



MIRZO ULUG'BEK NOMIDAGI
O'ZBEKISTON MILLIY UNIVERSITETINING
JIZZAX FILIALI

**ZAMONAVIY INNOVATSION
TADQIQOTLARNING
DOLZARB MUAMMOLARI
VA RIVOJLANISH
TENDENSIYALARI:
YECHIMLAR VA ISTIQBOLLAR
RESPUBLIKA ILMIY-TEXNIK
ANJUMAN MATERIALLARI
TO'PLAMI**



**15-16-MAY
2026-YIL**



**Google
Scholar**



**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI OLIY TA’LIM, FAN VA
INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI**

**MIRZO ULUG‘BEK NOMIDAGI O‘ZBEKISTON MILLIY
UNIVERSITETINING JIZZAX FILIALI**

**ZAMONAVIY INNOVATSION TADQIQOTLARNING DOLZARB
MUAMMOLARI VA RIVOJLANISH TENDENSIYALARI: YECHIMLAR
VA ISTIQBOLLAR**

*mavzusidagi Respublika ilmiy-texnik anjuman materiallari to‘plami
(2026-yil 15-16-may)*

JIZZAX-2026

ZAMONAVIY DUNYODA ABYUZ MUNOSABATLAR

Ravshanov Olim Ahmedovich

O'zbekiston milliy universiteti Jizzax filiali Psixologiya kafedrası katta
o'qituvchi

O'ktamova Marjona G'ayrat qizi

O'zbekiston milliy universiteti Jizzax filiali Psixologiya yo'nalishi 1-kurs
talabasi

Hozirgi kunda zo'rovonlik qilish hodisasi tobora taniqli bo'lib bormoqda. Keling, ushbu atamaning kelib chiqishiga murojaat qilaylik. Zo'rovonlik qilish yoki haqoratli munosabatlar (ingliz tilidan haqoratli munosabatlar — pejorativ munosabatlar ham deb ataladi) - bu bir kishining (zo'ravon) boshqasiga (jabrlanuvchiga) nisbatan zo'ravonlik bilan bog'liq xatti-harakatlar namunasi. Bunday holda, zo'ravonlik ham jismoniy, ham psixologik jihatdan nazarda tutiladi.

Abyuz (ingliz tilidan abuse – suiiste'mol, haqoratlash) — bu psixologik, fiziologik yoki moliyaviy zo'ravonlik, bunda bir shaxs ikkinchisining shaxsiy chegaralarini buzadi, uni mensimaydi va unga bosim o'tkazadi. Abyuziv munosabatlarda "zo'ravon" va "qurbon" modeli mavjud bo'lib, zo'ravon qurbonni nazorat qilishga va uning ijtimoiy, moliyaviy yoki emotsional jihatdan bog'liqligini oshirishga intiladi. Abyuz turlariga psixologik (gazlayting, manipulyatsiya, haqoratlash), jismoniy (urush, tazyiq) va moliyaviy (pulni nazorat qilish) zo'ravonliklari kiradi.

Abyuz munosabatlar-bu "zolim, mustabid" va "jabrlanuvchi" o'rtasidagi yo'q qiluvchi munosabatlar bo'lib, ular manipulyatsiya bilan pul, shantaj, tahdid va jismoniy zo'ravonlik, shuningdek tajovuzkor tomonidan axloqiy bezorilik kabilar bilan birga keladi [1].

Og'ir shakllardagi zo'rovonlik qilish eng salbiy oqibatlarga olib kelishi mumkin. Zo'ravon-bu boshqa odamlarni boshqarish uchun tanqid, ayblovlar, gazlayting, manipulyatsiya va ba'zan jismoniy kuch ishlatadigan odam. Gazlayting — (gazli yorug'lik spektaklining inglizcha nomidan, inglizcha: Gas Light) ruxiy zo'ravonlik turi bo'lib, unda manipulyator bo'lib o'tgan hodisalarni inkor etadi va qurbonni o'z xotiralarida ikkilanishga undaydi. Gazlaytingning maqsadi — insonni ro'y berayotgan hodisalar va o'z xotiralarida shubha qilishga undash. Har kim zo'ravon bo'lishi mumkin — qarindosh, do'st, hamkasb, sevgilisi, qo'shnisi. Bu haqida aniq gender tushunchalar ham yo'q - erkaklar ham, ayollar ham birdek zo'rovon bo'lishi mumkin. Asosan jismoniy va jinsiy zo'ravonlikdan foydalanadigan erkak zo'ravonlardan farqli o'laroq, ayol zo'ravonlar psixologik manipulyatsiyadan ko'proq foydalanadilar.

Abyuz munosabatlarning belgilari:

- Rashk. Zo'ravon potentsial jinsiy sheriklar bilan muloqotga o'ta salbiy munosabatda bo'ladi: u boshqa odam haqida gapirganda o'zini yo'qotadi, qo'ng'iroqlarni va ijtimoiy tarmoqlardagi muloqotni nazorat qiladi.

- Ayblovlar. Zo'ravon sherigini turli qiyinchiliklar uchun ayblashga harakat qiladi: ishdagi, oiladagi muvaffaqiyatsizliklar.

- Umumiy nazorat. Zo'ravon o'z qurbonining har bir qadamini nazorat qiladi, u doimo sherigi qaerda va kim bilan ekanligini bilishga intiladi.

- Beqaror kayfiyat. Avvaliga zo'ravon chiroyli va do'stona munosabatda bo'lishi mumkin, lekin agar unga yoqmaydigan holat yuz bersa, u darhol ab'yuz zolimga aylanadi.

- Aloqani cheklash. Agressor jabrlanuvchining destruktiv xatti-harakatlariga "ko'zlarini ochishi"da yordam berishi mumkin bo'lgan yaqin va muhim odamlar bilan munosabatlarni saqlashga qarshi [4].

- Doimiy axloqiy maslahat. Agressor o'zini har doim haq murabbiy roliga ko'rsatadi.

Zo'rovonlik turlari:

- Jismoniy. Jabrlanuvchining xatti-harakatlarini bo'ysundirish va tajovuzkorning talablarini bajarish uchun jismoniy kuch va zo'ravonlik, kaltaklash, jismoniy tajovuzdan foydalanish.

- Psixologik. Tovlamachi, tahdid va turli xil manipulyatsiyalarni o'z ichiga olgan zo'ravonlik shakli. Ushbu tur yashirin yoki aniq shaklda o'zini namoyon qilishi mumkin.

- Moliyaviy. Jamiyatdagi ijtimoiy aloqalarni cheklash va qaram qarashlarni yaratish uchun sherikning mablag'larini nazorat qilish.

- Jinsiy. Jismoniy tahdidlar bilan birga keladigan shaxsni jinsiy aloqada bo'lishga majburlash. Zo'ravon odamlardan faqat o'zining xohishini va ehtiyojlarini qondirish uchun foydalanadi [5].

- Ijtimoiy. Ommaviy axborot vositalari va internetda ishlatiladigan professional va siyosiy usul.

- Oilada zo'rovonlik qilish juda qo'rqinchli hodisa; shu bilan birga, ota-onalar bola ustidan o'z kuchlaridan foydalanib, unga ustunligini ko'rsatadilar.

- Mehnat faoliyatidagi zo'rovonlik: ta'qib qilish, tuhmat qilish, faktlarni soxtalashtirish, bosimga olish.

Abyuz munosabatlar yillar davom etishi mumkin va har kuni bunday munosabatlarning qurboni ularning halokatli oqibatlarini tobora ko'proq his qilmoqda. Va bu yerda biz nafaqat jismoniy oqibatlar, balki psixologik oqibatlar haqida ham gapiramiz.

Hissiy zo'ravonlikni aniqlash qiyin, chunki u ko'rinadigan jarohatlar va zararlarni qoldirmaydi, ammo uning oqibatlari bundan ham jiddiy bo'lishi mumkin: o'z-o'zini hurmat qilishning pasayishi, o'z-o'zini hurmat qilishning yo'qolishi, o'ziga nisbatan shubhali fikrlar, o'ziga ishonmaslik, depressiya, ortib borayotgan tashvishli holatlar, vahima va boshqalar. Bundan tashqari, zo'ravon munosabatlardan jabrlanuvchi doimo qayg'u holatida, ya'ni doimiy, tinimsiz stress holatida bo'ladi, bu travmadan keyingi stress buzilishiga olib kelishi mumkin.

Gazlayting, o'z navbatida, psixologik zo'ravonlikning ajralmas qismi deb atash mumkin. Gazlayting - bu shaxsni noadekvat fikrlovchi sifatida fosh qilish uchun mo'ljallangan psixologik manipulyatsiya. Gazlayting - bu ongli va ongsiz psixologik zo'ravonlik shakli bo'lib, uning asosiy maqsadi jabrlanuvchini, dunyoni, o'zini va

boshqa odamlarni idrok etishining adekvatligiga shubha qilishdir. "Gazlayting" so'zining o'zi Britaniyaning "Gaz chirog'i" (yoki "Farishta ko'chasi") spektaklining sarlavhasidan olingan. Hikoyada yosh ayolning eri uydagi mebellarni qayta tartibga soladi va xotiniga xotirasi va aql-idrokini yo'qotayotgandek taassurot qoldirish uchun narsalarni yashiradi. Filmning nomi Viktoriya davrida uylarda ishlatiladigan gaz chirog'iga ishora qiladi. Bosh qahramon (ayol) kechqurun uydagi yorug'lik biroz pasayganini payqaydi, eri esa buni faqat tasavvur qilishini ta'kidlaydi. Darhaqiqat, u yashirin zargarlik buyumlarini qidirayotgan uyning boshqa qismida gaz chiroqini yoqqani sababli yorug'lik o'zgardi.

Potentsial zo'ravon u yoki bu tarzda gaz chirog'i kabi psixologik zo'ravonlik usulidan foydalanadi. Gazlayting-bu aqliy yoki moddiy resurslarni bostirish va/yoki oldini olish maqsadida aldash. Gazlayterchi o'zi har doim ham ongli ravishda harakat qilmaydi va ko'pincha jabrlanuvchiga yetkazadigan zararining og'irligini tushunmaydi. Raqiblar psixologik bosimni turli yo'llar bilan qo'llashlari mumkin, ammo hamma narsa jabrlanuvchini shubha ostiga qo'yishga va keyin gazlayterning nuqtai nazarini qabul qilishga qaratilgan. Fazilatlar, harakatlar va fikrlar tanqid qilinadi (qadrsizlanadi) yoki rad etiladi. Oxir-oqibat, gazlayting qurboni o'zini aybdor his qiladi va o'zini oqlashini, kechirishini va rahm-shafqat qilishni xohlaydi. Oxir-oqibat, gaslayterchi har doim haq, jabrlanuvchi esa doim nohaq. Gazlayting qurboni xorlik, qobiliyatsizlik, axloqsizlik, ishonchsizlik, keskinlik, tashvish kabi his-tuyg'ularni his qiladi [2].

GDR KGBga "keraksiz" odamlarni ruhiy tushkunlikka tushirish (demoralizatsiya) uchun gazlayting usullari ishlatilgan. Ular suniy ravishda tashkil etilgan psixologik bosimga duchor bo'lishdi. Misol uchun, bu odamlardan birining uyida g'alati narsalar sodir bo'ldi — ba'zi idish-tovoqlar boshqalari bilan almashib qoladi, to'satdan hech qachon bo'lmagan rasm paydo bo'ldi. Ko'chada begonalar odamni boshqa ism bilan chaqirishgan. Yarim tunda g'alati qo'ng'iroqlar bo'ladi, maishiy texnika va mashinalar buziladi. Bunday hodisalar odamni butunlay ruhiy tushkunlikka soladi va boshqa usullar bilan birgalikda (kompromat, qarindoshlarga tahdid) ko'pincha o'z joniga qasd qilishga sabab bo'ldi [3].

Shunday qilib, zamonaviy jamiyatda zo'rovonlik qilish destruktiv xatti-harakatlarning shaklidir. O'zaro munosabatlarda har qanday zo'rovonliklikning paydo bo'lishini darhol aniqlash va to'xtatilishi kerak, chunki zo'rovonlik qilish har doim uning qurbonlari uchun fojiali oqibatlariga olib keladi. Nafaqat jismoniy jarohatlar va mulkni yo'qotish, balki birinchi navbatda, og'ir psixologik yoki hatto ruhiy cho'kishga olib keladi. Shu sababli, mutaxassislar zararli, hattoki zaharli munosabatlarning barcha qurbonlariga professional psixologik yordam so'rashni tavsiya qiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. Бэнкрофт, Лэнди. Почему он делает это? Кто такой обидчик и как ему противостоять / Переводчик: Ю. В. Рябинина. — Эксмо-Пресс, 2020. — 400 с.
2. Далсегг А. Никаких костылей. Как разорвать круг нездоровых отношений. — 2008. — 274 с.
3. Поднимите газ. — Текст: электронный // Психологии на b17.ru: [сайт]. — URL: <https://www.b17.ru/article/103714/> (обработка данных: 09.11.2021).