KIBERBULLINGNING UNIVERSITET TALABALARI PSIXOLOGIK BARQARORLIGIGA TA’SIRI: ILMIY ADABIYOTLAR SHARHI

Hakimjonova Musharrafxon Dilshodjon qizi
Qo‘qon davlat universiteti Magistratura bo‘limi psixologiya mutaxassisligi 1-bosqich magistranti

Annotatsiya: Ushbu maqolada kiberbullingning universitet talabalari psixologik barqarorligiga ta’siri ilmiy adabiyotlar asosida tahlil qilinadi. Uning depressiv belgilar, xavotir, stress, o‘zini baholash va ijtimoiy moslashuv bilan bog‘liqligi hamda psixologik barqarorlikni saqlashda ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashning ahamiyati yoritiladi. Maqola adabiyotlar sharhiga asoslangan bo‘lib, mustaqil diagnostik tadqiqot o‘tkazilmagan.

Kalit so‘zlar: kiberbulling, universitet talabalari, psixologik barqarorlik, ruhiy salomatlik, xavotir, stress, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash.

KIRISH

Internet va raqamli texnologiyalarning kundalik hayotga keng kirib kelishi insonlar o‘rtasidagi muloqot imkoniyatlarini sezilarli darajada kengaytirdi. Ijtimoiy tarmoqlar, messenjerlar, onlayn ta’lim platformalari va boshqa raqamli vositalar universitet talabalariga axborot almashish, bilim olish hamda ijtimoiy aloqalarni rivojlantirish imkonini bermoqda. Shu bilan birga, ushbu muhitda haqoratlash, tahdid qilish, kamsitish, yolg‘on ma’lumot tarqatish va shaxsni jamoatchilik oldida sharmanda qilish kabi salbiy xatti-harakatlar ham uchramoqda. Bunday xatti-harakatlarning takroriy va zarar yetkazishga qaratilgan shakllaridan biri kiberbulling hisoblanadi.

Kiberbulling odatda elektron aloqa vositalari orqali boshqa shaxsga qasddan zarar yetkazish bilan bog‘liq xatti-harakatlarni anglatadi. J. W. Patchin va S. Hinduja ushbu hodisani kompyuterlar, mobil telefonlar va boshqa elektron qurilmalardan foydalanib, qasddan va takroran zarar yetkazish sifatida izohlaydi.1 Biroq kiberbullingning aniq ta’rifi bo‘yicha ilmiy munozaralar mavjud. Xususan, internetdagi har qanday nizoli muloqotni kiberbulling deb baholash to‘g‘ri emas: xatti-harakatning mazmuni, takrorlanishi, zarar yetkazish xususiyati va tomonlar o‘rtasidagi kuch nomutanosibligi ham hisobga olinishi lozim.

Universitet talabalari uchun ushbu muammo alohida ahamiyatga ega. Talabalik davrida shaxsning kasbiy va ijtimoiy o‘zligini shakllantirish, mustaqil qaror qabul qilish, yangi munosabatlar o‘rnatish va akademik talablar bilan moslashish jarayonlari kechadi. Shu davrda yuzaga keladigan muntazam raqamli

[1] Patchin, J. W., & Hinduja, S. (2015). Measuring cyberbullying: Implications for research. *Aggression and Violent Behavior, 23*, 69–74. https://doi.org/10.1016/j.avb.2015.05.013

tazyiq talabaning hissiy holati, o‘ziga bo‘lgan munosabati, tengdoshlari bilan aloqalari va o‘qish faoliyati bilan bog‘liq qiyinchiliklarni kuchaytirishi mumkin.

Arif va boshqa hammualliflar tomonidan 2024-yilda e’lon qilingan tizimli sharhda universitet va kollejlarning 29 593 nafar talabasi ishtirok etgan 32 ta tadqiqot natijalari umumlashtirilgan. Unda kiberjabrlanish depressiya, xavotir, stress va boshqa salbiy ruhiy holatlar bilan bog‘liqligi qayd etilgan. 2 Ushbu natijalar muammoni oliy ta’lim muassasalarida psixologik qo‘llab-quvvatlash va profilaktika nuqtayi nazaridan o‘rganish zarurligini ko‘rsatadi.

Maqolaning maqsadi — universitet talabalarida kiberbulling bilan bog‘liq psixologik oqibatlarni, psixologik barqarorlikni saqlashga yordam beruvchi omillarni va oliy ta’lim muassasalarida profilaktika imkoniyatlarini ilmiy adabiyotlar asosida tahlil qilish.

Maqolaning vazifalari quyidagilardan iborat:

kiberbulling tushunchasi va uning o‘ziga xos xususiyatlarini yoritish;

kiberbullingning talabalarning ruhiy holati bilan bog‘liqligiga doir ilmiy natijalarni umumlashtirish;

psixologik barqarorlik va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashning ahamiyatini tahlil qilish;

universitetlarda kiberbullingning oldini olishga qaratilgan amaliy tavsiyalar ishlab chiqish.

TADQIQOT METODOLOGIYASI

Mazkur maqola ilmiy adabiyotlar sharhi shaklida tayyorlandi. Tahlil uchun universitet talabalarida kiberbulling va ruhiy salomatlik munosabatlarini o‘rgangan tizimli sharhlar, empirik tadqiqotlar hamda kiberbulling tushunchasiga bag‘ishlangan ilmiy maqolalar tanlandi.

Manbalarni tahlil qilishda uchta asosiy yo‘nalishga e’tibor qaratildi: kiberbullingning psixologik oqibatlari, psixologik barqarorlikka aloqador shaxsiy va ijtimoiy omillar hamda oliy ta’lim muassasalaridagi profilaktika imkoniyatlari. Tanlangan ishlarning maqsadi, ishtirokchilar guruhi, asosiy natijalari va metodologik cheklovlari o‘zaro taqqoslandi.

Maqola yangi empirik ma’lumotlarni to‘plash yoki statistik hisob-kitoblarni amalga oshirishni nazarda tutmaydi. Shu sababli undagi raqamli ko‘rsatkichlar muallifning shaxsiy tadqiqot natijalari emas, balki tegishli ilmiy manbalarda keltirilgan natijalardir. Ushbu ishni to‘liq tizimli sharh deb emas, balki maqsadli tanlangan ilmiy adabiyotlar asosidagi tahliliy sharh deb baholash lozim.

NATIJALAR VA ADABIYOTLAR TAHLILI

1. Kiberbullingning mohiyati va universitet muhitidagi xususiyatlari

Kiberbulling an’anaviy bezorilik bilan umumiy jihatlarga ega bo‘lsa-da, raqamli muhitning xususiyatlari tufayli o‘ziga xos shakllarda namoyon bo‘ladi. An’anaviy bezorilik ko‘pincha muayyan jismoniy yoki ijtimoiy makonda yuz bersa,

[2] Arif, A., Qadir, M. A., Martins, R. S., & Khuwaja, H. M. A. (2024). The impact of cyberbullying on mental health outcomes amongst university students: A systematic review. *PLOS Mental Health*, *1*(6), e0000166. https://doi.org/10.1371/journal.pmen.0000166

kiberbulling ijtimoiy tarmoqlar, guruh suhbatlari, elektron pochta, onlayn o‘yinlar va ta’lim platformalari orqali amalga oshirilishi mumkin.

Kiberbullingning asosiy ko‘rinishlariga haqoratli xabarlar yuborish, tahdid qilish, shaxs haqida yolg‘on ma’lumot tarqatish, shaxsiy yozishmalar yoki tasvirlarni roziligisiz e’lon qilish, guruhlardan qasddan chetlashtirish va omma oldida kamsitish kiradi. Bunday harakatlar keng auditoriyaga tez tarqalishi va uzoq vaqt davomida internetda saqlanib qolishi mumkin.

Patchin va Hinduja kiberbullingni o‘rganishda hodisaning ta’rifini aniq belgilash zarurligini ta’kidlaydi.3 Chunki bir martalik kelishmovchilik, keskin fikr bildirish va muntazam ravishda zarar yetkazishga qaratilgan ta’qib o‘zaro farqlanishi kerak. Shu bilan birga, ayrim hollarda bitta marta joylashtirilgan zararli materialning qayta-qayta ko‘rilishi va tarqatilishi ham jabrlanuvchiga davomli salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin.

Universitet sharoitida kiberbulling talabalar guruhlari, kursdoshlar o‘rtasidagi muloqot, talabalar tashkilotlari va ta’lim bilan bog‘liq raqamli platformalarda yuz berishi mumkin. Jabrlanuvchi tajovuzkor bilan yuzma-yuz uchrashmasa ham, uning xabarlarini ko‘rishi yoki boshqa foydalanuvchilarning munosabatidan xabardor bo‘lib turishi mumkin. Bu esa vaziyatdan psixologik jihatdan uzoqlashishni qiyinlashtiradi.

Bundan tashqari, kiberbullingga guvoh bo‘lgan talabalar ham muayyan mas’uliyat va ruhiy bosimni his qilishlari mumkin. Ular jabrlanuvchini qo‘llab-quvvatlash, tajovuzkor bilan bahslashish yoki vaziyatga aralashmaslik o‘rtasida tanlov qilishga majbur bo‘lishlari mumkin. Demak, kiberbulling faqat jabrlanuvchi va tajovuzkor o‘rtasidagi munosabat emas, balki butun talabalar guruhining psixologik iqlimiga aloqador hodisadir.

2. Kiberbulling va talabalarning ruhiy salomatligi

Kiberbullingning ruhiy salomatlik bilan aloqasi zamonaviy ilmiy tadqiqotlarda muhim yo‘nalishlardan biri hisoblanadi. Ayniqsa, depressiv belgilar, xavotir, stress, yolg‘izlik hissi va o‘ziga bo‘lgan bahoning pasayishi kabi holatlar ko‘p o‘rganilgan.

Arif va hammualliflarning tizimli sharhi universitet va kollej talabalariga oid 32 ta tadqiqotni qamrab olgan.4 Mualliflar tahlil qilgan tadqiqotlarning 20 tasidan 16 tasida kiberjabrlanish va depressiv belgilar o‘rtasida statistik jihatdan ahamiyatli bog‘liqlik aniqlangan. Xavotir bo‘yicha esa 15 tadqiqotning 12 tasida ahamiyatli bog‘liqlik qayd etilgan. Stressni o‘rgangan uchta tadqiqotning barchasida ham kiberjabrlanish bilan stress o‘rtasida bog‘liqlik kuzatilgan.

Mazkur natijalar kiberbulling bilan bog‘liq ruhiy qiyinchiliklar birgina hissiy noqulaylik bilan cheklanmasligini ko‘rsatadi. Takroriy haqorat yoki tahdidga duch kelgan talaba o‘zini xavfsiz his qilmasligi, boshqalarning munosabatidan ortiqcha xavotirlanishi va ijtimoiy vaziyatlardan qochishga moyil bo‘lishi mumkin. Agar

[3] Patchin, J. W., & Hinduja, S. (2015). Measuring cyberbullying: Implications for research. *Aggression and Violent Behavior*, *23*, 69–74. https://doi.org/10.1016/j.avb.2015.05.013

[4] Arif, A., Qadir, M. A., Martins, R. S., & Khuwaja, H. M. A. (2024). The impact of cyberbullying on mental health outcomes amongst university students: A systematic review. *PLOS Mental Health*, *1*(6), e0000166. https://doi.org/10.1371/journal.pmen.0000166

bunday holatlar davom etsa, ular o‘qishga diqqatni jamlash va kundalik faoliyatni tashkil etish bilan bog‘liq qiyinchiliklar bilan birga kuzatilishi ehtimoli mavjud.

Kiberjabrlanish va o‘ziga bo‘lgan baho o‘rtasidagi bog‘liqlik ham e’tiborga loyiq. Arif va hammualliflar sharhida ushbu munosabatni o‘rgangan olti tadqiqotning to‘rttasida kiberjabrlanish va o‘ziga bo‘lgan bahoning pasayishi o‘rtasida kuchsiz, ammo statistik jihatdan ahamiyatli salbiy bog‘liqlik aniqlangan. Bunday holatda talaba boshqalarning salbiy fikrlarini o‘z shaxsiy qadr-qimmatiga oid baho sifatida qabul qilishi mumkin. Biroq bu jarayon har bir insonda bir xil kechmaydi: shaxsiy tajriba, ijtimoiy yordam va vaziyatni talqin qilish usullari natijaga ta’sir ko‘rsatishi mumkin.

Martínez-Monteagudo va hammualliflarning universitet muhitiga bag‘ishlangan tadqiqotida ham kiberbulling, hissiy qiyinchiliklar va universitetga moslashish o‘rtasidagi munosabatlar o‘rganilgan.5 Ushbu yo‘nalishdagi tadqiqotlar kiberbullingni faqat internetdagi noxush hodisa sifatida emas, balki talabaning ta’lim muhitiga moslashuvi va ruhiy farovonligi bilan bog‘liq muammo sifatida ko‘rib chiqish zarurligini ko‘rsatadi.

Shu bilan birga, mavjud tadqiqotlar natijalarini talqin qilishda ehtiyotkorlik zarur. Kiberjabrlanish va depressiya o‘rtasida bog‘liqlik aniqlanishi kiberbulling har bir holatda depressiyani bevosita keltirib chiqaradi, degan xulosani anglatmaydi. Oldingi ruhiy qiyinchiliklar, oilaviy muammolar, ijtimoiy ajralish yoki boshqa stress omillari ham ushbu munosabat bilan bog‘liq bo‘lishi mumkin. Shuning uchun sababiy xulosalar chiqarish uchun vaqt davomida kuzatuv olib boradigan va muqobil izohlarni hisobga oladigan tadqiqotlar muhimdir.

3. Psixologik barqarorlik va individual xususiyatlarning o‘rni

Psixologik barqarorlik shaxsning qiyin vaziyatlarda hissiy holatini boshqarishi, mavjud sharoitga moslashishi va faoliyatini davom ettirishiga yordam beruvchi xususiyatlar bilan bog‘liq tushunchadir. Ushbu maqolada u salbiy hodisalardan mutlaqo ta’sirlanmaslik sifatida emas, balki qiyinchiliklarga moslashish, yordam izlash va ruhiy muvozanatni tiklash imkoniyati sifatida talqin qilinadi.

Psixologik barqarorlikni depressiya yoki xavotirning yo‘qligi bilan tenglashtirib bo‘lmaydi. Shaxs ma’lum darajada barqarorlikni namoyon etgan holda ham stress yoki xavotirni boshdan kechirishi mumkin. Shu sababli ushbu tushunchani ilmiy o‘rganishda hissiy holat, moslashuv, o‘zini boshqarish va ijtimoiy faoliyat kabi ko‘rsatkichlarni bir-biridan farqlash kerak.

Vixmanning 2023-yilda e’lon qilingan tadqiqotida 220 nafar yosh ishtirokchida kiberjabrlanish, kiberagressiya va shaxsning besh omilli modeli xususiyatlari o‘rganilgan.6 Ishtirokchilarning yoshi 16–22 oralig‘ida bo‘lib, namuna universitet, kollej va maktab o‘quvchilarini qamrab olgan. Natijalarda

[5] Martínez-Monteagudo, M. C., Delgado, B., Inglés, C. J., & García-Fernández, J. M. (2020). Cyberbullying in the university setting. Relationship with emotional problems and adaptation to the university. *Frontiers in Psychology, 10*, 3074. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.03074

[6] Martínez-Monteagudo, M. C., Delgado, B., Inglés, C. J., & García-Fernández, J. M. (2020). Cyberbullying in the university setting. Relationship with emotional problems and adaptation to the university. *Frontiers in Psychology, 10*, 3074. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.03074

kiberjabrlanish vijdonlilikning pastligi, nevrotizmning yuqoriligi va yangi tajribalarga ochiqlik bilan bog‘liq bo‘lgan. Kiberagressiya esa vijdonlilik va xayrixohlikning pastligi hamda ekstroversiyaning yuqoriligi bilan bog‘langan.

Ushbu natijalar shaxsiy xususiyatlar kiberbulling bilan bog‘liq tajribalarni tushunishda muhim bo‘lishi mumkinligini ko‘rsatadi. Biroq mazkur tadqiqot psixologik barqarorlikni bevosita o‘lchamagan va undagi natijalarni kiberbullingning barcha talabalarga ta’siri sifatida talqin qilish mumkin emas. Bundan tashqari, kuzatilgan bog‘liqliklar shaxsiy xususiyatlar kiberjabrlanishning muqarrar sababi ekanini isbotlamaydi.

Kiberbullingning oldini olishda shaxsning individual xususiyatlariga e’tibor berish foydali bo‘lsa-da, mas’uliyatni jabrlanuvchining o‘ziga yuklashdan saqlanish lozim. Hech qanday shaxsiy xususiyat haqorat yoki ta’qibni oqlamaydi. Profilaktikaning asosiy maqsadi jabrlanuvchini ayblash emas, balki xavfsiz muhit yaratish, hissiy o‘zini boshqarish ko‘nikmalarini rivojlantirish va yordam olish imkoniyatlarini kengaytirishdir.

4. Ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash va psixologik himoya omillari

Kiberbullingning salbiy oqibatlarini tushunishda ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash alohida ahamiyatga ega. Do‘stlar, oila a’zolari, o‘qituvchilar va universitet psixologlarining yordami talabaga o‘z tajribasini xavfsiz muhokama qilish, vaziyatga boshqa nuqtayi nazardan qarash va amaliy yechim topishga yordam berishi mumkin.

Talaba kiberbullingga duch kelganida, uning atrofidagilar tomonidan ishonch bildirilishi va ayblanmasligi muhim. Jabrlanuvchining boshidan kechirganlarini arzimas deb hisoblash, uni o‘zini himoya qila olmaganlikda ayblash yoki muammoni omma oldida oshkor qilishdan qo‘rqitish yordam so‘rashga to‘sqinlik qilishi mumkin.

Ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashning ahamiyatini Arif va hammualliflarning tizimli sharhida qayd etilgan ruhiy salomatlik ko‘rsatkichlari bilan birgalikda ko‘rib chiqish mumkin . Biroq ushbu sharhdagi natijalar barcha himoya omillarining samaradorligini bir xil darajada isbotlamaydi. Shu sababli ijtimoiy yordamni muhim ehtimoliy himoya omili sifatida ko‘rish, lekin uni kiberbulling oqibatlarini har doim bartaraf etadigan vosita deb hisoblamaslik kerak.

Lin, Wolke va Schneider tomonidan universitet talabalarining oldingi bezorilik tajribasi va ruhiy salomatligi o‘rtasidagi munosabatlarda ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash, shaxsiy barqarorlik va o‘z samaradorligining o‘rni o‘rganilgan.7 Ushbu tadqiqot bevosita faqat kiberbullingga qaratilmagan bo‘lsa-da, talabalar ruhiy salomatligini tushunishda shaxsiy va ijtimoiy resurslarni birgalikda tahlil qilish muhimligini ko‘rsatadi.

Shuningdek, universitet muhitida yordam so‘rashning qulay va maxfiy yo‘llarini yaratish zarur. Talabalar kiberbulling holatlarini kimga va qanday xabar qilishni bilishi, murojaat qilganida esa ularning shaxsiy ma’lumotlari

[7] Varghese, M. E., & Pistole, M. C. (2017). College student cyberbullying: Self-esteem, depression, loneliness, and attachment. *Journal of College Counseling, 20*(1), 7–21. https://doi.org/10.1002/jocc.12055

himoyalanishiga ishonishi kerak. Bunday sharoitlar muammoni erta aniqlash va jabrlanuvchining yolg‘iz qolish ehtimolini kamaytirishga yordam berishi mumkin.

5. Universitetlarda kiberbullingning oldini olish yo‘llari

Adabiyotlar tahlili kiberbulling profilaktikasini faqat talabaga individual psixologik yordam ko‘rsatish bilan cheklab bo‘lmasligini ko‘rsatadi. Samarali yondashuv individual, guruhiy va institutsional choralarni birlashtirishi lozim.

Birinchidan, universitetlarda kiberbullingning shakllari, oqibatlari va murojaat qilish tartibi haqida muntazam ma’rifiy mashg‘ulotlar tashkil etish zarur. Bunday mashg‘ulotlarda raqamli muloqot madaniyati, shaxsiy ma’lumotlarni himoya qilish, rozilik, internetdagi axloqiy mas’uliyat va tajovuzkor xatti-harakatlarning oqibatlari tushuntirilishi kerak.

Ikkinchidan, talabalar uchun maxfiy maslahat olish va kiberbulling haqida xabar berish imkoniyatlari yaratilishi lozim. Universitet psixologik xizmati murojaatlarni baholash, ruhiy holatni qo‘llab-quvvatlash va zarur hollarda boshqa mutaxassislarga yo‘naltirishda ishtirok etishi mumkin. Bunda talabaning shaxsiy hayoti va ma’lumotlari himoyasi muhim hisoblanadi.

Uchinchidan, kiberbullingga guvoh bo‘lgan talabalarni xavfsiz yordam ko‘rsatishga o‘rgatish lozim. Masalan, jabrlanuvchiga dalda berish, zararli materialni tarqatmaslik, platformaning shikoyat qilish vositalaridan foydalanish va zarur holatlarda mas’ul xodimlarga murojaat qilish mumkin. Biroq talabalarni o‘z xavfsizligini xavf ostiga qo‘yib, tajovuzkor bilan bevosita to‘qnashishga undash to‘g‘ri emas.

To‘rtinchidan, profilaktika dasturlarida hissiy o‘zini boshqarish, nizolarni tinch yo‘l bilan hal qilish, empatiya va yordam so‘rash ko‘nikmalarini rivojlantirishga e’tibor berish kerak. Bu ko‘nikmalar talabalarning qiyin vaziyatlarga javob berish imkoniyatlarini kengaytirishi mumkin, ammo ularning samaradorligi alohida baholanishi lozim.

Beshinchidan, universitet ma’muriyati kiberbullingga nisbatan aniq qoidalar va murojaatlarni ko‘rib chiqish tartibini ishlab chiqishi zarur. Qoidalar barcha talabalar uchun tushunarli bo‘lishi, shikoyatlar xolis ko‘rib chiqilishi va jabrlanuvchining xavfsizligi ustuvor hisoblanishi kerak. Profilaktika choralarining samaradorligini baholash uchun muntazam anonim so‘rovlar va talabalarning fikr-mulohazalaridan foydalanish mumkin.

MUHOKAMA

Tahlil qilingan ilmiy manbalar kiberbullingning universitet talabalari ruhiy salomatligi bilan bog‘liqligini ko‘rsatadi. Ayniqsa, depressiv belgilar, xavotir va stressga oid natijalar muammoni oliy ta’lim muassasalarida jiddiy o‘rganish zarurligini asoslaydi.8 Shu bilan birga, kiberbulling bilan bog‘liq barcha psixologik oqibatlarni yagona mexanizm bilan izohlash mumkin emas.

Birinchi muhim jihat shundaki, kiberbullingning ruhiy holat bilan bog‘liqligi individual xususiyatlar va ijtimoiy muhit bilan birgalikda o‘rganilishi kerak. Vixman tadqiqoti ayrim shaxsiy xususiyatlar kiberjabrlanish va kiberagressiya bilan

[8] Patchin, J. W., & Hinduja, S. (2015). Measuring cyberbullying: Implications for research. *Aggression and Violent Behavior*, *23*, 69–74. https://doi.org/10.1016/j.avb.2015.05.013

bog‘liqligini ko‘rsatadi .9 Lin va hammualliflarning ishi esa universitet talabalarining ruhiy salomatligida ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash va shaxsiy barqarorlik kabi omillarni hisobga olish zarurligini yoritadi. Ushbu natijalar bir-birini to‘ldiradi, biroq turli hodisalar va ishtirokchilar guruhiga asoslanganligi sababli ularni to‘liq bir xil deb qabul qilish mumkin emas.

Ikkinchi jihat — psixologik barqarorlikni aniq o‘lchash zarurati. Kiberbulling bilan depressiya yoki xavotir o‘rtasidagi bog‘liqlik psixologik barqarorlikning barcha tarkibiy qismlari pasayganini anglatmaydi. Kelgusidagi tadqiqotlarda psixologik barqarorlik, hissiy o‘zini boshqarish, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash va ruhiy salomatlik ko‘rsatkichlarini alohida o‘lchash natijalarni aniqroq talqin qilish imkonini beradi.

Uchinchi jihat — ilmiy dalillarning cheklanganligi. Mavjud tadqiqotlarning ayrimlari kesimiy so‘rovnomalarga asoslangan bo‘lib, ular hodisalar o‘rtasidagi bog‘liqlikni ko‘rsatsa-da, sabab va oqibatni to‘liq aniqlash imkonini bermaydi. Bundan tashqari, kiberbullingning ta’rifi, ishtirokchilar yoshi, madaniy muhit va o‘lchash vositalaridagi farqlar natijalarni bevosita taqqoslashni qiyinlashtirishi mumkin.

Mazkur maqolaning ham cheklovlari mavjud. U barcha tegishli ilmiy bazalarni qamrab olgan, oldindan ro‘yxatdan o‘tkazilgan tizimli sharh emas. Manbalar maqsadli ravishda tanlangan va tahlil qilingan. Shuningdek, O‘zbekiston universitetlarida o‘tkazilgan yangi empirik tadqiqot natijalari mavjud emas. Shu sababli xalqaro natijalarni mahalliy talabalarga to‘liq tatbiq etishdan oldin milliy, madaniy va ta’limiy sharoitlarni hisobga olgan tadqiqotlar o‘tkazish maqsadga muvofiq.

XULOSA

Ilmiy adabiyotlar tahlili kiberbulling universitet talabalarining ruhiy salomatligi va ijtimoiy moslashuvi bilan bog‘liq muhim muammolardan biri ekanini ko‘rsatadi. Kiberjabrlanish depressiv belgilar, xavotir, stress va o‘ziga bo‘lgan bahoning pasayishi bilan bog‘liq bo‘lishi mumkin. Ushbu munosabatlar talabalarning kundalik faoliyati, ta’lim jarayoniga moslashuvi va ijtimoiy munosabatlari nuqtayi nazaridan ahamiyatlidir.

Psixologik barqarorlikni faqat salbiy hissiyotlarning mavjud emasligi sifatida tushunish yetarli emas. U qiyin vaziyatlarga moslashish, hissiy holatni boshqarish, yordam so‘rash va ijtimoiy munosabatlarni saqlash imkoniyatlarini ham qamrab oladi. Shuning uchun kiberbullingni o‘rganishda ruhiy salomatlik ko‘rsatkichlari bilan bir qatorda individual va ijtimoiy himoya omillarini ham hisobga olish lozim.

Universitetlarda kiberbullingning oldini olish uchun raqamli muloqot madaniyatini rivojlantirish, maxfiy psixologik yordam va shikoyat qilish imkoniyatlarini yaratish, talabalar orasida o‘zaro yordamni qo‘llab-quvvatlash hamda aniq institutsional qoidalarni joriy etish tavsiya etiladi. Ushbu choralar samaradorligini muntazam baholash ham muhimdir.

[9] Vikhman, A. A. (2023). Personality predictors of cyber-victimization and cyber-bullying in adolescence. *Psychology and Law, 13*(1), 94–106. https://doi.org/10.17759/psylaw.2023130107

Kelgusidagi tadqiqotlarda O‘zbekiston oliy ta’lim muassasalari talabalari orasida kiberbullingning tarqalishi, uning psixologik barqarorlik bilan aloqasi, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlashning roli va profilaktika dasturlarining samaradorligini empirik o‘rganish zarur. Bunday tadqiqotlar mahalliy sharoitga mos ilmiy asoslangan profilaktika choralarini ishlab chiqishga yordam berishi mumkin.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Patchin, J. W., & Hinduja, S. (2015). Measuring cyberbullying: Implications for research. Aggression and Violent Behavior, 23, 69–74. https://doi.org/10.1016/j.avb.2015.05.013

2. Arif, A., Qadir, M. A., Martins, R. S., & Khuwaja, H. M. A. (2024). The impact of cyberbullying on mental health outcomes amongst university students: A systematic review. PLOS Mental Health, 1(6), e0000166. https://doi.org/10.1371/journal.pmen.0000166

3. Martínez-Monteagudo, M. C., Delgado, B., Inglés, C. J., & García-Fernández, J. M. (2020). Cyberbullying in the university setting. Relationship with emotional problems and adaptation to the university. Frontiers in Psychology, 10, 3074. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.03074

4. Vikhman, A. A. (2023). Personality predictors of cyber-victimization and cyber-bullying in adolescence. Psychology and Law, 13(1), 94–106. https://doi.org/10.17759/psylaw.2023130107

5. Lin, M., Wolke, D., Schneider, S., & Margraf, J. (2020). Bullying history and mental health in university students: The mediator roles of social support, personal resilience, and self-efficacy. Frontiers in Psychiatry, 10, 960. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2019.00960

6. Varghese, M. E., & Pistole, M. C. (2017). College student cyberbullying: Self-esteem, depression, loneliness, and attachment. Journal of College Counseling, 20(1), 7–21. https://doi.org/10.1002/jocc.12055

7. Jenaro, C., Flores, N., & Frías, C. P. (2021). Anxiety and depression in cyberbullied college students: A retrospective study. Journal of Interpersonal Violence, 36(1–2), 579–602. https://doi.org/10.1177/0886260517730030

8. Arif, A., Qadir, M. A., Martins, R. S., & Khuwaja, H. M. A. (2024). The impact of cyberbullying on mental health outcomes amongst university students: A systematic review. PubMed Central. https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC12798282/