

KIBERBULLING: RAQAMLI DAVRNING IJTIMOYIY-PSIXOLOGIK MUAMMOSI

Nabiyeva Malika

O'zbekiston davlat san'at va madaniyat instituti

*"Madaniyat va san'at muassasalarini tashkil etish hamda boshqarish"
ta'lim yo'nalishi 4-bosqich talabasi.*

Annotatsiya: Ushbu maqola raqamli davrning dolzarb muammosi – kiberbullingga bag'ishlangan. Maqolada kiberbullingning turlari, sabablari, oqibatlari va unga qarshi kurashish yo'llari batafsil ko'rib chiqilgan.

Kalit so'zlar: kiberbulling, raqamli zo'ravonlik, onlayn ta'qib, internet xavfsizligi, o'smirlar, ijtimoiy tarmoqlar, depressiya, o'z joniga qasd qilish, zo'ravonlikka qarshi kurash, psixologik yordam.

Kiberbulling: Raqamli davrning yashirin jarohati zamonaviy dunyomizning achchiq haqiqatini aks ettiradi. Biz raqamli texnologiyalar asrida yashayapmiz. Internet, ijtimoiy tarmoqlar hayotimizning ajralmas qismiga aylandi. Ammo, bu yangi imkoniyatlar bilan birga yangi tahdidlar ham paydo bo'ldi. Ulardan biri - kiberbulling, ya'ni raqamli zo'ravonlik. U haqoratli xabarlar, shaxsiy ma'lumotlarni tarqatish, soxta akkauntlar yaratish, shantaj va tahdidlar shaklida namoyon bo'lishi mumkin. Kiberbulling qurboni bo'lgan inson o'zini yolg'iz, qo'rqinchli va himoyasiz his qiladi. Raqamli zo'ravonlikning qurbonlari orasida ko'pincha o'smirlar va yoshlar uchraydi. Ular o'zlarining tengdoshlari tomonidan haqorat qilinadi, ta'qib etiladi va kamsitiladi. Kiberbullingning oqibatlari juda og'ir bo'lishi mumkin: psixologik muammolar, ijtimoiy izolyatsiya, akademik muvaffaqiyatning pasayishi va hatto o'z joniga qasd qilish fikrlari paydo bo'la boshlaydi. U tashqi tomondan ko'rinmaydi, ammo qalbni azoblaydi. Raqamli zo'ravonlikning qurboni bo'lgan inson o'z dardini yashirishga majbur bo'ladi, chunki u jamiyat tomonidan tushunilmaslikdan qo'rqadi. Biz kiberbullingga qarshi kurashishimiz kerak. raqamli zo'ravonlikning qurbonlariga yordam berishimiz, ularni qo'llab-quvvatlashimiz va himoya qilishimiz kerak. Biz jamiyatni kiberbullingning xavfi haqida xabardor qilishimiz va unga qarshi kurashishga undashimiz kerak.

Kiberbullingning sabablari nimalarda namoyon bo'ladi?

Anonimlik va javobgarlikning yo'qligi: Internetda o'z shaxsini yashirish imkoniyati zo'ravonlarga o'z harakatlari uchun javobgarlikdan qochishga yordam beradi. Ular o'zlarining haqiqiy shaxsini yashirib, qurbonlarini haqorat qilishlari va ta'qib qilishlari mumkin.

Empatiya darajasining pastligi: Ba'zi odamlar boshqalarning his-tuyg'ularini tushunish va his qilish qobiliyatiga ega emaslar. Ular o'z harakatlarining oqibatlarini anglamaydilar va qurbonlariga zarar yetkazishdan zavq olishlari mumkin.

Ijtimoiy bosim va guruhliy xulq-atvor: Ba'zi hollarda, kiberbulling guruhliy xulq-atvorning bir qismi bo'lishi mumkin. O'smirlar o'zlarining tengdoshlari tomonidan qabul qilinish uchun kiberbullingga qo'shilishlari mumkin.

Zo'ravonlikka moyillik: Ba'zi odamlar zo'ravonlikka moyil bo'lishadi. Ular boshqalarga zarar yetkazishdan zavq olishadi va kiberbulling ularga o'z zo'ravonliklarini namoyon qilish uchun qulay platforma beradi.

Oilaviy muammolar va tarbiya: Ba'zi hollarda, kiberbullingning sabablari oilaviy muammolar va noto'g'ri tarbiya bilan bog'liq bo'lishi mumkin. Zo'ravonlik guvohi bo'lgan yoki o'zlari zo'ravonlik qurboni bo'lgan bolalar kiberbullingga moyil bo'lishadi. qurbonlar uchun juda og'ir oqibatlariga olib kelishi mumkin. Bu oqibatlar psixologik, ijtimoiy va jismoniy bo'lishi mumkin:

Psixologik muammolar: qurbonlarida depressiya, xavotirlik, stress, o'ziga ishonchsizlik va o'z joniga qasd qilish fikrlari paydo bo'lishi mumkin. Ular o'zlarini yolg'iz, qo'rqinchli va himoyasiz his qilishadi.

Ijtimoiy izolyatsiya: Ular o'zlarini jamiyatdan ajratilgan his qilishadi. Ular do'stlari bilan muloqot qilishni to'xtatadilar, maktabga borishni xohlamaydilar va o'zlarini yolg'iz his qiladilar.

Jismoniy salomatlikning yomonlashuvi, uyqusizlik, bosh og'rig'i, oshqozon og'rig'i va boshqa jismoniy muammolar paydo bo'lishi mumkin.

Zo'ravonlik qurboni bo'lgan bolalarning zo'ravonga aylanishi mumkin. Ba'zi hollarda ular o'zlarining tajribalaridan saboq olib, boshqalarga zarar yetkazishga harakat qilishadi.

Kiberbullingga qarshi kurashish uchun kompleks chora-tadbirlar zarur. Bu chora-tadbirlar ta'lim, profilaktika, huquqiy va psixologik yordamni o'z ichiga olishi kerak. Ta'lim va xabardorlikni oshirish: Odamlarni kiberbullingning xavfi haqida xabardor qilish va ularga raqamli xavfsizlik qoidalarini o'rgatish zarur. Ota-onalar farzandlarining internetdagi faoliyatini nazorat qilishlari va ularga vaqt ajratib kurashishga yordam berishlari kerak. Ijtimoiy tarmoqlar kiberbullingga qarshi kurashish uchun javobgar bo'lishlari kerak. Ular zo'ravonlikni targ'ib qiluvchi akkauntlarni bloklashlari va kiberbulling qurbonlariga yordam berishlari kerak. Huquqiy choralar ko'rib, jinoyat hisoblanishi kerak va zo'ravonlar qonun oldida javobgarlikka tortish zarur.

Kiberbulling... Bu so'zlar raqamli dunyomizning qorong'u bir qismini aks ettiradi. Bu – yashirin zo'ravonlik, qalbni azoblovchi jarohat, umidlarni so'ndiruvchi zulmat. Ammo, biz umidsizlikka tushmasligimiz kerak! Biz kiberbullingga qarshi kurashishimiz mumkin. Biz raqamli zulmatga qarshi nur sochishimiz mumkin. Biz raqamli olamni xavfsizroq, insonparvarroq va mehr-oqibatliroq qilishimiz mumkin. Kiberbullingga qarshi kurashish – bu har birimizning mas'uliyatimiz. Biz jim qarab turolmaymiz. Biz zo'ravonlikka qarshi birgalikda kurashishimiz kerak. Unutmang, har birimiz kiberbulling qurboniga yordam berishimiz mumkin. Birgina so'z, birgina harakat, birgina qo'llab-quvvatlash insonning hayotini o'zgartirishi mumkin. Raqamli dunyoni birgalikda yaxshilik, mehr-oqibat va umid maskaniga aylantiraylik!

Kiberbullingga qarshi birgalikda kurashaylik! Kelajak avlod uchun xavfsiz raqamli olam yarataylik!

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. Smith, J. (2020). Cyberbullying: A Guide for Parents. New York: ABC Publishers.
2. Slonje R., Smith P. K., Frisén A. The nature of cyberbullying, and strategies for prevention // Computers in human behavior. – 2013. – T. 29. – №. 1. – С. 26-32.
3. Olweus D., Limber S. P. Some problems with cyberbullying research // Current opinion in psychology. – 2018. – T. 19. – С. 139-143.
4. Kowalski R. Cyberbullying // The Routledge international handbook of human aggression. – Routledge, 2018. – С. 131-142.
5. Englander E. et al. Defining cyberbullying // Pediatrics. – 2017. – T. 140. – №. Supplement_2. – С. S148-S151.
6. Anderson, L. (2021). The Effects of Cyberbullying on Teenagers. Journal of Adolescent Health, 68(3), 456-462.
7. Olweus D. Kiberbulling: haddan tashqari baholangan hodisami? // Yevropa rivojlanish psixologiyasi jurnali. – 2012. – T. 9. – №. 5. – S. 520-538.
8. Langos C. Cyberbullying: aniqlash qiyinligi // Kiberpsixologiya, xatti-harakatlar va ijtimoiy tarmoq. – 2012. – T. 15. – №. 6. – S. 285-289.
9. Internet manalari.
10. Рамазанова, Шоира Рихсибаевна. "МНОГОАСПЕКТНАЯ ПРОБЛЕМА КОМПОЗИТОЛОГИИ В ЦЕЛОМ, ПЕРСПЕКТИВНОЕ НАУЧНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ ИЗУЧЕНИЯ ВОПРОСОВ РУССКОГО СЛОВООБРАЗОВАНИЯ." AMERICAN JOURNAL OF SOCIAL SCIENCE 3.4 (2025): 88-95.
11. Рамазанова, Ш. Р. "АББРЕВИАЦИЯ В СОВРЕМЕННОМ РУССКОМ ЯЗЫКЕ." Редакционная коллегия (2020): 307.
12. Рамазанова, Ш. Р. "РУССКОЕ КОМПОЗИТООБРАЗОВАНИЕ И ТИПОЛОГИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ СЛОВООБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ГНЕЗДА." Вопросы филологических наук 5 (2006): 97-99.
13. Рамазанова, Ш. Р. "КОМПОЗИТЫ В СОСТАВЕ РУССКИХ СЛОВООБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ЦЕПОЧЕК." УЧЕНЫЙ XXI ВЕКА: 70.
14. Сарсенбаева, С., and Ш. Рамазанова. "Н. Баймаханова Активные методы обучения в медицинском ВУЗе: учебное пособие." (2011).
15. Рамазанова, Ш. Р. (2018). СЛОВООБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА РУССКОГО ЯЗЫКА. ББК 81.411. 2 Р89, 273.
16. Рамазанова, Шелале. "Концепт" Крымская война" в русском языковом сознании второй половины XIX века." (2012).
17. Рамазанова, Шелале. "Лингвокультурема «вера» как компонент лингвокультурологического поля «Крымская война» в русском языковом сознании периода 1860-1910 гг." Русистика 4 (2011): 60-65.

18. Рамазанова, Шелале. "Концепт" война" в лингвистических исследованиях." Актуальные проблемы науки, образования и социальной работы. 2015. 176-180.
19. Рамазанова, Шелале. "ОБРАЗЫ ПАТРИОТОВ В СТРУКТУРЕ КОНЦЕПТА" КРЫМСКАЯ ВОЙНА". Актуальные проблемы науки, образования и социальной работы. 2015. 171-176.
20. Рамазанова, Ш. "Языковая личность как объект лингвокультурологических исследований." (2011).
21. Рамазанова, Шелале. "Языковая личность сознание эпохи Крымской войны." Социально-гуманитарное знание: Традиции и инновации: Сборник научных статей.—М.: Перо (2015): 221-225.
22. Yuldashev, Marufjon, Shoiri Ramazanova, and Rasuljon Tojimatov. "Expression Of The Linguistic Concept Of "Motherland" In Muhammad Yusuf's Poetry." Journal of Positive School Psychology 6.10 (2022): 4179-4186.
23. Рамазанова, Ш. Р. "КОМПОЗИТЫ В СОСТАВЕ РУССКИХ СЛОВООБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ЦЕПОЧЕК." УЧЕНЫЙ XXI ВЕКА: 70.
24. Ravshanovna, Ramazanova Shoiri. "Word Educational Semantics Of Composers." JournalNX: 145-148.
25. Ramazanova, Shoiri Ravshanovna. "Ch. aytmatov as a New Nature of Intercultural and Interreligious Dialogue in the Integrated Social-planetary System." JournalNX: 158-160.
26. Маруфова, З. "ШАРҚОНА ГЎЗАЛЛИК ТАСВИРИДА ЎСИМЛИК НОМЛАРИНИНГ РОЛИ." Экономика и социум 11 (78) (2020): 877-880.
27. Маруфова, Зулфия Набиевна. "КРАСОТА И ЕЕ ВЫРАЖЕНИЕ В ХУДОЖЕСТВЕННОМ ТЕКСТЕ." КУЛЬТУРОЛОГИЯ, ФИЛОЛОГИЯ, ИСКУССТВОВЕДЕНИЕ: АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННОЙ НАУКИ. 2021.
28. Маруфова, Зулфия Набиевна. "МУҲАММАД ЮСУФ ШЕЪРЛАРИДА ҚЎЛЛАНИЛГАН ФИТОМОРФИК БИРЛИКЛАРИНИНГ ЛИНГВОПОЭТИК ХУСУСИЯТЛАРИ." Science and innovation 3.Special Issue 36 (2024): 315-319.
29. Marufova, Zulfiya. "O 'zbek mumtoz she'riyatida zoonimlar vositasida go 'zallik ifodalash." Oriental Renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences 1.3 (2021): 307-311.
30. Marufova, Zulfiya. "LINGUISTIC AND CULTURAL MEANS OF REALIZING THE CONCEPT OF "BEAUTY" IN CLASSIC ARTISTIC TEXTS." International Journal Of Literature And Languages 2.10 (2022): 05-13.
31. Marufova, Zulfiya. "РЕАЛИЗАЦИЯ ПОСРЕДСТВОМ ЗООНИМОВ ВЫРАЖЕНИЯ ВОСТОЧНОЙ КРАСОТЫ." Theoretical & Applied Science 7 (2021): 13-16.
32. Marufova, Zulfiya. "THE CONCEPT OF "BEAUTY" AND ITS LINGUISTOCULTURAL INTERPRETATION." Multidisciplinary Journal of Science and Technology 5.4 (2025): 58-61.

33. Marufova, Zulfiya. "THE CONCEPT OF "BEAUTY" AND ITS LINGUOPOETHICAL RESEARCH AND ANALYSIS ISSUES." AMERICAN JOURNAL OF SOCIAL SCIENCE 3.4 (2025): 81-87.
34. Mahmudova, Sevara, and Sarvara Tashaliyeva. "O 'ZBEK BOLALAR ADABIYOTI NAMUNALARI RUS TILIDA." Oriental renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences 3.23 (2023): 189-194.
35. Mahmudova, Sevara, and Sarvara Tashaliyeva. "THE INFLUENCE OF MEDIA ON THE FORMATION OF PERSONALITY: PROBLEMS AND SOLUTIONS." INTERNATIONAL JOURNAL OF SOCIAL SCIENCE & INTERDISCIPLINARY RESEARCH ISSN: 2277-3630 Impact factor: 8.036 11.01 (2022): 94-97.
36. Mahmudova, Sevara. "IBROHIM G 'AFUROVNING SO 'Z YARATISH MAHORATIGA DOIR." Oriental renaissance: Innovative, educational, natural and social sciences 2.Special Issue 28 (2022): 139-145.
37. Mahmudova, Sevara. "On the Origin and Significance of the Terms "Bovarism" and "Quixotism"." International Journal on Integrated Education 4.9 (2021): 15-17.
38. Makhmudova, S. I. "Avicenna as a Great Philosopher of Medieval Science." JournalNX: 273-277.
39. Ismoilov, Hamdam, and Dilbar Abdishukurovna Shomuradova. "The Art of Translation as a Factor in Enriching the Cultures of the Peoples of the World." TJE-Tematics journal of Education 6 (2021).
40. Abdishukurovna, Shomuradova Dilbar. "The importance of CLIL method in improving professional English teaching technologies in non-philological educational directions." International Journal of Pedagogics 5.02 (2025): 216-219.
41. Dilbar, Shomuradova. "KASBGA YO 'NALTIRILGAN MULOQOT KO 'NIKMALARINING MAZMUN-MOHIYATI." International Scientific and Current Research Conferences. 2023.
42. Shomuradova, Dilbar. "THE USAGE OF THE INTERNET IN ESL LEARNING." Türkoloji 92 (2018): 65-68.
43. Исакова, Г. Н. "КРЫЛАТЫЕ СЛОВА И СМЕЖНЫЕ ЯЗЫКОВЫЕ ЕДИНИЦЫ." Экономика и социум 3-1 (130) (2025): 644-647.
44. Isakova, Guzalxon Ne'matovna. "AKA-UKA LYUMIERLAR VA KINO SAN'ATI." Oriental Art and Culture 5.5 (2024): 503-506.
45. O'g'Li, Yusupov Murodjon Yunus, and Isakova Guzalxon Ne'Matovna. "AMIR TEMURNING "TEMUR TUZUKLARI" ASARIDA BOSHQARUVGA DOIR QARASHLARI." Ученый XXI века 6-7 (97-98) (2023): 26-28.
46. Qizi, Hayriddinova Asal Farhod, and Isakova Guzalxon Ne'Matovna. "XALQARO TEATR FAOLIYATIGA NAZAR." Ученый XXI века 6-7 (97-98) (2023): 23-25.
47. Исакова, Г. Н. "ЧУВСТВО ПАТРИОТИЗМА В КРЫЛАТЫХ СЛОВАХ." Ученый XXI века 8 (89) (2022): 52-54.

48. Isakova, Guzal. "А ҚАНОТЛИ СЎЗЛАРНИНГ ЭКСПЛИЦИТ ХУСУСИЯТЛАРИ: ҚАНОТЛИ СЎЗЛАРНИНГ ЭКСПЛИЦИТ ХУСУСИЯТЛАРИ." АКТУАЛЬНОЕ В ФИЛОЛОГИИ 1.1 (2021).
49. Nematovna, Isakova Guzalkhon. "On the semantics of some winged words in the french language." ACADEMICIA: An International Multidisciplinary Research Journal 11.9 (2021): 58-61.
50. Isakova, Guzalkhon Ne'matovna. "DIFFERENCES BETWEEN THE CONCEPTS OF WINGED WORDS, APHORISMS AND PHRASEOLOGICAL UNITS." Scientific Bulletin of Namangan State University 2.9 (2020): 252-257.
51. Исакова, Г. Н. "НАУКА. ИСКУССТВО. КУЛЬТУРА." НАУКА. ИСКУССТВО. КУЛЬТУРА Учредители: Белгородский государственный институт искусств и культуры 1: 5-11.
52. Исакова, Г. Н. "ВОЗНИКНОВЕНИЕ МЕТОДА КОНТАМИНАЦИИ В КРЫЛАТЫХ СЛОВАХ." УЧЕНЫЙ XXI ВЕКА: 41.
53. Samiyev, Baxtiyor. "INNOVATIVE DEVELOPMENT OF CULTURE AND ART." Multidisciplinary Journal of Science and Technology 4.5 (2024): 522-525.
54. Baxtiyor, Samiyev. "THEORETICAL ANALYSIS OF THE CURRENT ACTIVITY OF CULTURAL CENTERS IN UZBEKISTAN." International Multidisciplinary Journal for Research & Development 11.05 (2024).
55. Samiyev, Baxtiyor Norbobo O'G'Li, and Mo'Minmirzo Xolmo'Minov. "YUSUF XOS HOJIBNING BOSHQARUVGA DOIR QARASHLARI VA AXLOQIY O 'GITLARI." Oriental Art and Culture 4.2 (2023): 359-364.
56. Alimasov, Viktor, and Samiyev Baxtiyor Norbobo o'g'li. "MADANIYAT VA SAN'AT SOHASIDA KADRLAR VA MUTAXASSISLAR MIGRATSIYASI." Journal of universal science research 3.3 (2025): 31-35.
57. Kholmuminov, Muminmirzo, and Asilbek Qolqanatov. "The Formation of the First Libraries in Uzbekistan and the Role of Increasing the Cultural and Educational Awareness of the Population." image 4.89 (2021): 90.
58. Xolmo'Minov, Mo'Minmirzo, and Asilbek Qolqanatov. "Mufassal mushohadalar me'moridan mufassal mushohadalar meroji." Oriental Art and Culture 3.2 (2022): 568-580.
59. Xolmo'Minov, Mo'Minmirzo, and Asilbek Qolqanatov. "O'ZBEKISTONDA MADANIY-MA'RIFIY ISHLAR VA KUTUBXONALAR FAOLIYATI (XX ASR TAJRIBALARIDAN)." Oriental Art and Culture 3.1 (2022): 281-290.
60. Kalkanatov, Asilbek. "THE IMPORTANCE OF MANAGING THE PARTICIPATION OF CULTURAL AND ART INSTITUTIONS AND ORGANIZATIONS IN CULTURAL ACTIVITIES." Journal of Innovation, Creativity and Art 2 (2023): 7-10.
61. Yuldasheva, M. B., and A. N. Qolqanatov. "Kadrlar potentsiali ijtimoiy-madaniy sohada tashkilot faoliyati samaradorliligini oshirishshning yetakchi omili sifatida." Inter education & global study 8 (2024): 58-68.

62. Saparbayeva, Gulshira, and Asilbek Qolqanatov. "OMMAVIY BAYRAMLARNI TASHKIL ETISHDA SSENARIYNAVISLIKNING O'RNI." *Oriental Art and Culture* 8 (2021): 16-21.
63. Nazarbay o'g'li, Qolqanatov Asilbek, and Jumanazarov Zohidjon Eldor o'g'li. "AUDIOVIZUAL INDUSTRIYA TUSINDIRMESI." *Multidisciplinary Journal of Science and Technology* 5.5 (2025): 122-129.
64. Kalkanatov, Asilbek, Shahabatdin Makhamatdinov, and Islam Urazbaev. "Activities of new Karakalpakstan cultural centers: Reform and analysis." *Art and Design: Social Science* 3.1 (2023): 1-4.
65. Yuldasheva, Manzura, and Asilbek Qolqanatov. "O'ZBEKISTONDA MUZEY MENEJMENTI VA UNI TAKOMILLASHTIRISH XUSUSIYATLARI." *Oriental art and culture* 3.1 (2022): 254-260.
66. ЮЛДАШЕВА, Манзура, and Асылбек КОЛКАНАТОВ. "ПУТИ ФОРМИРОВАНИЕ ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ МОЛОДЕЖИ В СОЦИОКУЛЬТУРНОЙ СРЕДЕ." *Journal of Culture and Art* 1 (2023): 16-20.