlakatimizda ta'lim sohasini raqamlashtirishga qaratilgan islohotlar, zamonaviy ta'lim platformalarining joriy etilishi va raqamli kompetensiyalarni rivojlantirishga bo'lgan e'tibor o'quvchilarning har tomonlama barkamol shaxs bo'lib shakllanishini ta'minlashga xizmat qilmoqda. Biroq bu jarayonda axloqiy tarbiya masalalariga yetarlicha e'tibor qaratilmasa, ta'lim samaradorligi kutilgan natijani bermasligi mumkin. Shuning uchun ham raqamli ta'lim sharoitida o'quvchilarda axloqiy ongni shakllantirishning pedagogik asoslarini o'rganish,

ilmiy jihatdan tahlil qilish va amaliy tavsiyalar ishlab chiqish bugungi kunning dolzarb muammolaridan biri hisoblanadi.

Axloqiy ong tushunchasi va uning pedagogik mohiyati

Axloqiy ong — bu shaxsning jamiyatda qabul qilingan axloqiy me'yorlar, qadriyatlar va xulq-atvor qoidalarini anglash hamda ularga ongli ravishda amal qilish darajasidir. O'quvchilarda axloqiy ongning shakllanishi ularning ijtimoiylashuvi, shaxs sifatida kamoltopishi va jamiyatda munosib o'rin egallashida muhim ahamiyatga ega.

Pedagogik nuqtayi nazardan, axloqiy ong tarbiya jarayoni orqali shakllanadi va rivojlanadi. Raqamli ta'lim sharoitida esa axloqiy ongning mazmuni kengayib, raqamli etikaga rioya qilish, axborotdan to'g'ri foydalanish, virtual muloqot madaniyati va mas'uliyatli raqamli xulq-atvor kabi jihatlarni o'z ichiga oladi.

Raqamli ta'lim sharoitida axloqiy tarbiyaning dolzarbligi

Raqamli ta'lim muhiti o'quvchilarga mustaqil o'rganish, axborotni tezkor izlash va global muloqot qilish imkonini beradi. Biroq bu jarayonda axloqiy xavflar ham yuzaga kelmoqda. Jumladan, nomaqbul axborotlarning tarqalishi, plagiat, kiberbulling, virtual muloqotda odobaxloq qoidalariga rioya etilmasligi o'quvchilarning axloqiy ongiga salbiy ta'sir ko'rsatmoqda. Shu bois raqamli ta'lim sharoitida axloqiy tarbiyani kuchaytirish, o'quvchilarda mas'uliyatli raqamli xulq-atvorni shakllantirish pedagogikaning dolzarb vazifalaridan biri hisoblanadi.

O'quvchilarda axloqiy ongni shakllantirishning pedagogik asoslari

Raqamli ta'lim sharoitida o'quvchilarda axloqiy ongni shakllantirish quyidagi pedagogic asoslarga tayanadi:

Aksiologik yondashuv — o'quvchilarda milliy va umuminsoniy axloqiy qadriyatlarni

singdirish, raqamli muhitda ham ushbu qadriyatlarga amal qilishni ta'minlash;

Shaxsga yo'naltirilgan yondashuv — har bir o'quvchining yosh, psixologik va

individual xususiyatlarini hisobga olgan holda tarbiyaviy ta'sirni tashkil etish;

Faoliyatga asoslangan yondashuv — o'quvchilarni raqamli loyihalar, muammoli vaziyatlar va muhokamalar orqali axloqiy qaror qabul qilishga o'rgatish;

Kompetensiyaviy yondashuv — axborot madaniyati, media savodxonlik va ijtimoiy mas'uliyat kabi axloqiy kompetensiyalarni shakllantirish.

Mazkur yondashuvlar raqamli ta'lim jarayonida axloqiy ongni shakllantirishning

pedagogik poydevorini tashkil etadi.

Amaliy jihatlar va pedagogik shart-sharoitlar

Raqamli ta'limda axloqiy ongni shakllantirish samaradorligi o'qituvchining pedagogic mahorati va raqamli kompetensiyasiga bevosita bog'liq. O'qituvchi raqamli muhitda axloqiy xulq-atvor namunasi bo'lishi, o'quvchilarga shaxsiy namunasi orqali ta'sir ko'rsatishi zarur. Amaliy tajribalar shuni ko'rsatadiki, raqamli platformalarda axloqiy masalalarga bag'ishlangan topshiriqlar, muhokamalar va loyiha ishlari o'quvchilarning axloqiy ongini rivojlantirishda samarali hisoblanadi.

RAQAMLI MAKONDA O'QUVCHILARNING AXLOQIY MAS'ULIYATINI SHAKLLANTIRISHDA O'QITUVCHI ROLI

Virtual muhitda axborotdan foydalanishning erkinligi, anonimlik imkoniyatlari hamda nazorat mexanizmlarining cheklanganligi o'quvchilarning axloqiy xulq-atvoriga ma'lum tahdidlarni yuzaga keltirmoqda. Xususan, internetdan noto'g'ri foydalanish, kiberbulling, plagiat, yolg'on axborot tarqatish kabi holatlar o'quvchilarda mas'uliyatsizlik va befarqlikning kuchayishiga olib kelmoqda. Bunday vaziyatda o'qituvchining raqamli makondagi pedagogik roli yanada dolzarb ahamiyat kasb etadi.

Mazkur maqolaning maqsadi raqamli makonda o'quvchilarning axloqiy mas'uliyatini shakllantirishda o'qituvchining rolini yoritish hamda ushbu jarayonni samarali tashkil etish bo'yicha ilmiy-amaliy tavsiyalar berishdan iborat.

Raqamli makon deganda internet tarmog'i, raqamli ta'lim platformalari va axborot texnologiyalari orqali tashkil etiladigan ta'limiy va kommunikativ faoliyatlar majmui tushuniladi. Pedagogik nuqtai nazardan qaralganda, raqamli makon o'quvchining bilim olishi, muloqot qilishi va shaxs sifatida shakllanishiga bevosita ta'sir etuvchi muhim muhit hisoblanadi.

Axloqiy mas'uliyat esa shaxsning o'z xatti-harakatlari uchun ijtimoiy va ma'naviy javobgarlikni his etishidir. O'quvchilarda axloqiy mas'uliyat axloqiy bilimlar, qadriyatlar, ijtimoiy burchni anglash va ongli xulq-atvor orqali namoyon bo'ladi. Raqamli muhitda ushbu mas'uliyat yanada kengayib, o'quvchining virtual makondagi har bir faoliyati uchun javobgarligini anglashini talab etadi.

Virtual muhitda axloqiy me'yorlar o'ziga xos xususiyatlarga ega bo'lib, masofaviy muloqot va anonimlik ayrim hollarda axloqiy cheklovlarning buzilishiga olib keladi. Shu sababli raqamli makonda axloqiy me'yornlarni shakllantirish alohida pedagogik yondashuvni talab qiladi.

Raqamli muhitda o'quvchilarning axloqiy mas'uliyatini shakllantirish jarayonida bir qator muammolar mavjud. Ulardan biri internetdagi axborotdan noto'g'ri foydalanish holatlaridir. O'quvchilar ko'pincha axborot manbalarini

tanlashda tanqidiy yondashuvga ega emasliklari sababli zararli yoki ishonchsiz ma'lumotlardan foydalanadilar.

Shuningdek, kiberbulling, plagiat va soxta axborot tarqatish holatlari ham o'quvchilar axloqiy mas'uliyatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Bu kabi holatlar o'quvchilarda boshqalarga nisbatan hurmatsizlik, mas'uliyatsizlik va befarqlikning shakllanishiga olib keladi. O'quvchilarda axloqiy mas'uliyatsizlikka olib keluvchi omillar qatoriga nazoratning sustligi, otaonalar e'tiborining yetishmasligi hamda raqamli savodxonlikning past darajasi kiradi. Ushbu muammolarni bartaraf etishda o'qituvchining pedagogik faoliyati muhim ahamiyatga ega.

Raqamli makonda o'qituvchi nafaqat bilim beruvchi, balki tarbiyachi va yo'naltiruvchi sifatida ham faoliyat yuritadi. O'qituvchining shaxsiy namunasi o'quvchilarda mas'uliyatli xulqatvorni shakllantirishda muhim omil hisoblanadi.

O'qituvchi o'quvchilarga raqamli etika, muloqot madaniyati va internetdan xavfsiz foydalanish qoidalarini o'rgatishi zarur. Dars jarayonida axloqiy masalalarni muhokama qilish, real hayotiy misollar orqali tushuntirish samarali natija beradi.

Shuningdek, o'qituvchi–o'quvchi–ota-ona hamkorligi raqamli tarbiya jarayonining muhim tarkibiy qismi hisoblanadi. Ushbu hamkorlik o'quvchilarning raqamli muhitdagi xulqatvorini nazorat qilish va yo'naltirish imkonini beradi.

O'qituvchi onlayn platformalarda hurmatli va mas'uliyatli muloqotni namoyon etishi, axborot manbalariga havola berish, mualliflik huquqiga rioya qilish orqali o'quvchilarda mas'uliyatli munosabatni shakllantiradi. Shuningdek, o'qituvchining ijtimoiy tarmoqlardagi faolligi, bahs-munozaralarda madaniyatli fikr bildira olishi o'quvchilarga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Bundan tashqari, o'qituvchi raqamli texnologiyalardan maqsadga muvofiq va me'yorida foydalanish orqali o'quvchilarga vaqtni to'g'ri taqsimlash va internetdan samarali foydalanish ko'nikmalarini singdiradi. Bu holat o'quvchilarda ongli va mas'uliyatli xulqatvorni shakllantirishga xizmat qiladi.

Avvalo, o'qituvchi o'quvchilarda raqamli muhitda hurmat, bag'rikenglik va mas'uliyat kabi axloqiy qadriyatlarni shakllantirishi lozim. Bu jarayonda virtual muloqotdagi etik normalar, kiberbullingning oldini olish, boshqalarning fikriga hurmat bilan munosabatda bo'lish masalalariga alohida e'tibor qaratiladi. Shuningdek, o'qituvchining vazifalariga axborotni tanlash va baholash ko'nikmalarini rivojlantirish ham kiradi. O'quvchilarga *ishonchli manbalarni ajrata olish, yolg'on va zararli axborotdan himoyalalanish, shaxsiy ma'lumotlarni saqlash* qoidalarini tushuntirish raqamli madaniyatning muhim tarkibiy qismi hisoblanadi.

Bundan tashqari, o'qituvchi o'quvchilarga *mualliflik huquqiga rioya qilish, plagiatga yo'l qo'ymaslik va axborotdan qonuniy foydalanish masalalarini* amaliy

misollar orqali tushuntirishi lozim. Bu esa o'quvchilarda axloqiy mas'uliyat va huquqiy ongni shakllantirishga xizmat qiladi. O'quvchilarda axloqiy mas'uliyatni shakllantirishda interaktiv va muammoli ta'lim metodlaridan foydalanish samarali hisoblanadi. Munozaralar, vaziyatli topshiriqlar va loyiha ishlari o'quvchilarning mustaqil fikrlashini rivojlantiradi. Raqamli tarbiya elementlarini darslarga integratsiya qilish, ya'ni fan mazmuniga axloqiy va raqamli madaniyatga oid masalalarni kiritish muhim ahamiyatga ega. Bu o'quvchilarda ongli va mas'uliyatli munosabatni shakllantiradi. Onlayn muhitda nazorat va tahlil mexanizmlaridan oqilona foydalanish ham axloqiy mas'uliyatni rivojlantirishga xizmat qiladi. Bunda o'qituvchi yo'naltiruvchi va maslahat beruvchi rolini bajaradi.

Xulosa qilib aytganda, raqamli makonda o'quvchilarning axloqiy mas'uliyatini shakllantirish ta'lim tizimining muhim vazifalaridan biridir. Ushbu jarayonda o'qituvchining pedagogik roli yetakchi ahamiyat kasb etadi. O'qituvchining shaxsiy namunasi, raqamli etika va madaniyatni o'rgatishdagi faoliyati o'quvchilarning ongli xulq-atvorini shakllantirishga xizmat qiladi.

TA'LIM JARAYONIDA KIBERXAVFSIZLIK MADANIYATINI SHAKLLANTIRISH

Kiberxavfsizlik madaniyatini shakllantirish jarayoni avvalo o'quvchilarda raqamli savodxonlik darajasini oshirishdan boshlanadi. Raqamli savodxonlik o'quvchining onlayn muhitdagi axborotni tanlay olish, ishonchli va ishonchsiz manbalarni farqlash, shuningdek, virtual muloqotda odob-axloq me'yorlariga rioya qilish qobiliyatini o'z ichiga oladi. Bu ko'nikmalar o'quvchilarning raqamli muhitda o'zini himoyalangan his etishiga va salbiy holatlarga nisbatan to'g'ri munosabat bildirishiga xizmat qiladi. Ta'lim jarayonida kiberxavfsizlikka oid bilimlarni integratsiyalash muhim ahamiyatga ega. Ushbu masalalarni alohida fan doirasida emas, balki mavjud o'quv fanlari mazmuniga uyg'unlashtirib berish orqali o'quvchilarning amaliy tushunchalari shakllantiriladi. Masalan, informatika mashg'ulotlarida parol yaratish qoidalari, ijtimoiy fanlarda raqamli huquq va majburiyatlar, sinf soatlarida esa onlayn muomala madaniyati bo'yicha muhokamalar olib borilishi mumkin.

Shuningdek, o'quvchilarda tanqidiy fikrlash ko'nikmalarini rivojlantirish kiberxavfsizlik madaniyatining muhim tarkibiy qismi hisoblanadi. Tanqidiy yondashuv orqali o'quvchilar yolg'on axborotlar, zararli havolalar va manipulyativ kontentni aniqlashni o'rganadilar. Bu esa ularning turli aldov va firibgarlik holatlariga tushib qolish ehtimolini kamaytiradi. Pedagoglarning bu boradagi roli alohida e'tiborga loyiqdir. O'qituvchi nafaqat bilim beruvchi, balki o'quvchilar uchun raqamli muhitda namunaviy xulq-atvor egasi bo'lishi lozim. Dars

jarayonida va darsdan tashqari faoliyatda pedagoglarning to'g'ri yo'l-yo'riq ko'rsatishi, muammoli vaziyatlarda o'quvchilarga psixologik va ma'naviy yordam berishi kiberxavfsizlik madaniyatining mustahkamlanishiga xizmat qiladi [2].

Bundan tashqari, profilaktik tadbirlar va tarbiyaviy mashg'ulotlar orqali o'quvchilarning raqamli muhitdagi mas'uliyati oshiriladi. Treninglar, suhbatlar, amaliy mashg'ulotlar hamda real hayotiy vaziyatlar asosida tashkil etilgan muhokamalar o'quvchilarning mustaqil qaror qabul qilish qobiliyatini rivojlantiradi. Natijada ular raqamli makonda yuzaga kelishi mumkin bo'lgan xavfli holatlarga nisbatan ongli va ehtiyotkor munosabatni shakllantiradilar. Kiberxavfsizlik madaniyatini shakllantirish jarayoni avvalo o'quvchilarda raqamli savodxonlik darajasini oshirishdan boshlanadi. Raqamli savodxonlik o'quvchining onlayn muhitdagi axborotni tanlay olish, ishonchli va ishonchsiz manbalarni farqlash, shuningdek, virtual muloqotda odob-axloq me'yorlariga rioya qilish qobiliyatini o'z ichiga oladi. Bu ko'nikmalar o'quvchilarning raqamli muhitda o'zini himoyalangan his etishiga va salbiy holatlarga nisbatan to'g'ri munosabat bildirishiga xizmat qiladi.

Ta'lim jarayonida kiberxavfsizlikka oid bilimlarni integratsiyalash muhim ahamiyatga ega. Ushbu masalalarni alohida fan doirasida emas, balki mavjud o'quv fanlari mazmuniga uyg'unlashtirib berish orqali o'quvchilarning amaliy tushunchalari shakllantiriladi. Masalan, informatika mashg'ulotlarida parol yaratish qoidalari, ijtimoiy fanlarda raqamli huquq va majburiyatlar, sinf soatlarida esa onlayn muomala madaniyati bo'yicha muhokamalar olib borilishi mumkin. Pedagoglarning bu boradagi roli alohida e'tiborga loyiqdir. O'qituvchi nafaqat bilim beruvchi, balki o'quvchilar uchun raqamli muhitda namunaviy xulq-atvor egasi bo'lishi lozim. Dars jarayonida va darsdan tashqari faoliyatda pedagoglarning to'g'ri yo'l ko'rsatishi, muammoli vaziyatlarda o'quvchilarga psixologik va ma'naviy yordam berishi kiberxavfsizlik madaniyatining mustahkamlanishiga xizmat qiladi.

Bundan tashqari, profilaktik tadbirlar va tarbiyaviy mashg'ulotlar orqali o'quvchilarning raqamli muhitdagi mas'uliyati oshiriladi. Treninglar, suhbatlar, amaliy mashg'ulotlar hamda real hayotiy vaziyatlar asosida tashkil etilgan muhokamalar o'quvchilarning mustaqil qaror qabul qilish qobiliyatini rivojlantiradi. Natijada ular raqamli makonda yuzaga kelishi mumkin bo'lgan xavfli holatlarga nisbatan ongli va ehtiyotkor munosabatni shakllantiradilar.

Kiberxavfsizlik madaniyatini shakllantirishda zamonaviy texnologik vositalardan oqilona foydalanish ham muhim o'rin tutadi. Maxsus filtrlash dasturlari, ota-ona nazorati ilovalari hamda xavfsiz ta'lim platformalari orqali o'quvchilar duch keladigan salbiy kontentlar cheklanadi. Bu esa o'quv jarayonining yanada xavfsiz va nazorat ostida olib borilishiga zamin yaratadi.

Bundan tashqari, o'quvchilarning o'zaro hamkorligi va jamoaviy mas'uliyatini oshirish kiberxavfsizlik madaniyatining muhim jihatlaridan biridir. Tengdoshlar o'rtasida ijobiy muloqotni rag'batlantirish, o'zaro hurmat va qo'llab-quvvatlash muhitini yaratish orqali salbiy holatlarning oldi olinadi. O'quvchilarning bir-biriga befarq bo'lmasligi va muammo yuzaga kelganda yordam ko'rsatishi sog'lom raqamli muhitni shakllantiradi.

Shuningdek, baholash va tahlil mexanizmlarini joriy etish kiberxavfsizlikka oid ishlarning samaradorligini aniqlash imkonini beradi. O'quvchilarning bilim darajasi, xulq-atvori va munosabatidagi o'zgarishlarni muntazam o'rganish asosida ta'lim jarayonini takomillashtirish mumkin bo'ladi. Bu esa kiberxavfsizlik madaniyatining barqaror rivojlanishiga xizmat qiladi.

Kiberxavfsizlik madaniyatini shakllantirish masalasi so'nggi yillarda pedagogika, psixologiya va axborot texnologiyalari yo'nalishidagi ilmiy tadqiqotlarda keng yoritilmoqda. Xorijiy va mahalliy olimlar ushbu muammoni asosan raqamli ta'lim sharoitida shaxs xavfsizligini ta'minlash, o'quvchilarning axborot bilan ishlash madaniyatini rivojlantirish hamda ularning virtual muhitdagi xulq-atvorini tartibga solish nuqtayi nazaridan o'rganib kelmoqdalar.

Bir qator xorijiy tadqiqotlarda kiberxavfsizlik madaniyati raqamli kompetensiyaning muhim tarkibiy qismi sifatida talqin qilinadi. Tadqiqotchilar ushbu tushunchani foydalanuvchining texnologik bilimlari bilan bir qatorda axloqiy mas'uliyati, huquqiy ong darajasi va ijtimoiy xulq-atvori bilan bog'liq holda izohlaydilar. Ularning fikricha, faqat texnik bilimlarga yetarli bo'lmay, balki shaxsning raqamli muhitdagi xatti-harakatlarini boshqarish qobiliyati ham muhim hisoblanadi.

Rossiya ilmiy maktabida kiberxavfsizlik madaniyati, bolalar va o'smirlarning raqamli muhitdagi xulq-atvori masalalari psixologik va pedagogik nuqtayi nazardan chuqur o'rganilgan. Ushbu yo'nalishda yetakchi olimlardan biri **G.U. Soldatova** hisoblanadi. Uning tadqiqotlarida bolalar va o'smirlarning internet muhitidagi xatti-harakatlari, raqamli xavflarga munosabati hamda ularni himoyalash mexanizmlari tahlil qilingan [3]. Olimaning fikricha, kiberxavfsizlik madaniyati shaxsning yosh xususiyatlari va psixologik rivojlanish darajasini hisobga olgan holda shakllantirilishi lozim.

G.U. Soldatova bilan hamkorlikda faoliyat olib borgan **E.I. Rasskazova** o'z ilmiy ishlarida internetdan foydalanish bilan bog'liq xulqiy muammolarni, xususan, internetga qaramlik va raqamli muhitdagi emotsional holatlarni o'rgangan. Tadqiqotlarda o'quvchilarning onlayn faoliyatini nazorat qilishdan ko'ra, ularda o'zini boshqarish va ongli tanlov qilish ko'nikmalarini rivojlantirish muhimligi ta'kidlanadi. Bu yondashuv kiberxavfsizlik madaniyatini shakllantirishda psixologik tayyorgarlikning ahamiyatini ko'rsatadi [4].

Yana bir taniqli rossiyalik olim **A.E. Voyskunskiy** raqamli muhit psixologiyasi masalalarini o'rganib, virtual makon shaxs xulq-atvoriga qanday ta'sir ko'rsatishini ilmiy asosda tahlil qilgan. Uning tadqiqotlarida internet muloqotining o'ziga xos jihatlari, anonimlik va mas'uliyat muammolari yoritilgan. Olim ta'lim jarayonida raqamli muhit bilan ishlash madaniyatini shakllantirish o'quvchilarning ijtimoiy moslashuviga ijobiy ta'sir ko'rsatishini ta'kidlaydi [5].

Tahlillar shuni ko'rsatadiki, ta'lim jarayonida kiberxavfsizlik madaniyatini shakllantirish zamonaviy ta'lim tizimining muhim va ajralmas yo'nalishlaridan biridir. Raqamli muhitning kengayib borishi o'quvchilardan nafaqat texnologiyalardan foydalanish ko'nikmalarini, balki axborot bilan ishlashda mas'uliyatli va ongli munosabatni ham talab etadi. Shu bois kiberxavfsizlik madaniyati o'quvchi shaxsining intellektual, ijtimoiy va axloqiy rivojlanishi bilan uzviy bog'liq holda qaralishi lozim.

Olib borilgan ilmiy tahlillar kiberxavfsizlik madaniyatini shakllantirish jarayoni tizimli yondashuvni talab etishini ko'rsatadi. Bu jarayonda ta'lim mazmuni, tarbiyaviy ishlar, psixologik qo'llab-quvvatlash hamda tashkiliy-me'yoriy mexanizmlarning o'zaro uyg'unligi muhim ahamiyat kasb etadi. Ayniqsa, o'quvchilarning yosh va individual xususiyatlarini inobatga olish, ularning raqamli muhitdagi xulq-atvorini ilmiy asosda yo'naltirish kutilgan natijalarga erishishimkonini beradi.

Shuningdek, tadqiqotlar natijalari pedagoglarning kasbiy tayyorgarligi va mas'uliyatini kuchaytirish zarurligini ko'rsatmoqda. O'qituvchilarning kiberxavfsizlikka oid bilim va ko'nikmalari o'quvchilarda sog'lom raqamli muhitni shakllantirishda muhim omil hisoblanadi. Bu jarayonda oila va ta'lim muassasasi o'rtasidagi hamkorlik ham muhim bo'lib, u o'quvchilarning raqamli muhitdagi faoliyatini muvofiqlashtirish va nazorat qilishda samarali vosita bo'lib xizmat qiladi. Kiberxavfsizlik madaniyatini shakllantirish ta'lim jarayonining uzluksiz va strategik vazifasi bo'lib, u o'quvchilarning raqamli makonda xavfsiz, mas'uliyatli va ongli faoliyat yuritishini ta'minlashga qaratilgan. Mazkur yo'nalishda olib boriladigan ilmiytadqiqotlar va amaliy ishlar ta'lim tizimining sifatini oshirish hamda yosh avlodni zamonaviy raqamli jamiyat talablariga mos holda tarbiyalashga xizmat qiladi.

JADIDLAR PEDAGOGIK MEROSIDA AXLOQIY TARBIYA MASALASI VA UNING RAQAMLI TA'LIM SHAROITIDAGI TALQINI

Jadidchilik harakati XIX asr oxiri – XX asr boshlarida Turkiston hududida shakllanib, uning asosiy maqsadi jamiyatni ma'rifat orqali uyg'otish, millat kelajagini ta'lim va tarbiya asosida yuksaltirishdan iborat bo'lgan. Jadidlar ta'limni faqat savod chiqarish bilan cheklab qo'ymasdan, shaxsning axloqiy va ma'naviy

kamolotini ta'minlovchi jarayon sifatida talqinetganlar. Ular nazarida tarbiya jamiyat taraqqiyotining poydevori bo'lib, axloqiy tarbiya ilmiy bilimlardan ustun ahamiyat kasb etgan.

Xususan, Abdulla Avloniy axloqiy tarbiyaning jamiyat hayotidagi hal qiluvchi rolini alohida ta'kidlab, shunday yozadi: "Tarbiya bizlar uchun yo hayot, yo mamot, yo najot, yo halokat masalasidir"[2]. Ushbu fikr jadidlar pedagogik qarashlarida axloqiy tarbiyaning markaziy o'rinda ekanini yaqqol ko'rsatadi. Avloniyga ko'ra, axloqan yetuk bo'lmagan jamiyat ilmiy taraqqiyotga erisha olmaydi, chunki ilm tarbiya bilan uyg'unlashgandagina ijtimoiy foyda keltiradi.

Mahmudxo'ja Behbudiy ham ta'lim jarayonida axloqiy tarbiyani muhim deb hisoblab, yosh avlodni ongli, mas'uliyatli va vatanparvar etib tarbiyalashni millat ravnaqi bilan bog'lagan[3]. Munavvarqori Abdurashidxonov esa yangi usul maktablarida tarbiyaviy ishlarni kuchaytirish, bolalarda to'g'ri xulq-atvor va mustaqil fikrlashni shakllantirish zarurligini ilgari surgan[4]. Shunday qilib, jadidlar pedagogik merosida axloqiy tarbiya ta'lim jarayonining ajralmas tarkibiy qismi sifatida namoyon bo'ladi.

Demak, jadidlar pedagogik merosida axloqiy tarbiya ilm bilan uzviy bog'langan bo'lib, shaxs kamolotining asosiy sharti sifatida talqin etilgan. Raqamli ta'lim muhitida axloqiy ongni shakllantirish muammolari haqida bugungi zamonaviy raqamli ta'lim muhitida bilim olish jarayoni tezkor va qulay bo'lsada, u bilan birga bir qator axloqiy muammolar ham yuzaga kelmoqda. Internet tarmog'ida noto'g'ri axborotlar, zo'ravonlikni targ'ib qiluvchi materiallar, kiberbulling holatlari o'quvchilarning ruhiy va ma'naviy rivojiga salbiy ta'sir ko'rsatmoqda. Raqamli muhitda axloqiy mas'uliyatning pasayishi, virtual muloqotda odob me'yorlariga amal qilmaslik holatlari ko'paymoqda. Bu esa o'quvchilarda real hayotdagi ijtimoiy munosabatlarga nisbatan beparvolikni keltirib chiqarishi mumkin. Shunday sharoitda raqamli ta'lim faqat texnologik jarayon emas, balki kuchli tarbiyaviy mexanizmga ega bo'lishi zarur.

Mazkur muammolarni hal etishda milliy pedagogik qadriyatlar, xususan jadidlarning axloqiy tarbiya haqidagi qarashlari muhim nazariy asos bo'lib xizmat qilishi mumkin.

Jadidlar pedagogik merosini raqamli ta'lim sharoitida talqin etish, avvalo, ularning tarbiya haqidagi asosiy g'oyalarini zamonaviy muhitga moslashtirishni talab etadi. Jadidlar ilgari surgan halollik, mas'uliyat, odob-axloq, ilmga hurmat kabi tushunchalar bugungi raqamli makonda "raqamli axloq" tushunchasi bilan uyg'unlashadi.

Raqamli ta'lim jarayonida o'quvchilarda axloqiy ongni shakllantirish uchun:

- internetdan foydalanish madaniyatini o'rgatish;
- axborotga tanqidiy yondashuvni rivojlantirish;

- virtual muloqotda odob-axloq me'yorlariga amal qilish ko'nikmalarini shakllantirish zarur.

Bu jarayonda jadidlar pedagogik merosidan foydalanish, ularning asarlaridagi tarbiyaviy g'oyalarni zamonaviy pedagogik texnologiyalar bilan uyg'unlashtirish muhim ahamiyatga ega. Shunday yondashuv orqali raqamli ta'lim nafaqat bilim beruvchi, balki ma'naviy barkamol shaxsni tarbiyalovchi muhitga aylanishi mumkin. Jadidlar pedagogik merosida axloqiy tarbiya masalasi markaziy o'rinni egallaydi. Ularning tarbiya haqidagi qarashlari bugungi raqamli ta'lim sharoitida ham o'z dolzarbligini yo'qotmagan. Aksincha, zamonaviy raqamli muhitda yuzaga kelayotgan axloqiy muammolar jadidlar g'oyalariga qayta murojaat qilish zaruratini yanada kuchaytirmoqda. Jadidlar merosini raqamli ta'lim jarayoniga integratsiya qilish orqali o'quvchilarda nafaqat bilim, balki yuksak axloqiy ong va mas'uliyatni shakllantirish mumkin. Bu esa barkamol avlod tarbiyasining muhim omili hisoblanadi.

BOSHLANG'ICH SINIF O'QUVCHILARIDA KIBERXAVFSIZLIK IMKONIYATLARINI SHAKLLANTIRISH

Boshlang'ich sinf o'quvchilarining yosh xususiyatlari va kiberxavfsizlik. Boshlang'ich sinf o'quvchilari (7–10 yosh) axborotni asosan obrazlar orqali qabul qiladi, ularning tanqidiy fikrlash qobiliyati hali to'liq shakllanmagan bo'ladi. Shu sababli ular internetdagi har qanday axborotni to'g'ri yoki noto'g'riligini ajrata olmaydi. Bu holat bolalarni zararli kontent, begona shaxslar va kiberfiribgarlik kabi xavflarga nisbatan himoyasiz qiladi.

Pedagog bu yosh davrida murakkab texnik tushunchalarni emas, balki oddiy, hayotiy va tushunarli qoidalarni singdirishi zarur.

Kiberxavfsizlik madaniyatini shakllantirishning pedagogik jihatlari. Boshlang'ich sinf o'quvchilari uchun kiberxavfsizlik quyidagi oddiy qoidalar orqali tushuntiriladi: shaxsiy ma'lumotlarni (ism, manzil, parol) begonalarga bermaslik; ota-ona yoki o'qituvchidan ruxsatsiz sayt va ilovalardan foydalanmaslik; tushunarsiz xabar va havolalarni ochmaslik. Bu qoidalar ertaklar, rasm va multfilmlar orqali mustahkamlanadi.

Boshlang'ich sinflarda o'yin faoliyati yetakchi hisoblanadi. Shu bois kiberxavfsizlikni rolli o'yinlar, sahnalashtirilgan vaziyatlar, savol-javoblar orqali o'rgatish samarali natija beradi. Masalan, "Begona xabar yozsa nima qilamiz?" kabi o'yinlar bolalarda to'g'ri qaror qabul qilish ko'nikmasini shakllantiradi. Tarbiyaviy jarayon bilan uzviy bog'lash.

Kiberxavfsizlik madaniyati axloqiy tarbiya bilan chambarchas bog'liq. Boshlang'ich sinf o'quvchilariga internetda odob bilan gaplashish, boshqalarni haqorat qilmaslik, onlayn o'yinlarda halol bo'lish kabi tushunchalar singdiriladi. Bu orqali bolalarda raqamli muhitda mas'uliyatli xulq shakllanadi. Boshlang'ich

sinf o'qituvchisi o'quvchilar uchun asosiy namuna hisoblanadi. O'qituvchining texnologiyadan to'g'ri foydalanishi, axborotni tekshirib ulashishi va raqamli madaniyatga amal qilishi o'quvchilarga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Boshlang'ich sinf o'quvchisining internetdan foydalanishi ko'p hollarda uy sharoitida amalga oshiriladi. Shu sababli pedagog ota-onalar bilan hamkorlikda tavsiyalar berishi, suhbat va yig'ilishlar o'tkazishi, umumiy xavfsizlik qoidalarini ishlab chiqishi lozim. Bu hamkorlik kiberxavfsizlik madaniyatini mustahkamlashga xizmat qiladi.

Boshlang'ich sinf o'quvchilarida kiberxavfsizlik madaniyatini shakllantirish uzluksiz va tizimli pedagogik jarayon hisoblanadi. Ushbu jarayonda yosh xususiyatlarini inobatga olish, interaktiv metodlardan foydalanish, tarbiyaviy yondashuv va ota-onalar bilan hamkorlik muhim ahamiyatga ega. Kiberxavfsizlik madaniyati boshlang'ich bosqichda shakllantirilsa, kelgusida o'quvchilarning raqamli muhitda xavfsiz va ongli faoliyat yuritishiga zamin yaratadi.

O'QUVCHILARNI KIBERBULLING, INTERNETGA QARAMLIK VA BOSHQA RAQAMLI XAVFLARDAN HIMOYA QILISH YO'LLARI

O'quvchilar internetdan yoshligidanoq muloqot, o'rganish va o'yin-kulgi uchun foydalanishni boshlaydilar. Internet, shuningdek, yetarli bilim va tanqidiy fikrlashga ega bo'lmagan bolalar uchun ko'plab xavflarni keltirib chiqaradi. O'quvchilar virtual dunyoda xavfsiz harakatlanish uchun aqlli fikrlashga muhtoj. O'quvchilarni onlayn himoya qilish texnik vositalar, ota-ona nazorati va ta'limni o'z ichiga olgan keng qamrovli yondashuvni talab qiladigan vazifadir. Biroq, internetning mashhurligi ortib borayotgani sayin, o'quvchilar duch keladigan tahdidlar ham o'sib bormoqda. O'quvchilarning onlayn xavfsizligi muhim, chunki ularning xavfsizligi va farovonligi onlayn resurslardan noto'g'ri foydalanish natijasida xavf ostida qolishi mumkin. Bolalar turli xil onlayn xavflarga, masalan, noo'rin kontent, zararli dasturlar va shaxsiy ma'lumotlarini bezorilik va noto'g'ri ishlatish ehtimoliga duch kelishlari mumkin.

O'quvchilar uchun asosiy onlayn tahdidlar quyidagilar:

- Kiberbulling- ijtimoiy tarmoqlar, forumlar va o'yinlar kabi onlayn muhitlarda tahdidlar, haqoratlar va ta'qiblar.
- Nomaqbul kontent- pornografiya, zo'ravonlik, ekstremizm va nafrat nutqi kabi nomaqbul kontentga kirish.
- Onlayn yirtqichlar- internetdan bolalarni jinsiy yoki boshqa zo'ravonlik shakllari uchun manipulyatsiya qilish va ekspluatatsiya qilish uchun foydalanadigan kattalar.
- Fishing va firibgarlik-subsidiyalar olishlar uchun asosiy onlayn tahdidlar kiradi.

Amerikalik ta'lim sohasi mutaxassisi, huquqshunos va kiberxavfsizlik hamda kiberzo'ravonlik (cyberbullying) masalalari bo'yicha yetakchi tadqiqotchilardan

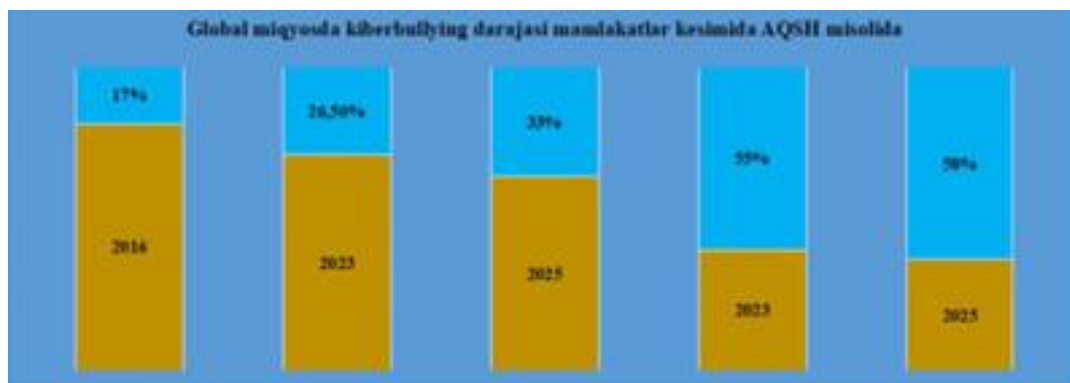
biri Nensi Uillard. Bolalar va o‘smirlarni internetdagi zo‘ravonlikdan himoya qilish mavzusidagi ishlari bilan tanilgan.

Nensi Uillard tomonidan tasniflangan zo‘ravonlik shakllari

№	Zo‘ravonlik shakli	Inglizcha atama	Tavsifi
1	Haqorat qilish	Flaming	Internetning ochiq maydonlarida (ijtimoiy tarmoqlar, forumlar, izohlar) qo‘pol, haqoratli va tajovuzkor so‘zlar orqali hujum
2	Bezorilik	Harassment	Bir shaxsga nisbatan maqsadli va takroriy tarzda yuboriladigan haqoratli xabarlar va onlayn hujumlar
3	Tuhmat va mish mish tarqatish	Denigration	Jabrlanuvchining obro‘-siga putur yetkazish maqsadida yolg‘on ma‘lumotlar, sharmandali foto yoki videolarni tarqatish
4	Soxta nomdan foydalanish	Impersonation	Boshqa shaxs nomidan (akkauntni buzib yoki soxta profil orqali) xabarlar yuborish va postlar joylash
5	Shaxsiy ma‘lumotlarni oshkor qilish	Outing and Trickery	Roziligisiz shaxsiy, intim yoki maxfiy ma‘lumotlarni tarqatish, shantaj qilish
6	Ijtimoiy izolyatsiya	Exclusion	Shaxsni ataylab onlayn guruhlar, chatlar yoki hamjamiyatlaridan chetlatish o‘yin
7	Ta‘qibning davom etishi	Cyberstalking	Uzoq vaqt davomida tizimli tahdid tarzda qilish qo‘rqitish, kuzatish va
8	Jismoniy zo‘ravonlik tahdidi	Cyberthreats	O‘ldirish yoki tan jarohati yetkazish bilan bog‘liq to‘g‘ridan-to‘g‘ri yoki bilvosita tahdidlar

Mazkur jadvalda amerikalik tadqiqotchi Nensi Uillard (Nancy Willard) tomonidan 2007-yilda ishlab chiqilgan kiberzo‘ravonlik shakllari tasnifi keltirilgan. Tasnifda internet va raqamli muhitda uchraydigan zo‘ravonlik holatlarini tizimli ravishda o‘rganishga xizmat qiladi. Jadvalda kiberzo‘ravonlikning sakkizta asosiy shakli ajratib ko‘rsatilgan bo‘lib, har bir zo‘ravonlik turi o‘ziga xos xususiyatlarga ega. Jumladan, haqorat qilish (flaming) va bezorilik (harassment) ko‘proq ochiq onlayn muloqot jarayonida namoyon bo‘lsa, tuhmat va mish-mish tarqatish (denigration) hamda soxta nomdan foydalanish (impersonation) jabrlanuvchining obro‘-siga putur yetkazishga qaratilgan bo‘ladi. Shuningdek, shaxsiy ma‘lumotlarni oshkor qilish (outing and trickery) va ijtimoiy izolyatsiya (exclusion) shaxsning psixologik holatiga kuchli salbiy ta‘sir ko‘rsatadi. Kiber-ta‘qib (cyberstalking) va jismoniy zo‘ravonlik tahdidlari (cyberthreats) esa eng xavfli shakllar bo‘lib, real hayotdagi zo‘ravonlikka olib kelishi mumkin.

Nensi Uillardning ushbu tasnifi pedagogika, psixologiya va sotsiologiya sohalarida kiberzo‘ravonlikni aniqlash, baholash va oldini olish choralari ishlab chiqishda muhim nazariy asos hisoblanadi. O‘qituvchilar, ota-onalar va psixologlar uchun bolalar hamda o‘smirlarni internetdagi xavf-xatarlardan himoya qilishda amaliy ahamiyatga ega bo‘lishi mumkin. **2025–2026-yillardagi eng so‘nggi statistik ma’lumotlar asosida** o‘quvchilar (13–17 yosh) o‘rtasida **kiberbullying (onlayn zo‘ravonlik)** haqida asosiy raqamlar quyidagilardan iborat:



Keltirilgan diagramma o‘quvchilar o‘rtasida kiberbullying muammosi nafaqat mahalliy, balki global miqyosda ham dolzarb ekanligini ko‘rsatadi. Statistik ma’lumotlarga ko‘ra, AQShda so‘nggi yillarda kiberbullying holatlari barqaror o‘sish tendensiyasiga ega bo‘lib, raqamli muhitda o‘quvchilar xavfsizligini ta’minlash bo‘yicha tizimli chora-tadbirlarni kuchaytirish zarurligini anglatadi.

O‘quvchilarni kiberxavflardan himoya qilishning eng samarali usullaridan biri — raqamli savodxonlikni yanada rivojlantirishdir. O‘quvchilarga internetdan xavfsiz foydalanish qoidalari, shaxsiy ma’lumotlarni himoyalash, shubhali havolalar va noma’lum foydalanuvchilardan keladigan xabarlarni tanib olish ko‘nikmalari o‘rgatish lozim. Raqamli savodxonlik o‘quvchilarning mustaqil va mas’uliyatli onlayn xulq-atvorini shakllantiradi. Ta’lim muassasalarida profilaktik tadbirlarni kuchaytirish ham samarali usullardan biri hisoblanib, maktab va boshqa ta’lim muassasalarida kiberbullyingning oldini olishga qaratilgan profilaktik tadbirlar joriy etilishi muhim ahamiyatga ega. Masalan:



orqali o‘quvchilarda zo‘ravonlikka nisbatan murosasiz munosabat shakllantiriladi. Shuningdek, o‘qituvchilar va maktab psixologlari kiberbullig holatlarini erta aniqlash va ularga tezkor choralar ko‘rish ko‘nikmalariga ega bo‘lishi zarur.

O‘quvchilarni raqamli xavflardan himoya qilishda ota-onalarning roli muhim. Ota onalar farzandlarining internetdan foydalanish vaqtini nazorat qilishi, qaysi platformalarda faol ekanligiga e‘tibor berishi va bolalar bilan ochiq muloqot olib borishi lozim. Ota-onalar uchun seminar va maslahatlar tashkil etish raqamli xavflar haqidagi xabardorligini oshiradi.

Internetga qaramlikning oldini olish maqsadida o‘quvchilarning vaqtni to‘g‘ri rejalashtirish ko‘nikmalarini rivojlantirish shart.

Oldini olish choralari:

- Kunlik internetdan foydalanish vaqtini me‘yorlash
- Sport, kitob o‘qish, ijodiy mashg‘ulotlarga jalb qilish
- Ota-onalar tomonidan nazorat va birgalikda faoliyat (masalan, oilaviy suhbatlar)
- O‘quvchida o‘zini nazorat qilish ko‘nikmalarini rivojlantirish
- “Raqamli detoks” (vaqtincha internetdan cheklanish) odatini shakllantirish

Boshqa raqamli xavflardan himoya qilish

Bunga quyidagilar kiradi: firibgarlik (scam), zararli kontent, yolg‘on axborot (feyk yangiliklar), zararli dasturlar.

Himoya usullari:

- Tanqidiy fikrlashni rivojlantirish (har qanday axborotni tekshirish odati)
- Noma‘lum havola va fayllarni ochmaslikni o‘rgatish
- Antivirus va xavfsizlik dasturlaridan foydalanish
- Ijtimoiy tarmoqlarda maxfiylik sozlamalarini to‘g‘ri o‘rnatish
- Bolalarni yoshiga mos kontent bilan cheklash

Kiberbullig va raqamli bosim qurboniga aylangan o‘quvchilar bilan psixologik yordam ishlari olib borilishini nazardan chetda qolmaslik lozim.. Maktab psixologlari tomonidan individual va guruhli maslahatlar tashkil etish, o‘quvchilarning ruhiy holatini barqarorlashtirishga xizmat qiladi. Psixologik qo‘llab-quvvatlash o‘quvchilarning o‘ziga bo‘lgan ishonchini tiklashda muhim omil hisoblanadi.

O‘quvchilarga internet muhitida sodir etiladigan zo‘ravonlik va tahdidlar huquqiy javobgarlikka sabab bo‘lishi tushuntirilishi darkor. Bu orqali o‘quvchilarda raqamli muhitda axloqiy me‘yorlarga rioya qilish, boshqalarning huquq va sha‘nini hurmat qilish madaniyati shakllanadi. O‘quvchilarni kiberbullig, internetga qaramlik va boshqa raqamli xavflardan himoya qilish — bu faqat taqiqlar bilan emas, balki ongli yondashuv, tarbiya va nazorat orqali amalga oshiriladi. Eng muhim omil — o‘quvchida mas‘uliyatli va xavfsiz internetdan foydalanish madaniyatini shakllantirishdir.

Raqamli Ta'lim Muhitida Psixologik Xavfsizlik

Tahdidlardan "Raqamli Immunitet" sari:

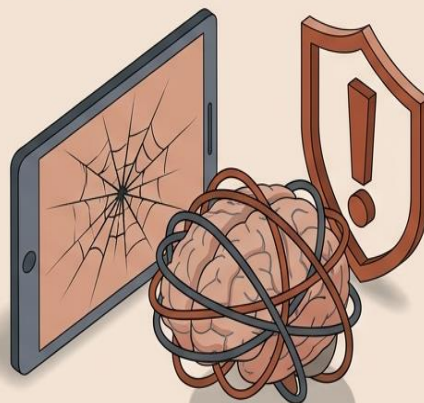


Imkoniyat yoki Xavf Maydoni?

Zamonaviy raqamli ta'lim (LMS, ijtimoiy tarmoqlar, platformalar) cheksiz bilimlarni taqdim etadi.



U o'quvchilar uchun jiddiy psixologik xavflarni ham yashiradi. Biz e'tibor qaratishimiz kerak bo'lgan 3 ta asosiy yashirin tahdid mavjud.



1-Xavf: Nima uchun Kiberbulling xavfliroq?

	An'anaviy Bezorilik	Kiberbulling
Vaqt va Joy	Maktab devorlari bilan cheklangan 	24/7 davom etadi, qochish imkonsiz 
Tezlik va Qamrov	Sekin va faqat mahalliy qamrov 	Bir soniyada virusli tarqalish 
Identifikatsiya	Yuzma-yuz, aniq shaxs 	Mutlaq anonimlik 

Oqibati: Doimiy xavotir, depressiya, o'z-o'zini past baholash.

Zamonaviy Yechim: Maktablarda "Raqamli etika" darslari va monitoring uchun AI-botlar.

2-Xavf: Axborot Yuklamasi va Kognitiv Zo'riqish



Cheksiz Oqim: Cheksiz Axborot Oqimi. Diqqatning tarqoqligi ("clip thinking") va kognitiv charchoqning boshlanishi.



Real Hayotdan Uzilish: Muloqotdan qochish. Virtual olamda muvaffaqiyatli ko'rinishga doimiy urinish.



FOMO Sindromi: "Fear Of Missing Out" – Biror narsadan qolib ketish qo'rquvi va doimiy onlayn bo'lish majburiyati.



Natija: Surunkali stress va emotsional qulash.

3-Xavf: 'Raqamli Iz' va Maxfiylikning Yo'qolishi



Muammo

O'quvchilar o'z shaxsiy ma'lumotlarini himoya qilishni va internetdagi izlarining oqibatlarini to'liq anglamaydilar.

Psixologik Ta'sir

Shaxsiy chegaralarning buzilishi o'quvchida doimiy himoyasizlik va kuzatuv ostida bo'lish hissini uyg'otadi.

Zamonaviy Yondashuv

"Digital Privacy" (Shaxsiy ma'lumotlarni boshqarish) — endilikda faqat texnik masala emas, balki psixologik gigiyenaning ajralmas qismidir.

Himoya Qalqoni: 3 Darajali Xavfsizlik Modeli



Texnik Daraja:

Filtrlash va bloklash.

Bolani zararli kontentdan jismonan himoya qilish (Tashqi qobiq).

Pedagogik Daraja:

Raqamli savodxonlik.

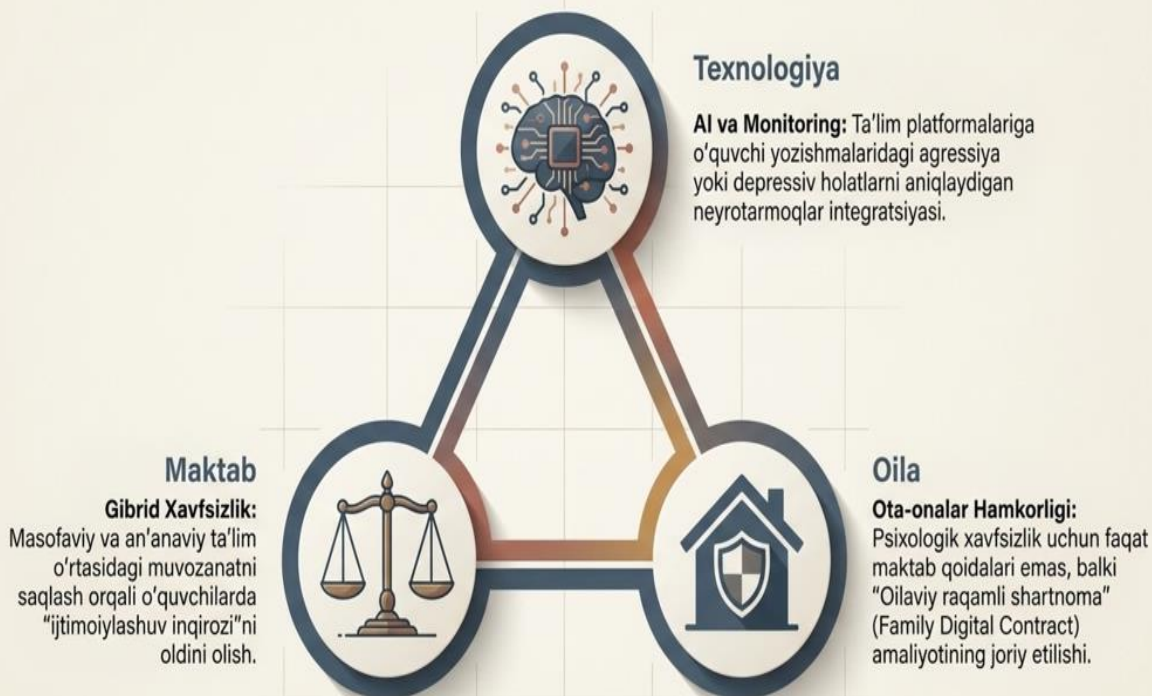
Ma'lumotni tanqidiy tahlil qilishni va farqlashni o'rgatish.

Psixologik Daraja:

Rezistentlik (Chidamlilik).

Kiberhujumlarga nisbatan yengilmas ichki immunitetni shakllantirish (Asosiy yadro).

Eng So'nggi Tendensiyalar (2025-2026)



Xulosa: Cheklolardan "Raqamli Immunitet" sari



Faqat taqiqlash va texnik cheklolvar xavfsizlikni ta'minlay olmaydi. Ular vaqtinchalik va osongina aylanib o'tiladi.



Haqiqiy psixologik xavfsizlik — bu raqamli dunyoda o'zini sog'lom boshqara olish qobiliyatidir.

Bizning bosh vazifamiz — o'quvchini izolyatsiya qilish emas, balki unda Raqamli Immunitetni shakllantirishdir!



Xulosa qilib shuni ta’kidlash kerakki, Kiberbulling-bu shunchaki internetdagi “o’yin” emas, balki inson ruhiyatiga, o’ziga bo’lgan ishonchiga va ijtimoiy munosabatlariga zarar yetkazuvchi jiddiy muammo. Uni hal qilish uchun har bir inson-ota-ona, o’qituvchi, texnologiya yaratuvchisi va o’quvchi-o’z mas’uliyatini his qilishi kerak. Bunda ta’lim maydoni o’quvchi shaxsining shakllanishi va rivojlanishiga sezilarli ta’sir ko’rsatadi. Xavfsiz maktab muhitini yaratish o’quvchilarga o’z tengdoshlari va kattalar tomonidan qadrlanishi va qabul qilinishini his qilishlariga yordam beradi. Shuning uchun zamonaviy jamiyatda odamlar o’rtasidagi o’zaro hurmat va hamkorlik qadriyatini shakllantirishga katta ahamiyat berish kerak. O’quvchi shaxsini muvaffaqiyatli rivojlantirish, uning intellektual, ma’naviy va axloqiy rivojlanishi o’quvchilarning ota-onalari va o’qituvchilari o’rtasidagi yaqin hamkorlikda amalga oshirilishi kerak. Bugungi kunda talaba va maktab o’quvchilari kiberxavfsizlik bo’yicha yetarli bilimga ega bo’lishlari va o’zlarini internet tahdidlaridan himoya qila olishlari uchun quyidagilarga amal qilishlari lozim bo’ladi:

- Kiberxavfsizlik bo’yicha muntazam bilimga ega bo’lib borishlari;
- Onlayn xavfsizlik bo’yicha seminar va treninglarga qatnashib turishlari va shular orqali bilim, ko’nikma shakllantirishlari zarur. Yoshlarni kiberxavfsizlikdan himoyalash – bu nafaqat texnik masala, balki keng qamrovli ijtimoiy-tarbiyaviy jarayon hamdir. Bu butun jamiyatning e’tibori va diqqat markazidagi muammodir.

Ta'lim maydoni talaba shaxsining shakllanishi va rivojlanishiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Xavfsiz maktab muhitini yaratish o'quvchilarga o'z tengdoshlari va kattalar tomonidan qadrlanishi va qabul qilinishini his qilishlariga yordam beradi. Shuning uchun zamonaviy jamiyatda odamlar o'rtasidagi o'zaro hurmat va hamkorlik qadriyatini shakllantirishga katta ahamiyat berish kerak. O'quvchi shaxsini muvaffaqiyatli rivojlantirish, uning intellektual, ma'naviy va axloqiy rivojlanishi o'quvchilarning ota-onalari va o'qituvchilari o'rtasidagi yaqin hamkorlikda amalga oshirilishi kerak. Raqamli ta'lim sharoitida pedagoglarda axloqiy ong madaniyatini shakllantirish maktabgacha ta'lim tizimida ta'lim sifatini oshirishning muhim omillaridan biridir. Pedagoglarning kasbiy faoliyatlarida raqamli texnologiyalardan mas'uliyatli va axloq me'yorlariga asoslangan holda foydalanishni ko'nikmalarini oshirish ta'lim jarayonining samaradorligini ta'minlaydi. Shu bois, pedagoglarning raqamli ta'lim sharoitida samarali faoliyat olib borishlari uchun ularning axloqiy ongini rivojlantirishga qaratilgan kompleks yondashuvlarni amalga oshirish zarurdir.

Zamonaviy ijtimoiy tarmoqlar yoshlar ongiga kuchli ta'sir ko'rsatmoqda. Kiberbulling va agressiv muloqot shakllari ta'lim-tarbiya jarayoniga jiddiy zarar yetkazmoqda. Bunday sharoitda Alisher Navoiy merosi yoshlar axloqiy tarbiyasini mustahkamlashda muhim manba bo'la oladi. Navoiy ilgari surgan komil inson g'oyasi, nutq madaniyati, mehr-shafqat va adolat tamoyillari bugungi kunda ham dolzarbdir. Demak, milliy ma'naviy merosni ta'lim jarayoniga chuqur integratsiya qilish yoshlarni kiber tahdidlardan himoyalashning samarali yo'llaridan biridir. Ta'lim-tarbiya jarayonida nafaqat Navoiy asarlari, hikmatli so'zlari balki boshqa mumtoz adabiyot vakillarining asarlaridan unumli foydalanish bo'yicha innovatsion metodlarni ishlab chiqish va amaliyotga tadbiq etish dolzarb masaladir. Bunda Navoiy asarlari bo'yicha namunaviy dars ishlanmalari, tarqatma materiallar, slayd va videoroliklar tayyorlash, shuningdek navoiyshunos olimlar, shoirlar bilan jonli muloqotlar va sayyor darslar tashkil qilish kabi usullarni taklif etgan bo'lardik.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati

1. O‘zbekiston Respublikasi “Ta’lim to‘g‘risida”gi Qonuni.
2. Алишер Навоий . Ҳикматлар. Нашрга тайёрловчилар: С. Муталлибов, Э. Очилов. – Т.: “Шарқ”, 2006.
3. Al Hosani, H., Yousef, M., Al Shouq, S., Iqbal, F., & Mouheb, D. (2019, November). A comparative analysis of Cyberbullying and Cyberstalking Laws in the UAE, US, UK and Canada. In 2019 IEEE/ACS 16th International Conference on Computer Systems and Applications (AICCSA) (pp. 1-7). IEEE
4. Davletshin M.G. Pedagogik psixologiya. – Toshkent: O‘qituvchi.
5. Ensiklopediya glubinnoy psixologii / Pod red. A. M. Bokovikova. – M., 2001.
6. Eydemiller E.G., Yustiskis V. Psixologiya i psixoterapiya semi. – SPb., 1999.
7. Hasanboyeva O. Pedagogika nazariyasi va tarixi. – Toshkent.
8. Ibrohim Haqqul Navoiyga qaytish. Fan. – T. 2007.
9. Inoyatov S. Do‘stlik va adolat kuychisi // Adolat gazetasi // 2020 yil, 18-son.
10. Karimova D. Raqamli madaniyat va yoshlar tarbiyasi. — Toshkent: Innovatsiya, 2022.
11. Komilova N.G‘. Xulqi og‘ishgan bolalar psixologiyasi: Uslubiy qo‘llanma. – T., 2008.
12. Livingstone S. Digital Literacy and Moral Responsibility. — London, 2021
13. Mendeleevich V.D. Psixologiya deviantnogo povedeniya. M. 2004.
14. Muxtorov A. Sanaqulov U. O‘zbek adabiy tili tarixi. O‘qituvchi. – T. 1995.
15. Patchin D., Hinduya S. Yozilgan narsa qoladi. Qanday qilib Internet aloqasini xavfsiz va qulay qilish kerak. Moskva: Mann, Ivanov va Ferber, 2020.
16. Xlomov K.D., Davydov D.G., Bochaver A.A. Rossiya o‘quvchilari tajribasida kiberbulling. Psixologiya va huquq. 2019; T. 9. No 2: 276 - 295.
17. G‘oziyev E.G‘. Umumiy psixologiya. – Toshkent.

Internet saytlari

<http://www.pedagog.uz>.

<http://www.ziyo.net.uz>. O‘zbekiston respublikasi talim sayti.

<http://www.edustorng.ru/main/book/pedagogtechno.htm>