

PAPER

O‘SMIR YOSHLARNI VIRTUAL OLAM TA’SIRIDAN HIMOYA QILISHNING PSIXOLOGIK MEXANIZMLARI

Omonova Sevara Mamirjonovna^{1,*}

¹Qo‘qon davlat universiteti Psixologiya kafedrasi katta o‘qituvchisi, PhD

* omonova@gmail.com

Abstract

Ushbu maqola o‘smir yoshlarni virtual makon ta’siridan himoya qilishning psixologik jihatlarimavzusiga bag‘ishlangan. Shuningdek, maqolada mazmunida virtual makon fenomeni va uning mohiyati, internet va yoshlar, virtual makon axborotlari va ularning o‘smir yoshlar xulqiga ta’siri, virtual makonga tobelik va uni keltirib chiqaruvchi psixologik omillar, o‘smirlik yoshida virtual makon ta’siriga berilishning psixologik o‘ziga xosliklari, virtual makonda o‘smir yoshlarning o‘z-o‘zini boshqarishi, subektiv nazoratda virtual makon ta’siri kabi masalalar ham keng yoritilgan.

Key words: Virtual makon, axborot olami, o‘smirlik davri, o‘z o‘zini boshqarish, subyektiv nazorat, irodaviy sifatlar, javobgarlik, axloqiy ong, internet tarmog‘i, media olam, kompyuter, kiberxavflar, psixologik baholash, shaxslararo munosabat.

Kirish

Hozirgi kunda “kiber makon”, “virtaul olam” tushunchalari nafaqat psixologiya fanining, balki qator ijtimoiy fanlarning ham o‘rganish ob’ekti sanaladi. Keng ma’noda, virtual makonga qaramlik – bu ma’lum bir jiddiy asoratga ega bo‘lgan va ijtimoiy normalar bo‘lmagan, sog‘liqqa tahdid soladigan, shaxsning o‘ziga psixologik azob-uqubatlarni keltirib chiqaradigan xulq turidir. Ayrim adabiyotlarda bu tushuncha addektiv xulq deb ham nomlanadi. Addektiv xulqning eng ko‘p

tarqalgan turi voyaga yetmagan bolalarda ko‘proq namoyon bo‘lib, uning ob’ekti internet tarmog‘i, kompyuter o‘yinlari, toksik moddalarga qaramlik holatlari bilan xarakterlanadi.

Zamonaviy psixologiyada, “virtual makon ta’siri”, “kiber xavsizlik”, internetga qaram bo‘lish masalalarini psixologik o‘rganish an‘analari, turli yondoshuv va ilmiy kontseptsiyalar guruhidan iborat bo‘lib, aksariyat ishlar ilmiy izlanishlar internetga qaramlik mazmunida amalga oshirilgan. Shu boisdan, muammoni o‘rganishning xorij an‘analarida, intternetga tobelik va undan

Compiled on: December 17, 2025.

Copyright: ©2025 by the authors. Submitted to Advances in Science and Education for possible open access publication under the terms and conditions of the [Creative Commons Attribution \(CC BY\) 4.0 license](#).

himoyalanishning psixoprofilaktik chora-tadbirlari ham alohida e'tiborga olinadigan holat sanaladi. Virtual olamga qaramlik bilan bog'liq sabablarga ko'ra, ko'plab yoshlarning normal hayoti izdan chiqmoqda. Qaram xulqli kishilar doirasiga turli yoshdagi kishilar, ma'lumoti, kasbi, yoshi, etnik kelib chiqishi qat'iy nazar insonlar guruhi kiradi. Inson, jamiyat va davlat munosabatlarining yangicha ko'rinishga ega bo'lishi zamonaviy axborot texnologiyalari bilan bog'liq holda namoyon bo'lmoqda. Ayniqsa, demokratik rivojlanish sharoitida ommaviy axborot vositalarining xususan, internetning siyosatning faol sub'ektiga aylanishiga erishishi tobora dolzarb ahamiyat kasb etmoqda.

Virtual olam muhiti muammosining bunday o'ziga xos jihatlarini siyosatshunoslik fanining tadqiqot ob'ektidan kelib chiqqan holda, uni o'rganish istiqboldagi mazkur yo'nalishdagi muammolar ko'lamini aniqlash va bartaraf etishda muhim ahamiyat kasb etadi. Darhaqiqat, mamlakatimizda davlat va fuqarolik jamiyati institutlari, jamoatchilik nazorati mexanizmlari, fuqarolar siyosiy ishtirokinining shakllari o'zgarmiqda, bunday o'zgarishlar omili sifatidagi internetning axboriy xususiyatlari tobora yangicha siyosiy ma'no-mazmunga ega bo'lib bormoqda.

Shu nuqtai-nazardan qaraganda, bir tomondan internet axborot makonining globallashuv tendentsiyasining tenglashishiga imkon yaratadi. Boshqa tomondan turli mamlakatlarning texnik-iqtisodiy rivojlanish sur'atlaridagi farqlar chuqurlashuviga imkon yaratadi. Bu eng avvalo, shu bilan bog'liqlik, barcha mamlakatlar ham o'z iqtisodiy rivojlanishi tufayli, tarmoqqa ommaviy qo'shilishni ishlab chiqara olmaydilar. N.A.Nosovaning yozishicha, axborot texnologiyalarining asosiy ko'rsatkichlari bugungi kunda, jamiyat taraqqiyotining eng muhim me'zonlarini birlashtirgan ko'zguga aylanmoqda, hamda iqtisodiyot va texnikaning zamonaviy holatini jamlangan holda aks ettirmoqda. Shuning uchun ham, internetni inson o'zining ijtimoiy ehtiyojlari, shu jumladan, kommunikatsion ehtiyojlarini qondirish imkoniyatiga ega bo'lgan yashash muhitining davomi deb hisoblash o'ta zarur sanaladix [1].

Demak, virtual olam vositalari – bu yangi axborot texnologiyalari, axborot qidiruv va uzatish tizimlari shubhasiz, yaqin kelajakda mutlaq erkinlik

darajasiga yetadi. Ushbu keng ko'lamli axborot tuzilmalari bilan bir qatorda, unga aloqador yana bir tizim – virtual olam ta'siri ham yanada ortadi. Virtual olam – bu insonga ko'rish, eshitish, hidlash, teginish va boshqa hislar orqali taqdim etilgan texnik vositalar yordamida yaratilgan dunyodir deb ta'kidlaydi E.D.Nevesenko. Virtual olamning ta'siri o'smirlar xulqida “simulyatsiya” reaksiyasi sifatida namoyon bo'ladi, ya'ni bu o'smirning virtual olam hodisalariga taqlid qilishi yoki ularni o'zlashtirish bilan yakun topadi. Ayrim ilmiy manbalarda yozilishicha, virtual olam – bu axborot texnologiyalari orqali, insonlarning xohishiga ko'ra, vaqt-makon muhitini o'zgartirish orqali shakllanadigan, yangi sun'iy illyuziyali olamdir. Mazkur “olam” mazmunida inson o'z haqiqiy dunyosiga o'xshash yoki undan juda farq qiluvchi ko'plab taqlid qilinadigan tajribalarni boshdan kechirishi mumkin[2]. Virtual olam vositalari o'yin-kulgi (ayniqsa, video o'yinlar), ta'lim va o'qitish (til o'rganish, ta'lim olish) va biznes masalalari (masalan, virtual uchrashuvlar, yangi loyihalar) kabilarni o'z ichiga olgan texnologik majmuallar to'plamidir.

I.A.Lipkovning asarlarida keltirilishicha, insoniyat sivilizatsiyasining rivojlanish bosqichida bir qancha axborot yutuqlari qo'lga kiritilgan yani: Ulardan birinchisi, axborotni yozish orqali avloddan-avlodga yetkazishdir. Ikkinchisi esa, nashriyotlarning paydo bo'lishidir[3]. Uchinchi yutuq – bu elektr energiyasining paydo bo'lishi natijasida hosil bo'lgan telefon, televizor, radio va boshqalar. 20 asr oxiridan paydo bo'lgan to'rtinchi yutuq esa, kompyuter texnikasining tarmoq texnologiyasi bilan integratsiyalashuvi oqibatida shakllangan va axborot-kommunikatsiya texnologiyalari nomi bilan mashhur bo'lgan, yangi axborot yutug'idir. Demak, hozirgi kunda ushbu axborot yutug'i – hayratlanarli o'zgarishlar ortida turgan asosiy kuchga aylanib ulgurdi. Tadqiqotchi A.B.Sorokinaning tahliliga ko'ra, “Axborot jamiyati” tushunchasi o'tgan asrning 70-yillarida yapon olimlari tomonidan taklif qilingan[4]. Hozirda ushbu ilg'or g'oya insoniyat sivilizatsiyasi, ilm-fan va ta'limning yuksalishiga, davlat ijtimoiy-siyosiy tuzilishining taraqqiyotiga va barqaror rivojlanishga katta ta'sir ko'rsatib, ko'plab mamlakatlar e'tiborini o'ziga torta oldi. G'oyaning asosini esa, virtual olamda mujassam

bo'lgan axborot texnologiyalari tashkil etadi. Va u hozirgi kunda butun dunyoda favqulodda sur'atlar bilan tez rivojlanib bormoqda.

I.A.Nikolaevning fikricha, virtual olamga qaram bo'lgan o'smir yoshlar birinchi navbatda, kognitiv, motivatsion va xulq-atvor sohalarida o'zgarishlarga uchraydi. Shu bilan birga, motivatsion vaziyatda qaram ob'ektga haddan tashqari, hissiy munosabat paydo bo'ladi, boshqa ob'ektlarga nisbatan, qaram ob'ekt haqidagi fikrlar ustuvorlik qiladi, o'smir xulq-atvorida himoya mexanizmi bo'lgan, tajovuzkor xatti-harakatlar kuchayadi[5]. Demak, "virtual" so'zining birinchi lug'aviy ma'nosiga qaraydigan bo'lsak, u «ko'rinmas» degan ma'noni bildiradi. Bu so'zni yanada soddalashtirsak, insonning internetdagi axborotlarga mukkasidan ketishi oqibatida real hayotdan uzilishi, odamlarga ko'rinmay, o'zi bilan o'zi qolishdir. Ikkinchi lug'aviy ma'nosiga e'tibor beradigan bo'lsak, internetdagi voqealar bizga voqeyi (real) bo'lib ko'ringan, lekin vazifalari boshqa moslamalar orqali bajarilgani uchun xam, u virtual, ya'ni butunlay boshqa olamdır. Bundan tashqari, tadqiqot doirasidagi ma'lumotlarni yanada kengroq yoritishish maqsadida, "virtual olam" iborasi bilan birga "kibermakon" atamasiga ham e'tibor qaratishimiz maqsadga muvofiq hisoblanadi.

Kibermakon (ingl: cyberspace) tushunchasi kanadalik yozuvchi Uilyam Gibson tomonidan 1984 yili "Cyberspace" (Kibermakon) deb nomlangan trilogiyasi, birinchi romanining "Neuromancer" chop etilishi bilan bog'liq. U dunyoning barcha kompyuterlaridagi elektron ma'lumotlar aylanib yuradigan virtual makonni ta'riflaydi[6]. Demak, hayotda hamma narsa paydo bo'lishining asosiy sabablari bor. Hech bir narsa besabab vujudga kelmaydi. Insonlarning eng asosiy kamchiliklarimizdan biri bu, agar jamiyatda jinoyat sodir bo'lsa, birinchi navbatda jinoyatchini jazolaymiz. Ya'ni ko'pincha jinoyatning oqibati bilan ko'proq kurashamiz. To'g'ri, jinoyatga jazo muqarrar. Lekin jinoyatning paydo bo'lish sabablari bir chekkada qolib ketadi. Jinoyatning sodir bo'lish sabablari, omillari, ya'ni ildizini topsak, ko'plab turdagi jinoyatlarni oldini olgan bo'lamiz. Bundan tashqari, o'smir yoshlarning virtual olamga bog'lanib qolishining qator ijtimoiy – psixologik sabablari ham ajratib o'tiladi. "Virtual muhitga tobelik" tushunchasini psixologik jihatdan

ilmiy asoslash ishlarini L.P.Shipovskayaning ham izlanishlarida ko'rish mumkin. Muallifning fikricha, virtual muhitga tobelik bu – sub'ektiv taassurotlarni paydo qiladigan, kiber muhim hodisalarini fiksatsiya (qayd etish) etishga qaratilgan hamda uning oqibatida shaxs o'z muammolari haqida o'ylay olmaydi, kundalik tashvishlarini unutadi hamda hayotiy qiyin vaziyatlardan turli sabablar orqali qochishga intilishni xarakterlaydigan xulq-atvor shaklidir" [7].

Psixolog A.E.Voyskunskiyning xulosalariga ko'ra, virtual muhitga tobelik tushunchasi bu – zamonaviy axborot texnologiyalarini o'zlashtirish jarayoni sanalib, u o'z mazmunida psixologik jihatdan "o'ziga tortmoq", "rom etmoq", "psixologik bog'liqlik" tushunchalarini ham qamrab oladi. Va oxir – oqibat bu tarmoq ta'siriga batamom tobe bo'lish bilan yakunlanadi[8]. Metodlar. Virtual makonning o'smir yoshlar xulqiga ta'sirini baholash bo'yicha, bir qator metodika va so'rovnomalar tanlab olingan. Jumladan, G.V.Lofovaya tomonidan ishlab chiqilgan "Virtual olamga tobelik (addiksiya)" testi, K.Leongard va G.Smesheklarning "Xarakter aksentuatsiyani baholash" so'rovnomasi, A.I.Shepilovanning "Tugallanmagan jumlarlar" metodikasi hamda A.A.Lugovskaya tomonidan yaratilgan "Yengib o'tuvchi xulq-atvor" so'rovnomalaridan foydalanilgan. Shuningdek, matematik-statistik mezonlar ya'ni K.Pirson korrelyatsiya koeffitsienti, foizli tahlil va faktorli analizlardan ham foydalanilgan.

Natijalar va muhokama. Tadqiqotdan olingan natijalar Farg'ovna viloyati qishloq o'smir yoshlarining virtual olam ta'siridan himoyalashning ijtimoiy-psixologik mexanizmlarini belgilab beruvchi asosiy omillar quyidagi natijalarni namoyon qilgan.

Birinchi faktorga kirgan ta'kidlar: televizorga tobelik, internetdagi axborotlarni konstruktiv qabul qilish, vaqtni idrok etish, internetning salbiy xususiyatlarini anglash, matonat, voqelikni yengib o'tish va o'zini o'zgartirish shkalalaridir. Ushbu faktorni (faktorga kiritilgan mulohazalarga ko'ra), shartli ravishda: internetda o'zini nazorat qilish deb nomladik.

Ikkinchi faktordan quyidagi mulohazalar o'rin oldi: internet va kompyuterga tobelik, kompyuter o'yinlariga tobelik, destruktiv diniy

Таблица 1. Virtual olamdan himoyalanişga doir so'rovnomalari faktorizatsiyasi

Shkalalar	Faktor 1	Faktor 2
Internet va kompyuterga tobelik		0.586
Kompyuter o'yinlariga tobelik		0.768
Televizorga tobelik	0.589	
Destruktiv diniy axborotlarga tobelik		0.557
Tobelikka umumiy moyillik		0.624
Internetdagi axborotlarni konstruktiv qabul qilish	0.507	
Vaqtni idrok etish	0.556	
Internetning ijobiy xususiyatlarini anglash		0.529
Internetning salbiy xususiyatlarini anglash	0.625	
Internetdagi axborotlarni tushunish		0.523
Matonat	0.775	
Oqilona harakat		0.604
Voqelikni yengib o'tish	0.721	
O'zini o'zgartirish	0.635	
Ijobiy tafakkur		0.713
Emotsiyalarni nazorat qilish		0.683

axborotlarga tobelik, tobelikka umumiy moyillik, internetning ijobiy xususiyatlarini anglash, internetdagi axborotlarni tushunish, oqilona harakat, ijobiy tafakkur va emotsiyalarni nazorat qilish kabilar. Ushbu faktorni esa (faktorga kiritilgan mulohazalarga ko'ra), shartli ravishda: virtual olamda o'zini boshqarish shkalasi deb nomladik.

Xulosa

O'smirlarni virtual makon ta'siridan himoyalashda matonat, oqilona harakatlarni bajarish, voqelikni yengib o'tish, o'zini o'zgartirishga intilish, ijobiy tafakkurni shakllantirish va emotsiyalarni nazorat qilish kabi xususiyatlarni inobatga olish maqsadga muvofiq. O'smirlarni virtual olam ta'siridan himoyalashning ijtimoiy-psixologik mexanizmlari bilan bog'liq tadqiqot ishlarini amaliy jihatdan tekshirishga doir jahon psixologiyasida ko'p tajribalardan o'tgan test, so'rovnomalarni mahalliy muhitga moslashtirish va yangi variantlarini ishlab chiqish lozim. O'zbekistonning qator taniqli psixologlari va axborot xavfsizligi sohasi bo'yicha mutaxassislar ishtirokida virtual psixologiyaning destruktiv ta'sirlaridan saqlanish mavzusida seminar-treninglar tashkil etish. Psixolog va pedagoglar tayyorlovchi oliy ta'lim muassasalarining tegishli kafedralari bakalavr bosqichida tahsil oluvchi talabala yoshlarga "Virtual psixologiya asoslari" nomli maxsus seminar kurslarini joriy qilish.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Виртуальная реальность: философские и психологические проблемы Текст. / Под ред. Н. А. Носова. М.: Центр виртуалистики ИЧ РАН, 1997. – С.38.
2. Невесенко Е. Д. Влияние виртуальных сетевых сообществ и сети интернет на развитие социальной активности молодежи : Автореф. дис. ... канд. фи-лос. наук / Е. Д. Невесенко. – СПб., 2014. – С.15.
3. Липков А. И. Ящик Пандоры: феномен компьютерных игр в мире и в России / А. И. Липков. – М.: Изд-во ЛКИ, 2008. – С.43.
4. Сорокина А. Б. Интернет в жизни современных детей и подростков: проблема и ресурс / А. Б. Сорокина // Современная зарубежная психология. –2015. – Т. 4. – 1. – С.45–64.
5. Николаев И. А. Виртуальность как естественнонаучный, технический и культурный феномен: дис. ... канд. филос. наук / И. А. Николаев. – Саратов, 2004. – С.52.
6. Гибсон У. Нейромант. М.: ООО «Издательство АСТ»; Спб.: Terra Fantastica, 2000. – С.66.
7. Шиповская Л.П. Виртуальная реальность. Потребность в новых информационных технологиях // Сервис PLUS. – 2010. – № 4. – С.36 – 45.
8. Войскунский А. Е., Митина, О. В., Аветисова, А. А. Общение и «опыт потока» в групповых Интернет-играх / А. Е. Войскунский, О. В. Митина, А. А. Аветисова // Психол. журн. – 2005. – Т. 17. – № 5. – С. 47 – 63.