

ISSN 2181-5291

PSIXOLOGIYA

ILMIY JURNAL

НАУЧНЫЙ ЖУРНАЛ

SCIENTIFIC JOURNAL

№ 4, 2024

www.buxdu.uz



Amirova Luiza Maratovna,

Alisher Navoiy nomidagi Toshkent o'zbek tili va adabiyoti universiteti o'qituvchisi

BEZORILIK PSIXOLOGIK TADQIQOT PREDMETI SIFATIDA

Annotatsiya. Ushbu maqola zo'ravonlikni boshdan kechirgan psixologik oqibatlarining har tomonlama tizimli tahlilini taqdim etadi. U uzoq muddatli zo'ravonlik natijasida yuzaga keladigan tashvish, depressiya va o'zini past baho kabi umumiy ruhiy salomatlik muammolarini muhokama qiladi. Muallif erta aralashuvning muhimligini va bu ta'sirlarni yumshatishda uyda ham, maktabda ham qo'llab-quvvatlash tizimlarining rolini ta'kidlaydi.

Kalit so'zlar: zo'ravonlik, tajovuz, qurbonlik, psixologik ta'sir, hissiy stress, tengdoshlar bilan munosabatlar, uzoq muddatli ta'sirlar, ruhiy salomatlik, chidamlilik, kiberbulling, qo'rqitishga qarshi dasturlar.

БУЛЛИНГ КАК ПРЕДМЕТ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЙ

Аннотация. В этой статье представлен всесторонний систематический обзор психологических последствий, которые испытывают жертвы издевательств. В ней обсуждаются распространённые проблемы психического здоровья, такие как тревога, депрессия и низкая самооценка, которые возникают в результате продолжительного издеательства. Автор подчёркивает важность раннего вмешательства и роль систем поддержки как дома, так и в школе в смягчении этих последствий.

Ключевые слова: издеательства, агрессия, виктимизация, психологическое воздействие, эмоциональный стресс, отношения со сверстниками, долгосрочные последствия, психическое здоровье, устойчивость, киберзапугивание, программы борьбы с издеательствами.

BULLYING AS A SUBJECT OF PSYCHOLOGICAL RESEARCH

Abstract. This article provides a comprehensive systematic review of the psychological effects experienced by victims of bullying. It discusses common mental health issues, such as anxiety, depression, and low self-esteem, that arise as a consequence of sustained bullying. The author emphasizes the importance of early intervention and the role of support systems, both at home and in school settings, in mitigating these effects.

Keywords: bullying, aggression, victimization, psychological impact, emotional distress, peer relationships, long-term effects, mental health, resilience, cyberbullying, anti-bullying programs.

Введение. В настоящее время проблема насилия в образовательной среде становится всё более актуальной. Предпосылкой любого насилия является отсутствие уважения к личности. Полноценное развитие и реализация индивидуальных потенциалов человека в школе возможны только в определённых условиях. Центральное место среди них принадлежит качеству межличностного общения и психологической безопасности в образовательной среде. Современный жизненный контекст не исключает явления насилия из процессов обучения и воспитания. В этой связи необходимо исследовать сам феномен насилия в образовательной среде, его истоки, формы и причины, в связи с тем, что оно способно разрушать безопасность образовательной среды и негативным образом сказываться на построении межличностных отношений между субъектами образовательного процесса и развитии личности обучающегося.

Литературный анализ и методология. Запугивание может проявляться в нескольких формах, включая физическое, вербальное, реляционное и киберзапугивание. Каждый тип имеет уникальные последствия для психологического благополучия жертв:

1. Физическое издевательство: включает в себя прямой физический вред, например, удары или толчки. Жертвы могут получить непосредственные физические травмы, но могут также пережить долгосрочные психологические последствия, включая повышенную тревогу и постоянное чувство угрозы.

2. Вербальное издевательство. Для словесного издеательства характерны обзывательства, оскорбления и угрозы. Эта форма часто приводит к внутреннему чувству никчёмности и хроническому стрессу, влияющему на самооценку жертв.

3. Реляционное издевательство. Этот тип сосредоточен на социальной изоляции и сплетнях. Это может привести к серьёзному эмоциональному стрессу, поскольку жертвы могут бороться с чувством одиночества и социального неприятия, что приводит к тревоге и депрессии.

4. Киберзапугивание. Это современная форма издевательств, происходящая через цифровые платформы. Жертвы могут чувствовать себя в ловушке, поскольку издеательства следуют за ними в их доме. Анонимность онлайн-взаимодействий часто усугубляет страх и беспомощность, связанные с издевательствами.

Психологическое воздействие на жертв.

Исследования показали, что жертвы издевательств испытывают ряд психологических последствий. Исследования показывают, что люди, подвергшиеся издевательствам, могут страдать от:

- тревоги и депрессии: Жертвы часто сообщают о повышенном чувстве тревоги и проявляют симптомы депрессии. Длительное воздействие может привести к хроническим проблемам психического здоровья, которые сохраняются и во взрослом возрасте.

- симптомы посттравматического стресса: у многих жертв проявляются признаки, схожие с посттравматическим стрессовым расстройством (ПТСР), такие как воспоминания, ночные кошмары и высокий уровень стресса, связанный с инцидентами издевательств.

- Снижение академического и социального функционирования. Эмоциональный стресс может мешать жертве успевать в учёбе и социальному взаимодействию. Они могут отстраняться от школьных занятий, что приводит к изоляции и дальнейшему обострению проблем с психическим здоровьем.

Психологи обращают внимание на увеличение количества случаев буллинга среди детей и подростков [1]. В отличие от случайной драки или ссоры, буллинг представляет собой намеренное агрессивное поведение, осуществляемое регулярно [2]. Под термином «буллинг» в психологической литературе обычно понимают совокупность социальных, психолого-педагогических проблем. Несмотря на то, что буллинг проявляется в стабильных социальных группах, он представляет собой широкий спектр моделей поведения. Важно, чтобы участники травли имели неравную социальную мощь или физическую силу и желание это подтвердить [1]. Проблема агрессивного поведения изучается в психологии и социологии, биологии и психиатрии.

Будь то эмоциональная или физическая агрессия со стороны группы или одного человека, важно, чтобы жертва была беспомощной и неспособной защитить себя или оказать сопротивление. Неуверенность в себе, инаковость и низкий социальный статус жертвы — распространённые, но не единственные причины издевательств. Причиной может быть страх перед неизвестностью, потребность во власти со стороны преследователей, принятие издевательств как нормы со стороны наблюдателей [3]. Последствием косвенного издеательства может стать социальная изоляция жертвы.

Исследования показывают негативное воздействие издевательств на жертв. Есть большая вероятность, что эти люди превратятся в агрессоров. Кроме того, жертвы издеательств имеют повышенный риск возникновения тревоги и депрессии [4; 5]. У детей и подростков уже во время учёбы в средней школе возникают проблемы с самооценкой.

Демонстрация агрессии и насилия в средствах массовой информации может спровоцировать появление страхов и тревог у учащихся, родителей и учителей. Выделен ряд типичных страхов и тревог современного ребёнка, учащегося средней школы: теракты, «опасные» люди, увольнение или смерть родителей, бедность и несчастье, собственные неудачи, оценка со стороны значимых других людей [6]. Проблема легитимации агрессивного поведения сегодня особенно актуальна. Бестактное отношение к учителю или учительнице — не редкость в жизни современной общеобразовательной школы. Рост числа случаев детской жестокости и агрессии отмечен и в достаточно экономически развитых странах. Но социальная ситуация неопределённости оказывает сильное влияние на психическое здоровье.

Результаты. Участниками буллинга в той или иной степени являются все члены той социальной группы, в которой наблюдается данная проблема. Ролевая структура содержит три основные позиции: хулиганы (агрессоры), жертвы и наблюдатели. В.Р. Петросянц называет основные позиции: насильники, потерпевшие и свидетели. Для абыюзеров характерны высокая успешность, позитивное отношение к агрессии, отсутствие эмпатии, большая потребность в доминировании, завышенная самооценка, относительно высокий социометрический статус [3]. Пострадавшим свойственна социальная отстранённость, чувствительность, соматическая слабость, повышенная тревожность, склонность к депрессиям, негативное самоотношение, низкий/высокий уровень

агрессии, низкая степень социальной поддержки [3]. Вот примеры техники «незаконченных предложений» в исполнении потерпевших в нашем исследовании. «Мои три заветных желания — быть богатым, счастливым и красивым. А потом меня дразнят», «Мне больше всего хотелось бы получить хорошее образование, работу!». «Мои три заветных желания — хорошо учиться, жить счастливо и открыть малый бизнес». «Мои три заветных желания — иметь машину для печатания денег». «Если бы я стал невидимым, я бы начал грабить банки». Добавим, что претензии других студентов к «изгоям» связаны с материальным благополучием семьи. Страхи хулиганов связаны с подтверждением своего относительно высокого статуса в социальной группе. Проведём параллель с результатами нашего лонгитюдного исследования тревожности на начальном этапе обучения. Для детей группы риска по явной тревожности характерно благополучное положение в коллективе, приятный внешний вид, хорошее материальное обеспечение семьи, отличная или хорошая успеваемость. В начальной школе тревожность коррелирует с эмоциональным настроением учителя, эффективностью выполнения заданий, межличностными предпочтениями сверстников. Большинство авторов сходятся во мнении, что именно личность классного руководителя оказывает огромное влияние на положение ребёнка в системе взаимоотношений. Требования взрослого в конкретном классе определяют популярность и статус ученика. Востребованные в детском коллективе учащиеся характеризуются хорошими способностями и успеваемостью, спокойствием и трудолюбием. Теперь давайте посмотрим статистику стран, где наблюдается наибольшее психологическое воздействие на людей. Распространённость и последствия издевательств, включая их психологические последствия, могут значительно различаться в зависимости от страны и региона. На него влияют культурные, социальные и правовые рамки, связанные с издевательствами и психическим здоровьем. Хотя конкретные рейтинги могут со временем меняться, вот некоторые страны, в которых издеательства считаются серьёзной проблемой, часто приводящей к серьёзным психологическим последствиям для людей:

1. США. Издеательства в школах и в Интернете — хорошо задокументированная проблема, оказывающая существенное воздействие на психическое здоровье.
2. Индия: Уровень издевательств, особенно в учебных заведениях, вызывает тревогу, что может привести к серьёзным психологическим расстройствам среди учащихся.
3. Южная Корея. Издеательства вызывают серьёзную озабоченность, особенно в школах, и привели к многочисленным случаям серьёзных психологических травм и даже самоубийств.
4. Япония. Издеательства являются серьёзной проблемой в школах и приводят к серьёзным психологическим последствиям для жертв.
5. Бразилия. Издеательства распространены в школах и могут привести к депрессии и тревоге среди жертв.
6. Россия: Сообщается, что издеательства, особенно в школах, вызывают серьёзные эмоциональные расстройства и долгосрочные психологические проблемы.
7. Австралия: Издеательства остаются критической проблемой, и существуют различные инициативы по устранению их психологических последствий для молодых людей.
8. Канада: Хотя предпринимаются усилия по борьбе с издеательствами, во многих отчётах указывается, что они по-прежнему оказывают значительное влияние на психическое здоровье пострадавших.
9. Филиппины: Издеательства в школах являются признанной проблемой, приводящей к негативным психологическим последствиям для многих учащихся.
10. Великобритания: Издеательства в школах и на рабочих местах вызывают серьёзную озабоченность, влияя на психическое здоровье многих людей.

Этот список не является исчерпывающим, и последствия издеательств часто занижаются или сильно различаются в пределах страны в зависимости от различных факторов, таких как социально-экономический статус, городские или сельские условия и системы поддержки сообщества.

Обсуждение. Проактивные меры, образование и ресурсы в области психического здоровья могут существенно помочь смягчить последствия издеательств. Борьба с издеательствами требует многогранного подхода. Эффективные вмешательства включают в себя:

- образовательные и информационные программы: реализация образовательных программ в школах может рассказать учащимся о последствиях издеательств, способствовать сочувствию и поощрять позитивное поведение свидетелей.
- услуги консультирования и поддержки: предоставление жертвам ресурсов по психическому здоровью может помочь им разобраться в своих переживаниях и разработать стратегии преодоления эмоционального стресса.

- изменения в политике: школы и рабочие места должны разработать чёткую политику борьбы с издевательствами, описывающую последствия запугивания и продвигающую культуру уважения и инклюзивности.

Заключение. Буллинг – сложное явление, имеющее серьёзные психологические последствия. Понимание его воздействия имеет решающее значение для разработки эффективных мер вмешательства и систем поддержки жертв. Создавая среду, которая препятствует издевательствам и способствует психическому благополучию, мы можем работать над снижением распространённости и последствий издевательства в обществе.

Литература:

1. Бочавер А.А., Жилинская А.В., Хломов К.Д. Школьный буллинг и позиция учителей // Социальная психология и общество. 2015. № 1 (6). стр. 103–116.
2. Гусейнова Е.А., Ениколопов С.Н. Влияние позиции подростка при буллинге на его агрессивное поведение и самооценку [Электронный ресурс] // Психологическая наука и образование http://psyedu.ru/journal/2014/2/Guseinova_Enikolopov.phtml
3. Петросянц В.Р. Психологические особенности старшеклассников, участников буллинга в образовательной среде, и их устойчивость: Дис. ...канд. психол. наук. СПб, 2011. 210 с.
4. Крейг В.М. Взаимосвязь издевательства, виктимизации, депрессии, тревоги и агрессии у детей начальной школы // Личность и индивидуальные различия. 1998. Том. 24 (1). С. 123–130.
5. Фиабане Э., Флачи Д., Георгий И. и др. Профессиональные результаты и психологическое здоровье после издевательства на рабочем месте: предварительное исследование // Med Lav. 2015. Том. 106 (4). С. 271–283.
6. Прихожан А.М. Психология тревоги. Дошкольный и школьный возраст. М.: Питер, 2009. 192с.

Mundarija/Soderzhanie/Contents

№		bet
		стр
		page
1	Тожибоева Гулхумор Рахмонжоновна	3
	Ўсмирлардаги низолилик даражасини намоён бўлишининг психологик жиҳатлари	
	Психологические аспекты проявления уровня конфликтности у подростков	
	Psychological aspects of the manifestation of the level of conflict in adolescents	
2	Кулиев Ёркин Каримович	7
	Мотивационный аспект повышения вовлечённости сотрудников	
	The motivational aspect of increasing employee engagement	
	Xodimlarning daxldorligini oshirishning motivatsion jihatlari	
3	Achilova Munira Mansurovna	14
	Oliy ta'lim muassasasi o'qituvchilarida empatiya hissi rivojlanishiga ta'sir e'tuvchi ijtimoiy-psixologik omillar	
	Социально-психологические факторы, влияющие на развитие эмпатии у преподавателей вузов	
	Social-psychological factors affecting the development of empathy in higher educational institutions	
4	Ahmadjonova Nargizaxon Adiljanovna	19
	Ekstremal vaziyatlarda xodimlarning agressivligini psixodiagnostikasi	
	Психодиагностика агрессивности сотрудников в экстремальных ситуациях	
	Psychodiagnosics of aggressiveness of employees in extreme situations	
5	Akilov Faridun Firdavsovi	23
	Maktab direktori o'rinbosarlarining boshqaruv madaniyati va mahoratini shakllantirishning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari	
	Социально-психологические особенности формирования управленческой культуры и навыков заместителей директора школы	
	Social-psychological features of forming the management culture and skills of deputy school directors	
6	Amirova Luiza Maratovna	29
	Bezorilik psixologik tadqiqot predmeti sifatida	
	Буллинг как предмет психологический исследований	
	Bullying as a subject of psychological research	
7	Bosimov Bobir Ismatilla o'g'li	33
	Probatsiya nazoratidagi shaxslar faoliyatini emotsional boshqaruvning psixologik muammolari	
	Психологические проблемы эмоционального управления деятельностью лиц, находящимся на probation	
	Psychological problems of emotional management of probationers' activities	