

JAMOATCHILIKDA ZO‘RAVONLIKKA NISBATAN MUNOSABATNI O‘ZGARTIRISHDA PSIXOLOGIK TARG‘IBOTNING AHAMIYATI

Irmatova Shakhnozakhon Bakhtiyorovna

Toshkent shahar hokimligining “Ma’rifiy targ‘ibot
markazi” davlat muassasasi, psixologi

Annotatsiya: Ushbu matnda psixologik targ‘ibotning zo‘ravonlikka qarshi kurashdagi o‘rni, uning asosiy vazifalari va psixologik mexanizmlari ilmiy nuqtai nazardan yoritiladi. Zo‘ravonlikni normalizatsiya qiluvchi stereotiplarni rad etish, sog‘lom ijtimoiy me’yorlarni shakllantirish hamda jamoatchilik ongiga ta’sir etuvchi kommunikativ strategiyalar muhim yo‘nalish sifatida ko‘rsatiladi. Shuningdek, kognitiv qayta qurish, ijtimoiy ta’sir, modeling, empatiya uyg‘otish, kognitiv dissonans va EPPM kabi mexanizmlar orqali zo‘ravonlikni inkor etuvchi qarashlarni mustahkamlash jarayoni izohlanadi.

Kalit so‘zlar: Psixologik targ‘ibot, zo‘ravonlik, ijtimoiy ong, stereotiplar, kognitiv qayta qurish, ijtimoiy ta’sir, modeling, empatiya, kognitiv dissonans, EPPM modeli.

Kirish

Zo‘ravonlikning ijtimoiy va ruhiy oqibatlarini chuqur va ko‘p qirrali bo‘lib, u shaxsning salomatligiga jiddiy zarar yetkazadi, travmalarni kuchaytiradi, jamiyatda ishonchsizlik, xavotir va ijtimoiy barqarorlikning izdan chiqishiga olib keladi. Mavjud ilmiy tadqiqotlar zo‘ravonlikning ayniqsa o‘sib borayotgan guruhlar, xususan, o‘smirlar orasida ijtimoiy ta’sirlar, noto‘g‘ri tasavvurlar va media stereotiplar ta’siri ostida shakllanishini ko‘rsatadi; ijtimoiy tarmoqlardagi zo‘ravonlikni targ‘ib qiluvchi yoki uni “me’yor” sifatida aks ettiruvchi kontent yoshlarning munosabati va xulq-atvoriga salbiy yo‘nalishda ta’sir etishi aniqlangan. Shuningdek, ilmiy manbalarda psixologik madadning yetishmasligi jabrlangan shaxslarning o‘z muammosini tan olish va yordam so‘rash jarayonini qiyinlashtirishi qayd etilgan. Xususan, ayollar va bolalar uchun psixologik xizmatlar tarmog‘ining yetarli darajada taraqqiy etmaganligi ularning zo‘ravonlikdan keyingi ruhiy tiklanish, himoya tizimiga murojaat qilish va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashga ega bo‘lish imkoniyatini cheklab qo‘yadi. Shu sababli, zo‘ravonlikka qarshi samarali psixologik targ‘ibot, profilaktik xizmatlar va psixologik yordam tizimini kuchaytirish bugungi kunda nafaqat ijtimoiy, balki ilmiy jihatdan ham muhim masala sifatida ko‘rilmoqda.

Psixologik targ‘ibotning mohiyati va psixologik mexanizmlari

Psixologik targ'ibot jamiyat a'zolarining zo'ravonlikka oid qarashlari, hissiy munosabati va xulq-atvorini ongli ravishda o'zgartirishga qaratilgan psixologik va kommunikativ ta'sirlar yig'indisi sifatida talqin etiladi. Uning asosiy vazifasi zo'ravonlikni ijtimoiy norma emas, balki zararli va qabul qilib bo'lmaydigan hodisa sifatida qayta sharhlash hamda aholining kognitiv, hissiy va xulq-atvoriy reaksiyalarini sog'lom yo'nalishga o'tkazishdir. Bunda OAV, ijtimoiy tarmoqlar, vizual kampaniyalar, psixoprofilaktika dasturlari va ma'rifiy treninglar asosiy vosita sifatida xizmat qiladi.

Psixologik targ'ibotning samaradorligi zo'ravonlikni normalizatsiya qiluvchi stereotiplarni rad etish va ularning o'rniga huquqiy, axloqiy hamda psixologik me'yorlarga mos tasavvurlarni shakllantirish bilan bog'liq. Targ'ibotning asosiy psixologik mexanizmlari quyidagilar bilan izohlanadi: kognitiv qayta qurish zo'ravonlik haqidagi noto'g'ri e'tiqodlarni ilmiy dalillar bilan yangilash; ijtimoiy norma va ijtimoiy ta'sir jamiyatda zo'ravonlikni inkor etuvchi norma ustuvorligini kuchaytirish; modeling zo'ravonliksiz muloqot namoyishlarini ko'rsatib, kuzatish orqali o'rganishni rag'batlantirish; empatiya uyg'otish, qurbonlar tajribasini yoritish orqali hissiy sezgirlikni oshirish; kognitiv dissonans eski va yangi qarashlar o'rtasidagi farqni kamaytirish orqali yangicha fikrlarni qabul qilishga undash; EPPM mexanizmi xavfni tan olish va uni bartaraf etish choralarini ko'rsatib, zo'ravonlikni jiddiy ijtimoiy muammo sifatida idrok etishni kuchaytirish. Shuningdek, ijtimoiy identifikatsiya jarayoni odamlarni o'z guruhining qadriyatlariga mos ravishda zo'ravonlikni rad etuvchi shaxsni shakllantirishga undaydi. Umuman, psixologik targ'ibot empatiyani kuchaytirish, zo'ravonlik oqibatlarini haqida xabardorlikni oshirish, qurbonlarni ayblashni kamaytirish va sog'lom munosabatlar modelini targ'ib qilish orqali ijtimoiy ongini o'zgartiruvchi muhim psixoprofilaktik vositadir.

Kutilayotgan natijalar

Psixologik targ'ibot jamoatchilikda zo'ravonlikka nisbatan munosabatni o'zgartirishda bir qator ijobiy natijalarni olib kelishi kutiladi. Birinchi navbatda, normativ ta'sir orqali "zo'ravonlik rad etiladigan norma" shakllanishi ya'ni odamlar orasida zo'ravonlikni ijtimoiy jihatdan maqbul bo'lmagan xatti-harakat sifatida qabul qilish madaniyati mustahkamlanadi. Ikkinchi natija sifatida empatiya va hissiy aloqalar kuchayishi mumkin, chunki psixologik targ'ibot jabrlanganlarning tajribalarini yoritish, boshqa odamlarning azoblarini ko'rsatish orqali hissiy rezonansni oshiradi (empathy induction) bu esa ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va jamiyatda zo'ravonlikdan xabardorlikni oshirishga olib keladi. Uchinchi natija xulq-atvordagi o'zgarish: odamlar zo'ravonlikka kamroq murojaat qilishga, mojarolarni tinch yo'l bilan hal qilishga va salbiy xatti-harakatlardan voz kechishga moyil bo'lishadi. To'rtinchi kutilayotgan

natija sifatida psixologik va huquqiy yordam izlashga tayyorlik oshishi mumkin; masalan, jabrlanganlar va mojaroga guvoh bo'lganlar psixologik maslahat, mediatsiya yoki huquqiy qo'llab-quvvatlash uchun murojaat qilish ehtimoli ortadi. Beshinchi natija sifatida zo'ravonlik holatlarida amaliy ko'rsatkichlarning kamayishi kutiladi bu "Cure Violence" kabi jamoaviy intervensiya usullari tajribasi bilan mos keladi (masalan, NY shahrida otishmalar soni 14 % ga kamaygani qayd etilgan). Umuman olganda, psixologik targ'ibot natijasida jamiyatda zo'ravonlikni inkor etuvchi ijtimoiy norma, empatiya, yordam so'rash madaniyati va salbiy xulq-atvordan voz kechish yo'lidagi xatti-harakatlar barqaror va ijobiy tarzda shakllanishi kutiladi.

Xulosa

Psixologik targ'ibotning ilmiy tahlili shuni ko'rsatadiki, jamoatchilik ongida zo'ravonlikni rad etuvchi norma individual kognitiv, hissiy va xulq-atvor darajalariga muntazam psixologik ta'sir orqali shakllanadi. Shu ilmiy asoslardan kelib chiqib, zo'ravonlikka qarshi psixologik targ'ibotni kuchaytirish uchun bir qator amaliy choralar tavsiya etiladi. Birinchidan, maktab, oliy ta'lim va mahallalarda maqsadli psixologik trening va seminarlarni yo'lga qo'yish lozim. Ikkinchidan, ijtimoiy reklama va media-kontent orqali zo'ravonlikning real zararlarini ko'rsatish va stereotiplarni rad etish zarur. Uchinchi muhim yo'nalish ijobiy modelingni kuchaytirish, ya'ni OAVda sog'lom oilaviy munosabatlar va konstruktiv muloqot namunalari berib borish. To'rtinchidan, psixologik yordam xizmatlari, jumladan ishonch telefonlari va onlayn maslahat tizimlaridan foydalanishni ommalashtirish muhim. Beshinchidan, mahalla darajasida zo'ravonlik haqida xabar berishni yengillashtiruvchi anonim va xavfsiz mexanizmlarni joriy etish samarali natija beradi. Shuningdek, ta'lim tizimiga emotsional intellekt, empatiya va mojarolarni tinch hal etishga oid psixoprofilaktik mashg'ulotlarni kiritish o'quvchilar xulq-atvorida ijobiy o'zgarishlar yaratishi isbotlangan

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Abdurazoqova Zumrad Muxamadali qizi, & Jo'rayeva Gulshoda Faxriddinovna. (2024). BOLALARGA NISBATAN ZO'RAVONLIK OQIBATLARI . TADQIQOTLAR.UZ, 40(6), 64–67. Retrieved from <https://tadqiqotlar.uz/new/article/view/4020>
2. Karimova Mijgona Jo'raboевна, & Shomurotov Ulugbek Melikboboyevich. (2024). IJTIMOY PSIXOLOGIYA VA INSON MUNOSABATLARI . TADQIQOTLAR.UZ, 48(1), 163-168. <https://scientific-ijl.org/tad/article/view/443>
3. Qodirova, M., & Nasimov, D. (2023). PSIXOLOGIYADA QO'RQUV MUAMMOSINING ILMIY TADQIQ ETILISHI . *Журнал Педагогика и психологии*

в современном образовании, 3(1). Извлечено от
<https://pshedu.jdpu.uz/index.php/ppmedu/article/view/7725>

4. David M Hunt, Omar Shehryar. **An empirical comparison of the Extended Parallel Process Model with the Terror Management Health Model.** *Health Promotion International*, Volume 37, Issue 4, August 2022, daac109, <https://doi.org/10.1093/heapro/daac109>

5. Yusupova Barno. (2024). BIZ ZO‘RAVONLIKKA QARSHIMIZ . *TADQIQOTLAR.UZ*, 52(6), 105-109. <https://scientific-ijl.org/tad/article/view/6742>

ISHTIROKCHI ANKETASI

Muallif(lar) familiyasi, ismi-sharifi	Irmatova Shakhnozakhon Bakhtiyorovna
Yo'nalish/sho'ba nomi	
Tezisning nomi	JAMOATCHILIKDA ZO‘RAVONLIKKA NISBATAN MUNOSABATNI O‘ZGARTIRISHDA PSIXOLOGIK TARG‘IBOTNING AHAMIYATI
Ilmiy darajasi, ilmiy unvoni	Magistr
Ish joyi	Toshkent shahar hokimligining “Ma’rifiy targ‘ibot markazi” davlat muassasasi
Lavozimi	Psixolog
Aloqa uchun telefon raqami (hudud kodi bilan)	+998 97 7533999
Elektron pochta	shoxa757@gmail.com