

## **BOLALARNI INTERNETGA QARAMLIK - PSIXIK, NUTQIY KAMCHILIK SIFATIDA.**

**ADPI Pedagogika va Psixologiya kafedrası**  
**o’qituvchisi Abdulmadjidova Mahdiyona Dilmurodjon qizi**  
**ADPI Maxsus pedagogika: logopediya**  
**yonalishi talabasi Mirzahamdamova Nozima**

**Annotatsiya:** Ushbu maqolada bolalarni internetga qaramligi (internetdan haddan ziyod foydalanish) ularning turli gadjetlarda multfilm tomosha qilishi, turli online o’yinlar o’ynashga mukkasidan ketishi ularning psixik jarayonlari: sezgi, idrok, diqqat, xotira, hayol, nutq va tafakkuri shakllanishiga salbiy ta’sir etishi haqida fikr yuritilgan.

**Kalit so’z:** internetga qaramlik, psixika, nutq, nevroz, virtual o’yinlar, globallashuv.

Texnologiyalarning jadal rivojlanishi bolalarga òz hayotlarini internet bilan birlashtirishga imkon berdi. Biron, ushbu raqamli asrda bolalarda internetga qaramlik tashvishli muammoga aylandi. Internetga qaramlik bolalarning kompyuterlar, planshetlar, smartfonlar va boshqa raqamli qurilmalarda ortiqcha vaqt òtkazishi va nazoratsiz ravishda onlayn faoliyat bilan shug’ullanishini anglatadi. Bu esa bolalarning psixikasiga salbiy ta’sir kòrsatadi va bolalarning nutqi shakllanmay qoladi.

Internetga qaramlik - bu odamning onlayn faoliyat bilan haddan tashqari band bòlgan va bu faoliyatni nazorat qila olmaydigan holat. Bolalarda kòpincha bu holat òyinlar, ijtimoiy tarmoqlar, video va multfilimlarni tomosha qilish kabi faoliyatlar atrofida bo’lish mumkin. Internetga qaramlik bolaning normal ijtimoiy, aqliy va jismoniy rivojlanishga salbiy ta’sir ko’rsatishi mumkin.

Internetga qaramlikning bir qancha belgilari mavjud bular: haddan tashqari ko’p vaqt sarflash, ijtimoiy izolyatsiya, aqliy muammolar, jismoniy salomatlik muammolari, ruhiy salomatlik muammolari, haqiqatdan uzilish, nazoratini yo’qotish. Bu belgilar rivojlanayotgan bolada paydo bòlsa, tengdoshlaridan ortda qolishi va psixik hamda nutqiy kamchiliklarni keltirib chiqarishi mumkin. Internetning bola psixikasiga ta’siri deganda bolaning injiq, jizzaki va tez asabi buziladigan bòlib voyaga yetishini tushunsak, nutqiga ta’siri deganda esa, bola internet tarmog’idan ko’p foydalanishi, undagi video va multfilmlar, virtual o’yinlardan ko’p foydalanishi natijasida bolada ikki tillilikning paydo bo’lishi, virtual o’yinlarda mag’lub bo’lishi bilan asab sistemasida paydo bòladigan qòzgalishlar natijasida nevròz va bir qancha asab sistemasidagi kasalliklar va nutqiy kamchiliklarni keltirib chiqishini kòrishimiz mumkin.

Bolalar psixologiga Emma Kenining aytishicha, ota-onalar kòpincha bolalarni zo’ravonlik sahnalari aks etgan videolarni ko’rishi yoki internetga qaram bo’lib qolishdan qo’rqishadi. Ammo onlayn xatarga uchrash bolaning ruhiyatiga qattiq ta’sir qilishi isbotlangan. bulrning oldini olsh uchun bolalarga virtual olamni real kabi jiddiy qalbul qilishga òrgatishimiz kerak. Yòqsa u uy ichida òtirib ham onlayn tahdidlarga uchrashi mumkin. Buni faqatgina bolalar kiradigan kontentni filtrlash, ilovallardan foydalanishlarini nazorat qilish, onlayn makondagi tahdidlardan ogohlantiruvchi xavfsizlik tizimi orqali qilsa bòladi. Masalan, Kaspersky Safe Kids ilovasi orqali amalga oshirish mumkin. Ilova bilan: Bola qanday dasturdan foydalanishi haqida ma’lumot olasiz.

\* U internetdagi muayyan ilovalardan foydalanishi uchun vaqtini siz belgilab berasiz.

\* Farzandingizning internetdagi faoliyatini nazorat qilish orqali rejimga tushurasiz. Bola xavfli kontentlarga yoki kattalar uchun mo’ljallangan resurslarga kirmoqchi bo’lsa dastur sizga ogohlantiruvchi xabarnoma yuboradi.

\* Dastur bolangizning feacebook VKontakte va shunga o‘xshash boshqa ijtimoiy tarmoqlardagi do‘stlari haqida ma’lumot beradi. Agar bola do‘st qabul qilsa, sizga ogohlantiruvchi signal beriladi.

\* Tuzmorqali bolangizni internetda harakatlanuvchi xavfsizlik predmetlari o‘rnatiladi. Agar bola bu predmetdan tashqariga chiqsa, sizga xabarnoma yetkaziladi. Bundan tashqari tizimda bola hozir qayerda ekanligini ham tekshirish mumkin bo‘ladi.

Bu ilova bolalarning vaqtini to‘g‘ri taqsimlashga hamda ularning noqonuniy ilovalarga kirishiga to‘sqinlik qiladi.

Internetga qaramlik jamiyatda keng tarqalgan holatda bo‘lsa-da, bu hodisa tasvirlash uchun halish standart termin yo‘q, chunki ko‘plab olimlar internetga qaramlikning alohida turi sifatida aniqlashning qonuniyligini shubha ostiga olishadi. Internetga qaramlik borasida olimlarning bir Qatar gaplari mavjud.

A. E. Voyskunsky 21-asr boshida xorijiy taraqqiyotlarda muammoni o‘rganishga yondashuvida sifatli o‘zgarishlar borligini qayd qiladi. Internetni inson faoliyatining o‘ziga xos sohasi, foydalanuvchilarning shaxsiy xususiyatlari va ularning ijtimoiy muhiti sifatida o‘z ichiga olgan barcha kelajakdagi tadqiqotlarning asosiy poydevoriga aylanadi. A. G. Asmolov shuningdek, boshqa tadqiqotchilar asta-sekin qaramlik obyektiga psixologik bog‘liqlik fiziologik jihatdan ancha oldin shakllanganligini ta’kidlaydi.

R. F. Teperik va M. A. Jukovaning shizoitlarga xos bo‘lgan aloqa xususiyatlari, shizoid emas, tabiatning bir xususiyati sifatida internetga qaramlikni shakllantirish uchun zarur shart bo‘lishi mumkinligini va oilada qabul qilingan va bolalikdan shaxsiyatning shakllanishiga ta’sir ko‘rsatadigan munosabatning o‘ziga xos xususiyatlarini keyinchalik shizoitlarga xarakter xususiyati va uning o‘ziga xos xususiyatlari va muammolar sifatida olib kelishi mumkinligini ta’kidlashganliklarini ko‘rsatish mumkin.

21-asr globallashuv davri bõlganligi uchun internetga qaramlik kundan kunga ortib bormoqda. Mutaxassislarning ma’lumotga kõra, mamlakatimizda internet tizimidan foydalanuvchilar Soni 12,1 million ga yaqin, boshqacha aytganda, respublikamiz aholisining uchdan bir qismi aynan internet tarmoõidan muntazam foydalanib kelmoqda. Bularning kõp qismini bolalar va õsmirlarga tõõri kelmoqda. Shu bois mutaxassislar, shifokorlar, pedagoglar, olimlar tarafidan internetdan foydalanuvchi õquvchi yoshlarga maslahat, kõrsatmalar berib borilsa yoki butunlay nazorat qilinmasa mazkur yangi texnologiyalar bolalar va yoshlar tarbiyasiga salbiy ta’sirga egaligi ham takidlanmoqda. Chunki bugungi globallashuv jarayoni ma’naviy dunyosini egallash borasida turli axborot maydonlarida faol foydalanish poygasi jadallashib bormoqda. Internetga qaramlik bolaning soõlom rivojlanishiga salbiy ta’sir kõrsatishi mumkin. Bunday xavf-hatar oldini olish uchun eng avvalo maktab ta’lim muassasalarida õquvchi yoshlarni internetdan foydalanish madaniyatini shakllantirish lozim. Oilada ota-ona, õqituvchilar va jamiyatning boshqa a’zolari internetdan foydalanishni muvozanatlash va bolalarda soõlom odatlarni rivojlantirish uchun birgalikda harakat qilishlari kerak.

“Internetga qaramlikning haqiqiy sababi ma’lum emas. Biroq ko‘plab o‘rganilgan muammo xisoblanadi. Bu esa bugungi kundagi pedagoglar, psixologlar, shifokorlar va ko‘plab ijtimoiy soha vakillarini o‘ylantirib kelayotgan muammolardan biridir.”[6.85B]

Xulosa qilib aytganda bolalarda internetga qaramlik zamonaviy texnologiyalar tomonidan kelib chiqqan muammodir. Bu muammoni yechish uchun ongli ota-ona tarbiyasi, ta’lim va qõllab - quvatlash tizimlari muhim ahamiyatga ega. Bolalarni raqamli dunyo bilan soõlom muvozanatni õrnatishga yõnaltirish kelajak avlodlarga soõlom raqamli odatlarni rivojlantirishga yordam beradi.

Foydalangan adabiyotlar rõyxati:

1. A. E. Voyskunskiy "Internetga qaramlikning dolzarb muammolari" // Psixologik jurnal. 2004. T. 25. Nõ1. C. 90-100 better.

2. M. A. Jukova "Kompyuterga qaramlikni amalga oshirish turlaridan biri sifatida" // SUGGPU bulletins. 2013 yil. 11-son. 120-129-betlar.

3.A. B. Sorokina "Zamonaviy hayotda internetning bolalar va òsmirlar muammosi sifatida" // Zamonaviy xorij psixologiyasi. 2015. T. 4.№1. C. 45-46-betlar.

4.N. Y. Karimovna (2022)." Yoshlarda internetga tobelik muammolari. Ta'lim va rivojlanish tahlili". Ilmiy jurnal.

5. M. Ahmedova va Y. Narmetova (2022). "Neyropedagogika va neyropsixologiya rivojlanib kelayotgan yangi fan sohasi sifatida." Jamiyat va innovatsiyalar jurnali.

6. Abdulmadjidova Mahdiyona Dilmurodjon qizi O‘QUVCHILARNING INTERNETGA QARAMLIGI – KASBIY TANALOV MUAMMOSI SIFATIDA. “Globallashuv va integratsiya sharoitida zamonaviy psixologiyaning dolzarb muammolari”Respublika ilmiy-amaliy konferensiyasi 2024 25 mart ADU