

**ELEKTRON SPORTNING (E-SPORT) YOSHLAR ONGIGA PSIXOLOGIK
VA IJTIMOY TA'SIRI.****Burxonov Bahodir Hayotov***O'zbekiston Respublikasi Ichki ishlar**Vazirligi Malaka oshirish instituti**Jismoniy tayyorgarlik sikli o'qituvchisi**bahodirburxonov87@gmail.com*

Annotatsiya: Ushbu maqolada elektron sportning (e-sport) yoshlar ongiga psixologik va ijtimoiy ta'siri tahlil qilinadi. Maqolada e-sportning yoshlar kognitiv qobiliyatlari, stress darajasi, agressivlik, shuningdek, ijtimoiy aloqalari va jamoaviylikka ta'siri ko'rib chiqilgan. Ijobiy va salbiy ta'sirlar tahlili asosida yoshlarning e-sportga munosabati va uning jamiyatdagi o'rni muhokama qilinadi.

Kalit so'zlar: Elektron sport, e-sport, yoshlar, psixologik ta'sir, ijtimoiy ta'sir, kognitiv rivojlanish, agressivlik, ijtimoiy aloqalar.

**ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ И СОЦИАЛЬНОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ
КИБЕРСПОРТА (E-SPORT) НА СОЗНАНИЕ МОЛОДЕЖИ.***Бурхонов Баходир Хаётович**Преподаватель цикла физической подготовки**Институт повышения квалификации**Министерство внутренних дел Республики Узбекистан**bahodirburxonov87@gmail.com*

Аннотация: В данной статье анализируется психологическое и социальное воздействие киберспорта (e-sport) на сознание молодежи. Рассматриваются влияние киберспорта на когнитивные способности, уровень стресса, агрессивность, а также на социальные связи и командную работу молодежи. На основе анализа положительных и отрицательных эффектов обсуждается отношение молодежи к киберспорту и его роль в обществе.

Ключевые слова: Киберспорт, e-sport, молодежь, психологическое воздействие, социальное воздействие, когнитивное развитие, агрессивность, социальные связи

PSYCHOLOGICAL AND SOCIAL IMPACT OF ELECTRONIC SPORTS (E-SPORTS) ON YOUTH CONSCIOUSNESS.

Burkhonov Bahodir Hayotovich
Teacher of physical training cycle
Institute of advanced training
Ministry of Internal Affairs of the Republic of Uzbekistan
bahodirburxonov87@gmail.com

Abstract: This article analyzes the psychological and social impact of electronic sports (e-sports) on youth consciousness. It examines the influence of e-sports on cognitive abilities, stress levels, aggressiveness, as well as social connections and teamwork among young people. Based on an analysis of positive and negative effects, the article discusses youth attitudes toward e-sports and its role in society.

Keywords: Electronic sports, e-sports, youth, psychological impact, social impact, cognitive development, aggressiveness, social connections

Kirish.

So‘nggi yillarda texnologiyalar tez sur‘atda rivojlanib, elektron sport (e-sport) dunyoda, ayniqsa yoshlar orasida keng tarqalgan yangi madaniyat shakliga aylangan. E-sport raqobatbardosh kompyuter o‘yinlari orqali tashkil etilgan musobaqalar tizimini ifodalaydi. Ushbu jarayon yoshlarning kundalik hayotida muhim o‘rin egallab, ularning psixologik va ijtimoiy holatiga sezilarli ta‘sir ko‘rsatmoqda. Ushbu maqolada elektron sportning yoshlar ongiga psixologik va ijtimoiy ta‘siri ilmiy nuqtai nazardan tahlil qilinadi.

Asosiy qism.

Elektron sportning psixologik ta‘siri.

Elektron sportning yoshlar psixologiyasiga ta‘siri murakkab va ikki tomonlama. Bunda ijobiy va salbiy jihatlar bir-biri bilan chambarchas bog‘liq bo‘lib, yoshlarning ongi va ruhiy holatiga turlicha ta‘sir qiladi.

Ijobiy psixologik ta‘siri: Elektron sport o‘yinlari yoshlarning kognitiv funksiyalarini rivojlantirishda muhim rol o‘ynaydi. Masalan, bu turdagi o‘yinlarda tez va aniq qaror qabul qilish, strategik fikrlash, muammolarni yechish va ko‘p vazifani bir vaqtda bajarish talab qilinadi. Bunday ko‘nikmalar real hayotdagi murakkab vaziyatlarni boshqarishda ham yordam beradi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, o‘yinlarda ishtirok etish vizual e‘tibor, tezkorlik va xotirani oshirishga xizmat qiladi (Bavelier va boshq., 2012). Shuningdek, e-sport yoshlar uchun stressni kamaytiruvchi vosita bo‘lib xizmat qilishi mumkin. Kundalik hayotdagi qiyinchiliklar, ta‘lim va oilaviy muammolardan qochish uchun ular virtual dunyoga kirib, o‘zlarini erkin ifoda etish imkoniyatiga ega bo‘ladilar. O‘yin jarayonida erishilgan yutuqlar o‘z-o‘ziga ishonchni oshiradi, motivatsiyani kuchaytiradi va ruhiy barqarorlikni mustahkamlaydi.

Salbiy psixologik ta'siri: Shunga qaramay, elektron sportning uzoq va nazoratsiz o'ynalishi ko'plab psixologik muammolarni keltirib chiqarishi mumkin. Eng keng tarqalgan salbiy ta'sirlarning biri — o'yin qaramligi hisoblanadi. O'yinlarga haddan tashqari berilish yoshlarning kundalik hayotdagi faoliyatlarini, jumladan, ta'lim, uyqu va ijtimoiy munosabatlarni buzadi. Bunday holat uzoq davom etsa, depressiya, xavotirlik va ijtimoiy izolyatsiya yuzaga keladi. Bundan tashqari, ba'zi yoshlar o'yinlar davomida yuzaga keladigan kuchli stress va raqobat muhitidan bezovta bo'lib, o'zini tutishda qiyinchiliklarga duch kelishi mumkin. Agressiv va raqibga nisbatan zo'ravon xatti-harakatlar e-sport maydonida ko'payishi ba'zida real hayotga ham ko'chishi mumkin. Shu sababdan yoshlar psixologik jihatdan zaif bo'lsa, bunday agressiya va stress ularning ruhiy holatini yanada buzadi. Elektron sportda uzoq vaqt o'tirish ham fiziologik muammolarni keltirib chiqaradi, bu esa to'g'ridan-to'g'ri psixologik holatga ham ta'sir ko'rsatadi. Masalan, uyquning buzilishi, ko'zlarning charchashi va umumiy charchoq ruhiy holatning yomonlashishiga sabab bo'ladi.

Elektron sportning ijtimoiy ta'siri.

Elektron sport yoshlar orasida ijtimoiy hayotning yangi shakli sifatida rivojlanmoqda. Bu jarayonning ijobiy va salbiy jihatlari bor, ular yoshlarning jamiyatdagi o'rniga, o'zaro munosabatlariga sezilarli ta'sir qiladi.

Ijobiy ijtimoiy ta'siri: E-sport jamoaviy faoliyatni rivojlantiradi. Ko'pchilik o'yinlar guruhda o'ynaladi, bu esa yoshlarni birgalikda ishlashga, vazifalarni taqsimlashga, hamkorlikka va muloqot qilishga o'rgatadi. Shu bilan birga, e-sport jamoalarida o'zaro hurmat, ishonch va mas'uliyat hissi shakllanadi. Bu ko'nikmalar hayotning boshqa sohalarida, masalan, o'qishda yoki ishda ham muhim ahamiyatga ega. Elektron sport yoshlar uchun yangi do'stliklar va ijtimoiy aloqalarni o'rnatish imkoniyatini yaratadi. O'yinlar orqali ular geografik chegaralardan qat'i nazar, bir xil qiziqishlarga ega bo'lgan tengdoshlar bilan muloqot qilishi mumkin. Natijada, global hamjamiyat a'zolarining bir qismiga aylanish, o'zaro tajriba almashish va madaniy almashuvlar yuzaga keladi.

Salbiy ijtimoiy ta'siri: Shu bilan birga, e-sport yoshlarning haqiqiy ijtimoiy muhitdan uzoqlashishiga olib kelishi mumkin. Ko'p vaqt virtual dunyoda o'tkazilishi real hayotdagi do'stlar, oila va jamiyat bilan aloqalarni zaiflashtiradi. Bu holat yoshlarning yolg'izlanishi, ijtimoiy izolyatsiya va hatto depressiyaga duchor bo'lish xavfini oshiradi. Ba'zan elektron sportda agresivlik va zo'ravonlik ko'rsatish odat tusiga kiradi. Bu esa yoshlarning muloqot madaniyatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Masalan, o'yin davomida raqibga nisbatan kamsituvchi, haqoratli so'zlar ishlatish yoki tajovuzkor xatti-harakatlar ko'payishi ijtimoiy munosabatlarni buzadi va jamoatchilikda salbiy stereotiplarning yuzaga kelishiga olib keladi. Shuningdek, elektron sportga oid noto'g'ri tushunchalar va stereotiplar yoshlarning jamiyatdagi ijtimoiy mavqeini pasaytirishi mumkin. Ba'zi ota-onalar va ta'lim muassasalari e-

sportni faqat vaqtni bekor o'tkazish deb hisoblaydi, bu esa yoshlarning faoliyatini tushunmaslik va ularga nisbatan nohaq baho berishga olib keladi.

Xulosa

Elektron sport yoshlar hayotida muhim omil sifatida shakllanib, ularning psixologik va ijtimoiy rivojlanishiga murakkab ta'sir ko'rsatmoqda. E-sportning ijobiy tomonlari yoshlarning kognitiv va ijtimoiy ko'nikmalarini rivojlantirishda muhim ahamiyatga ega bo'lsa, uning salbiy oqibatlari ham mavjud. Shu bois, yoshlarning e-sport bilan shug'ullanishi sifatli va nazorat ostida bo'lishi, shuningdek, ota-onalar, o'qituvchilar va mutaxassislar tomonidan qo'llab-quvvatlanishi zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar.

1. Normurodov, I. (2019). *Yoshlarning zamonaviy axborot texnologiyalaridan foydalanishi va uning ijtimoiy-psixologik ta'siri*. Toshkent: O'zbekiston Fanlar Akademiyasi nashriyoti.
2. Xolmirzaev, S. (2021). *Yoshlar psixologiyasi va ularning axborot texnologiyalariga bo'lgan munosabati*. Toshkent: Toshkent davlat pedagogika universiteti nashriyoti.
3. Islomov, A. (2020). *Yoshlar orasida onlayn o'yinlarning psixologik ta'siri*. "Psixologiya va pedagogika" ilmiy jurnali, 3(15), 45-52.
4. Toshboyev, J. (2018). *Zamonaviy yoshlar va internet madaniyati*. Toshkent: "Ilm-fan" nashriyoti.
5. Xusanov, D. (2022). *Yoshlarning elektron o'yinlarga qaramligi va uning ijtimoiy oqibatlari*. "Ta'lim va jamiyat" jurnalida, 2(6), 12-19.