



O'SMIRLARDA KOMPYUTER OYINLARGA QARAMLILIK MUOMMASI

Seitimova Zagipa Qabailbekovna

Qoraqalpog'iston Respublikasi

Nukus shahar 20-sonli maktab psixologi

Seitimovazagipa@gmail.com

<https://doi.org/10.5281/zenodo.11032005>

Annotatsiya: Maqolada axborotlar almashinuvi, o'smirlarda kompyuter o'yinlariga tobeklik muammosining o'rganilishi va ota-onalarga tavsiyalar keltirilgan

Kalit so'zlar: o'smirlik davri, ijtimoiy tarmoqlar, kompyuter o'yinlariga qaramlik, taqiqlangan video o'yinlar.

Bugungi kunda shiddatli axborotlar kirib kelishi ko'lami kengligi va muloqot makonlarining kundan kun rivojlanib borishi inson hayoti uchun qulay imkoniyatlar yaratib bermoqda, ya'ni biz bevosita butun dunyoda bo'layotgan o'zgarishlar va yangiliklardan ogoh bo'lyapmiz. Shu bilan birga zamon bilan hamoxang, texnika vositalarini bemalol boshqarmoqdamiz. Bu jarayonlarga tez moslashishimiz va ularni ishlata olishimiz, bular bizning yutug'imizdir. Lekin bugungi globallashuv jarayonida axborotlar almashinuvining tezligi, texnika vositalarining yangi rusumlarini tezlik bilan yaratilishi yoki virtual makonning ahloq me'yorlarida chegara bilmasligi, so'z erkinligi inson ruxiyatiga o'z ta'sirini o'tkazadi. Ta'sirga ijobiy yoki salbiy moslashish bu har bir shaxsning irodasiga bog'liq. Biz axborot va ko'plagan yangiliklarni internet tarmoqlari, tele ko'rsatuvlar, har hil janrdagi maqolalar orqali qabul qilamiz. Axborot-texnologiyalari rivojlangan davrda jamiyatning barcha qatlamlarini, shu jumladan o'smirlik davridagi o'quvchilarni ham o'z domiga tortmasdan qolmaydi. Televidene, telefon, internet, ijtimoiy tarmoqlar orqali har qanday yoshdagi inson va albatta o'quvchilar o'zlariga kerakli, keraksiz, zararli video lavhalarni, kinolardagi sa'lbiy obrazli qahramonlarni o'zlariga qabul qilib olmoqda. Bu ma'lumotlarni shaxs o'z yoshiga nisbatan tahlil qiladi. Bolalar internet orqali o'zining yosh va psixologik xususiyatlariga mos kelmaydigan malumotlar bilan tanishmoqda, jangarilikni, agressivlikni targ'ib etuvchi turli xil o'yinlarni o'ynash orqali o'zlarining ong osti sohasida agressiv xulqning shakllanishiga sabab bo'lmoqdalar.

Ayniqsa o'smirlar orasida kompyuter o'yinlariga tobeklikning borligi va uni tadqiq etishning ijtimoiy ahamiyati beqiyosdir. Kompyuter o'yinlariga tobeklikning mavjudligi va u haqiqatan ham xavfli ekanligini isbotlovchi ilmiy





tadqiqotlar dunyo miqyosida kundan-kunga ko'payib bormoqda, chunki kompyuter o'yinlariga tobe o'smirlar oilada, shaxslararo munosabatlarda, ijtimoiy muhitga moslashishda, maktabda qator qiyinchiliklarga duch keladilar. Xuddi shu bois, tobelikni o'z vaqtida aniqlash, korrektsiya qilish orqali keyinchalik addiktiv xulq-atvor kelib chiqishi va salbiy oqibatlarining oldini olish maqsadga muvofiqdir.

Kompyuter o'yinlariga tobelikning psixologik xususiyatlariga doir ilmiy izlanishlar jahonning yetakchi ilmiy markazlari va oliy ta'lim muassasalari, jumladan, Pekin universiteti (Xitoy), Oxford (UK), Cambridge University (Angliya), Hong Kong University (Gonkong), University of New Jersey (AKD1), University of Nebraska (ASCH'11), Murdoch University (Avstraliya), Moskva davlat universiteti (Rossiya)da olib borilmoqda. O'zbekistonlik psixolog tadqiqotchilar tomonidan ushbu sohada o'tkazilgan kam sonli izlanishlarda asosan kompyuter o'yinlariga tobelikning bolalar psixik taraqqiyotiga salbiy ta'siri muammosi yuzasidan ilmiy tekshirish ishlari olib borilgan[1].

Kompyuter o'yinlariga tobelik muammosiga bag'ishlangan ishlar kundan-kunga ko'payib bormoqda, lekin ularning ayrimlaridagina bu holatni korrektsiyalash va davolash dasturlari bor. Amerikalik psixolog Kimberli Yang o'zining «Tarmoqda yo'qolganlar» kitobida o'zo'ziga yordamning shakllarini keltirib o'tadi. Bular – kognitiv-bixevioral terapiya, 12-qadam dasturi, ekspressiv art-terapiya. L.N.Yureva, T.Yu.Bolbotning ta'kidlashlaricha, kompyuterga tobelik chekish, ichkilikbozlik, giyohvandlik va ehtirosli (azart) o'yinlarga tobelikdan shunisi bilan farq qiladiki, kompyuter o'yinlariga tobelikda ma'lum bir vaqt kelib kompyuterdan «to'yib ketish» holati yuz beradi. Keyinchalik inson kompyuterdan professional ravishda foydalanishi yoki umuman uning hayotida kompyuter o'z ahamiyatini yo'qotishi mumkin. Lekin bu savolning echimi hali-hanuz ochiq qolmoqda, chunki tobe o'smirda «to'yib ketish» holati qachon yuzaga kelishi ma'lum emas. Bu vaqtga kelib o'smir o'qish uchun yoki «qoldirganlari»ni etkazib olish uchun juda kechikmaydimi, u o'zining ijtimoiy mavqeini yo'qotib qo'ymaydimi, bu vaqt o'tguncha o'smir psixikasi zarar ko'rmaydimi – shu kabi savollar hali ochiq qolmoqda[2]. Shu sababli psixolog olimlarning fikricha o'smirda kompyuterda o'ynash erkinlik emas, balki imtiyoz ekanligini tushuntirish va kompyuterdan foydalanishni birdaniga taqiqlash aslo mumkin emasligini takidlaganlar. Agar o'smirda kompyuter o'yinlariga tobelikka moyillik bo'lsa, u kompyuterdan oddiy kunlarda 2 soat, dam olish kunlarida esa 3 soatdan ortiq foydalanmasligi zarur. Albatta, bu orada dam olish vaqtlari ham bo'lishi shart. Bundan tashqari ota-onalar o'smir o'ynayotgan o'yinlarga alohida





ahamiyat berishlari, uning o'ynayotgan o'yinlar doirasida aqliy rivojlantiruvchi, mantiqiy o'yinlarning ko'proq bo'lishi maqsadga muvofiqdir. Ota-onalardan shuni so'rab qolardikki, o'z farzandlarining telefonda yoki televizorda, ijtimoiy tarmoqlarda va kompyuter o'yinlarida nimalarni ko'rishi, kimlar bilan gaplashishiga e'tiborliroq bo'lishi kerak. Zero o'tgan vaqtni orqaga qaytarib bo'lmasligini hammamiz yaxshi bilamiz.

Statistika ma'lumotlariga ko'ra AQShda «R» belgili ya'ni 17 yoshdan kichiklar ko'rishi taqiqlangan video o'yinlarning 80%, taqiqlangan video o'yinlarning 70% 17 yoshdan kichik bo'lgan bolalarga sotilmoqda. Bizning yurtda bunday narsalar davlat tomonidan himoya qilinadi. Lekin, internet tarmog'idagi har hil agressiv harakatlar tasvirlangan video lavhalarni o'quvchilar tomonidan tomosha qilinishini cheklab bo'lmaydi. Zero, hamma ota-onalar ham farzandlarining televizorda nimani tomosha qilishiga, quloqchinda nimani eshitayotganiga, qanday kompyuter o'yinlarini o'nashiga, qanday kino qahramonlarni sevishiga, telefonda kim bilan gaplashayotganiga, ijtimoiy tarmoqlarda qanday guruh, kanallarga a'zo bo'lganliklariga etarlicha etibor bera olmaydilar. Shundan ko'rinib turibdiki o'quvchilar zo'ravonlik, agressiv hatti-harakatlar tasvirlangan jangari kinolar, kompyuter o'yinlarini tomosha qilib, ulardagi qaxramonlarga taqlid qila boshlaydi.

Xulosa qilib aytganda kompyuter o'yinlariga tobelik o'smirlar ruhiyatiga ta'siri psixologiyada o'rganilishi kerak bo'lgan mavzular qatorida. O'ylaymizki, bugungi o'zgaruvchan dunyoda kompyuter o'yinlariga tobelik o'smirlarda qay tarzda "ishlamoqda" va qanday natija bermoqda – bu savollar o'z ilmiy tushuntirishini kutmoqda.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Dalimova N. Kompyuter o'yinlariga tobelikni aniqlash metodikasini ishlab chiqish va milliy sharoitlarga moslashtirish. – T.:«ZAMONAVIY TA'LIM», 2017, 3. Maxsus son. –58 b.
2. Yureva L.N., Bolbot T.Yu. Kompyuternaya zavisimost: formirovanie, diagnostika, korrektsiya i profilaktika. – Dnepropetrovsk: «Porogi», 2006. –S. 196.

