

O'QUVCHILARDA TELEFONGA QARAMLIKNI BARTARAF ETISHDA PSIXOLOGIK YONDASHUV VA AMALIY TAVSIYALAR

*BUXORO VILOYATI BUXORO SHAHAR
41- SONLI MAKTAB PSIXOLOGI
ALLAMURODOVA DILDORA SAITOVNA*

Annotatsiya: Ushbu maqola orqali o'quvchilardagi moyilliklar, telefon tutish tartibi va kompyuter o'yinlariga bo'lgan tobelikni darajalari xaqida so'z boradi. Ushbu xollarda qanday psixologik yo'l tutishni bilib olishingiz mumkin.

Kalit so'zlar: Telefonomaniya, tobelik, internet, kiber xavfsizlik, aqliy hujum.

Axborot –kommunikatsiya texnologiyalari sohasidagi keskin rivojlanish, kompyuter texnikasining ijtimoiy hayotdagi o'zni kengayib borishi bilan bir qatorda, insonning tafakkur faoliyati, uning ruhiy idrok qobiliyatiga bo'lgan talab ham o'sib boradi. Bu o'zining mustaqil fikriga ega, texnika imkoniyatlardan o'z o'rnida foydalanuvchilar uchun ulkan imkoniyatlar eshigini ochdi. Shu bilan bir qatorda, internet makonining turli o'yinlar va videolar bilan boyitilgani dunyoqarashi shakllanayotgan, o'yinqaroq bolalar va o'smirlar uchun kundalik normal voqelik bo'lsa, boshqalarga tashvish o'chog'iga aylandi. Hozirgi kunda mahalliy va g'arb psixologlarning tadqiqotlarida o'smirlarda tajavuzkor xulq shakllanishiga sabab bo'luvchi omillardan biri sifatida kompyuter o'yinlari e'tirof etilmoqda. Kompyuter o'yinlari o'smirning qiziqishlar va motivatsion doirasini oshiradi, his-hayojon doirasiga ta'sir qilib, ijtimoiy aloqalar va bilish qobiliyatini rivojlantirishga xizmat qiladi. Deb ta'kidlaydilar. Axborot-kommunikatsiya texnologiyalari yuksak darajada rivojlangan asrimizda zamonaviy jamiyat hayotimizning ajralmas qismi bo'lib qolgan. Internet- eng ommaviy, tezkor ma'lumot olish manbai sifatida real vaqt rejimida cheksiz norasmiy muloqat qilish, filmlar, musiqa, video o'yinlar ko'rish, reklama va tijorat uchun foydalanish, intellektual, ijodiy qobiliyatlarni rivojlantirish, masofaviy ta'lim olish kabi imkoniyatlarni beradi. Yoshlar Internet tarmog'i mavjud bo'lgan hamma joylarda uning xizmatlaridan keng ko'lamda foydalanmoqda. Dunyo aholisi endilikda internetdan ulanish bilan cheklanmay, unda faoliyat olib bormoqdalar.

Bugungi kunda yoshlarimiz nafaqat o'quv dargohlarida, balki radio-televideniye, matbuot, internet kabi vositalar orqali ham rang-barang axborot va ma'lumotlarni olmoqda. Xo'sh, hozirgi kunda shunchalik katta imkoniyatlardan foydalanayotgan yoshlar nimalar bilan band?

Yoshlar hozirda texnologik bilimlarni kattalardan ko'ra tez hamda samarali egallashmoqda va aytish mumkinki, kompyuter texnologiyasi savodxonligi bo'yicha kattalardan ustunlik ham qilishadi. Ular ta'lim jarayoni va mashg'ulotlar vaqtida o'qituvchi nazoratida bo'lib, internetdan asosan ilm-fan madaniyat va sportga oid ma'lumotlarni oladi, o'rganadi. Bular hursand bo'ladigan ijobiy holatdir.

Axir ta'kidlanayotganidek, internet tinimsiz harakatda o'sib boruvchi juda katta, rang-barang axborotlarning "omborxonasi". Bu ma'lumot uning uchun juda qiziqarli va ayni vaqtda ma'naviyati uchun juda xavfli bo'lishi mumkin. Yangi texnologiyalar hayotimizda shiddat bilan kirib kelishi o'zining ijobiy jihatlari barobarida salbiy jihatlarni ham namoyon qilmoqda. Mobil telefonlar yoki onlayn o'yinlar, dunyoqarashi to'liq shakllanib ulgurmagan bolalar va o'smirlarda internet o'yinlar orqali tahdidlar va zo'ravonliklarga ko'proq duch kelishga sabab bo'lmoqda.

Mazkur ma'lumot dunyoning qaysidir bir burchagidan manfaat nuqtai-nazaridan tarqatilayotgan, ayni vaqtda tajovuzkor tarzda yohud ekstremistik g'oyalar ta'sirida bo'lsa, u bu axborotni tengdoshlari bilan "baham" ko'rsachi? Hozirgi davrda Bolalar va o'smirlar yig'iladigan ko'plab internet klublarda uchratish mumkin. Ular esa o'z navbatida zo'ravonlikni maqsad qilib qo'ygan kimsalarga imkoniyatlarni keng ochilishiga muhit yaratib, bolalar va o'smirlarga psixologik va jismoniy zarar etkazishga xizmat qilmoqda.

Virtual olamida bolalarga nisbatan xavfning ortishi bevosita axborot-kommunikatsiya texnologiyalarining jadal sur'atlarda rivojlanishi bilan bog'liq. Bola bir necha soat, kun yoki hafta davomida ko'pchilik o'yinchilar uchun onlayn fantaziya o'yinning amaldagi ijrochisi bo'ladi. Ular o'quvchining ongiga joylashib, xarakteridagi yashirin agressiyani qo'zg'atadi.

Darslardan chiqib, dars davomida ololmagan biror-bir qiziq ma'lumot, musiqa, videorolik va shu kabi axborotni xohlagan internet kafeda hech kimning nazoratisiz ham topishi, uni yuklab olishi mumkin. Olayotgan bu ma'lumot haqida ham to'la tushunchasi bo'lmagan bola undan foydalanadi, yohud uni yuklab oladi. Lekin kim ayta oladi, bu yuklab olingan hamma ma'lumotlar ham uning ongi, dunyoqarashiga salbiy ta'sir etmayda, deb.

Bu uni odamlardan ajralib qolishiga, o'z qobig'iga o'ralib, virtual olamdagi o'z qahramoni bilan yashashga ko'niktirib qo'yadi. Ba'zan bolalar ruhiy tushkunlikda virtual xayotni real hayot bilan almashtirib qo'yadi. Natijada bola uchun kelajak rejalarining poymol bo'lishi xavfi tug'ilib, o'qishdan va jamoadan yuz o'g'irgan o'smir o'z kelajagini, orzu-umidlarini maktab va tengdoshlari faoliyatiga bog'lishdan ko'ra, "Kompyuter o'yinlari bilan o'ynashni afzal ko'radi bola nohush holat bilan yolg'iz kurash olib borish kechinmalari bilan yashaydi. Ko'pincha, o'quvchilardagi bu holat oiladagi va ta'lim tizimidagi pedagogik qarovsizlik natijasida yuzaga keladi. Jaxli

chiqqan vaqtda (sinfsdoshi, ukasi yoki akasi) bilan janjallashib qolganda, bola qarshisidagi raqibini jazavada biror buyum bilan urishi, jiddiy jarohat etkazib qo'yish ham hech gapmas. Uning uchun bu bir inson joniga azob berish bilan bog'liq jinoyat emas, balki asabiy vaziyatda tez qaror qabul qilib, omon qolish chorasidan tuyuladi. Ahir, kompyuter o'yinlarida dushmani tilka-pora qilib tashlasa ham, yana qaytadan tirilaveradi-ku: Bola jazavasidan tushib, o'ziga kelganda esa, o'yindan "o't chiqqan" ini anglashi mumkin. Yoshlar orasida internetdagi "o'lim guruhlariga" a'zo bo'lib, ularning ta'sirida o'z joniga qasd qiluvchilar haqida xabar topgan pedagoglar va maktab psixologlari suisidal xulq – atvorga moyillikni tashxis qilish imkoniyati masalasiga alohida qiziqish bilan qaraydilar, Tobelik kelib chiqishning asosiy sabablaridan biri oiladagi yoki jamoadagi nomaqbul nizoli sharoit bo'lishi mumkin. Farzandida tobe axloq kuzatilgan ota-onalar, bola nima uchun o'zini himoyasiz his qilayotganini, uning avtoritetiga nima bosim o'tkazayotgani, real hayotdagi o'z shaxsini tasdiqlashdagi befoyda urinishlari haqida o'ylab ko'rishlari va bu savollarga javobni oilaviy munosabatlardan qidirishlari kerak. Tobe axloqni o'z vaqtida aniqlash, psixo-korreksiyon chora-tadbirlarni qo'llash orqali keyinchalik kelib chiqishi mumkin bo'lgan salbiy oqibatlarining oldini olish o'ta zarurdir. Kompyuterdagi tobelik real hayotdagi o'zini noqulay his etish yoki psixologik jarohat, shuningdek, maktabdagi fanlarni o'zlashtirishda qiyinchiliklar va bu haqda aytishga qo'rqish, tengdoshlari bilan muammoli vaziyatga tushib qolishi natijasida kelib chiqib, alohida muammo sifatida mutaxassisga murojaat etishni talab etadi. Tobelikni davolashda avvalo ishni bolaning yaqinlari, qarindoshlari bilan suhbatdan boshlash kerak. Chunki kompyuterga tobelikni davolashda ularning qo'llab-quvvatlashlari yordamlari, iliq munosabatlari muhim rol o'ynaydi. Buning uchun albatta psixologga murojat qilish kerak. Telefonga qaramlikni yengishda amaliy yondashuvlar mavjud. Ota – onalarga quyidagicha tavsiyalar beriladi.

Ayblash, nasixat, tanbeh bu muloqat emas. Muloqat-tenglik asosidagi so'zlashuv.. U kun davomida nima qilganlarini faqatgina eshitib qolmay, balki uning hissiyotlari, kechinmalariga qiziqishdir. Farzandigizdan juda hafa bo'lsangiz ham, faqat tanbeh bermasdan u bilan birga sevimli serialini tomosha qiling, Hursandchilik bilan yoqtirgan o'yinlarini o'ynang. Masalan: San'at, sport, ilm, sayohat, umuman olganda o'ziga yoqqan faoliyat bilan shug'ullanish maqsadga muvofiq.

O'smirga kompyuter o'ynash erkinlik emas, balki imtiyoz ekanligini tushuntirish zarur. Kompyuterdan foydalanishni birdaniga taqiqlash mumkin emas. Bu o'smirni depressiv holatga olib kelishi mumkin.

Foydalanilgan Adabiyotlar

1. Axborot asrida ta'lim- tarbiya. Tuzuvchilar: B.X.Daniyarov, A.E. Rahimov, F.X.Jabborov – Toshkent: Akadem nashr. 2012.

2. Qoriyev A Globallashuv jarayonlarida yoshlar ongiga salbiy ta'sir etayotgan internet ijtimoiy tarmoqlari // Umumiy o'rta ta'lim fanlarini o'qitishda axborot ta'lim resurslaridan foydalanishning dolzarb muammolari va yechimlari . Respublika ilmiy –amaliy konferensiyasi materiallari to'plami – T: 2014.- B. 111.
3. Qurbonov M. Bolam baxtli bo'lsin desangiz... – T: Ma'naviyat. 2014.

