

## O‘QUVCHILAR XULQINING VIRTUAL VA REAL HAYOTDAGI FARQLI TOMONLARINING PSIXOLOGIK ASOSLARI

*Qobilova Zarifa Chori qizi  
Surxondaryo viloyati Denov  
tumani 35-maktab psixologi*

**Annotatsiya:** Mazkur maqolada o‘quvchilarning virtual va real hayotdagi xulq-atvori o‘rtasidagi farqlarning psixologik asoslari tahlil qilinadi. Axborot texnologiyalari va ijtimoiy tarmoqlarning keng rivojlanishi natijasida o‘quvchilarning muloqot qilish uslubi, hissiy holati, o‘zini namoyon etishi hamda ijtimoiy munosabatlarida muayyan o‘zgarishlar yuzaga kelmoqda. Maqolada virtual muhitning o‘quvchilar shaxsiga ta’siri, internetdagi erkinlik hissi, anonimlik omili, emotsional holat va ijtimoiy moslashuv jarayonlari psixologik jihatdan yoritilgan. Shuningdek, real hayotdagi va virtual muhitdagi xulqiy tafovutlarning kelib chiqish sabablari, ularning o‘quvchilar ruhiy rivojlanishiga ta’siri hamda profilaktik va korreksion yondashuvlar haqida fikr yuritiladi. Tadqiqot natijalari virtual muhitdan oqilona foydalanish va o‘quvchilarda sog‘lom internet madaniyatini shakllantirish muhimligini ko‘rsatadi.

**Kalit so‘zlar:** virtual muhit, real hayot, xulq-atvor, psixologik omillar, o‘quvchi shaxsi, internet madaniyati, ijtimoiy tarmoqlar, emotsional holat, anonimlik, kommunikativ ko‘nikmalar, psixologik moslashuv, media ta’siri, virtual muloqot, ijtimoiy faoliyat.

### Kirish

Bugungi kunda axborot-kommunikatsiya texnologiyalarining jadal rivojlanishi inson hayotining barcha sohalariga, ayniqsa yoshlar dunyoqarashi va xulq-atvoriga sezilarli ta’sir ko‘rsatmoqda. Internet, ijtimoiy tarmoqlar, onlayn o‘yinlar va turli raqamli platformalar o‘quvchilarning kundalik hayotining ajralmas qismiga aylanib bormoqda. Natijada o‘quvchilarning virtual va real muhitdagi xatti-harakatlari, muloqot uslublari hamda emotsional holatlarida muayyan farqlar yuzaga kelmoqda. Bu esa mazkur masalani pedagogika va psixologiya fanlari nuqtai nazaridan chuqur o‘rganishni taqozo etadi. Virtual muhit o‘quvchilarga keng imkoniyatlar yaratishi bilan bir qatorda, ularning psixologik rivojlanishiga ham turlicha ta’sir ko‘rsatadi. O‘quvchilar internet orqali yangi ma’lumotlarni tezkor egallash, do‘stlar orttirish, fikr almashish va o‘z qiziqishlarini namoyon etish imkoniyatiga ega bo‘ladilar. Shu bilan birga, virtual muhitdagi anonimlik, erkinlik hissi va nazoratning nisbatan cheklanganligi ayrim hollarda o‘quvchilarning real hayotdagi xulqidan farq qiluvchi

xatti-harakatlarni namoyon etishiga sabab bo'ladi. Masalan, ayrim o'quvchilar real hayotda tortinchoq yoki kamgap bo'lsa-da, virtual muhitda faol va erkin muloqot qilishi mumkin. Aksincha, ba'zi holatlarda internet muhitida agressivlik, qo'pollik yoki mas'uliyatsiz munosabatlar ham kuzatiladi. Psixologik jihatdan qaralganda, virtual va real hayotdagi xulq farqlari o'quvchilarning yosh xususiyatlari, emotsional holati, o'zini anglash darajasi, kommunikativ ko'nikmalari hamda ijtimoiy muhit bilan chambarchas bog'liqdir. O'smirlik davri shaxs rivojlanishining murakkab bosqichi bo'lib, bu davrda o'quvchilar o'z "Men"ini izlash, o'zini jamiyatda namoyon etish va tengdoshlari orasida o'z o'rnini topishga intiladilar. Virtual muhit esa ularga o'zini erkin ifoda etish imkonini beradi. Shu sababli internet va ijtimoiy tarmoqlarda o'quvchilarning emotsional kechinmalari, qiziqishlari va shaxsiy xususiyatlari yaqqol namoyon bo'ladi. Shuningdek, virtual muhitning haddan tashqari ta'siri o'quvchilarning real hayotdagi ijtimoiy faolligi va ruhiy holatiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Uzoq vaqt internetdan foydalanish jonli muloqotning kamayishiga, diqqat va tafakkur jarayonlarining sustlashishiga, hissiy zo'riqish hamda internetga qaramlik kabi muammolarning yuzaga kelishiga sabab bo'lishi ehtimoldan xoli emas. Shu bois o'quvchilarda internetdan to'g'ri foydalanish madaniyatini shakllantirish, ularda virtual va real hayot muvozanatini saqlash ko'nikmalarini rivojlantirish muhim vazifalardan biri hisoblanadi.

### Asosiy qism

Axborot texnologiyalarining rivojlanishi natijasida virtual muhit inson hayotining ajralmas qismiga aylandi. Ayniqsa, o'quvchilar hayotida internet, ijtimoiy tarmoqlar, messenjerlar va onlayn platformalar muhim o'rin egallamoqda. Virtual muhit orqali ular bilim olish, muloqot qilish, o'yin o'ynash, fikr almashish va o'z qiziqishlarini namoyon etish imkoniyatiga ega bo'ladilar. Shu bilan birga, virtual va real hayotdagi xulq-atvor o'rtasida muayyan tafovutlar yuzaga kelmoqda. Bu tafovutlarning psixologik asoslarini o'rganish bugungi kunda dolzarb masalalardan biri hisoblanadi. Virtual muhitdagi xulq-atvorning o'ziga xos jihatlaridan biri anonimlik hissidir. Internet orqali muloqot qilayotgan o'quvchi ko'pincha o'z shaxsini yashirish yoki boshqa obraz yaratish imkoniyatiga ega bo'ladi. Bu holat ayrim o'quvchilarda o'zini erkin tutish, real hayotda ayta olmaydigan fikrlarini bema'lol bildirishga sabab bo'ladi. Natijada virtual muhitda ularning xulq-atvori real hayotdagidan farq qilishi mumkin. Masalan, tortinchoq va kamgap o'quvchi internetda faol, ochiq va muloqotga kirishuvchan bo'lib qoladi. Buning asosiy sababi virtual muhitda baholanish yoki tanqid qilinish qo'rquvining nisbatan past bo'lishidir. Psixologik nuqtai nazardan qaraganda, o'smirlik davrida o'quvchilarda o'zini anglash va shaxs sifatida namoyon etishga bo'lgan ehtiyoj kuchayadi. Virtual muhit esa bu ehtiyojni qondirish uchun qulay maydon vazifasini bajaradi. O'quvchilar ijtimoiy tarmoqlarda o'z suratlari,

fikrlari va qiziqishlarini joylashtirish orqali boshqalarning e'tiborini qozonishga intiladilar. "Layk", izoh va obunachilar soni ularda o'ziga bo'lgan ishonchning ortishi yoki aksincha pasayishiga ta'sir ko'rsatishi mumkin. Shu sababli virtual muhit o'quvchilarning emotsional holati va o'zini baholash darajasiga sezilarli ta'sir qiladi. Virtual va real hayotdagi xulq farqlarining yana bir muhim omili kommunikativ munosabatlarning shaklidir. Real hayotda muloqot davomida inson yuz ifodasi, ovoz ohangi va hissiy reaksiyalar orqali bir-birini tushunadi. Virtual muloqotda esa bu imkoniyatlar cheklangan bo'ladi. Natijada ayrim o'quvchilar internet orqali qo'pol yoki agressiv munosabat bildirishga moyillik ko'rsatadi. Psixologiyada bu holat "internet disinhubitsiyasi" deb yuritiladi. Ya'ni inson virtual muhitda o'z xatti-harakatlarini kamroq nazorat qiladi va real hayotda qilmaydigan harakatlarni amalga oshirishi mumkin.

Ijtimoiy tarmoqlarning o'quvchilar ruhiyatiga ta'siri ham alohida ahamiyatga ega. Doimiy ravishda boshqalarning muvaffaqiyati, chiroyli hayoti yoki moddiy imkoniyatlarini kuzatish ayrim o'quvchilarda o'zidan qoniqmaslik hissini keltirib chiqaradi. Bu esa tushkunlik, xavotir, o'ziga ishonchsizlik va stress holatlarining yuzaga kelishiga sabab bo'lishi mumkin. Ayniqsa, o'smirlik davrida hissiy barqarorlik to'liq shakllanmaganligi sababli virtual muhitdagi salbiy axborotlar ularga kuchli ta'sir qiladi. Shuningdek, virtual muhitning o'quvchilar ijtimoiy faolligiga ta'siri ham muhim psixologik masalalardan biridir. Haddan tashqari internetdan foydalanish real hayotdagi muloqotning kamayishiga olib keladi. O'quvchi ko'proq vaqtini telefon yoki kompyuter qarshisida o'tkazgani sari jonli suhbat, jamoada ishlash va ijtimoiy moslashuv ko'nikmalari sustlashishi mumkin. Natijada ayrim o'quvchilarda yolg'izlik hissi, ijtimoiy chekinish va emotsional beqarorlik kuzatiladi. Virtual muhitning yana bir salbiy jihati kiberbulling holatlaridir. Kiberbulling — internet orqali boshqalarni haqorat qilish, qo'rqitish yoki ruhiy bosim o'tkazishdir. Bu holat o'quvchilarning ruhiy salomatligiga jiddiy zarar yetkazadi. Kiberbullingga uchragan o'quvchilarda tushkunlik, xavotir, qo'rquv va o'ziga nisbatan salbiy munosabat shakllanishi mumkin. Shu sababli ota-onalar, pedagoglar va psixologlar tomonidan o'quvchilarning virtual faoliyatini nazorat qilish va ularga internet xavfsizligi bo'yicha tushuntirish ishlari olib borilishi muhimdir. Biroq virtual muhitning faqat salbiy emas, balki ijobiy jihatlari ham mavjud. Internet orqali o'quvchilar yangi bilimlarni egallash, xorijiy tillarni o'rganish, ijodiy qobiliyatlarini rivojlantirish va dunyoqarashini kengaytirish imkoniyatiga ega bo'ladilar. Turli onlayn kurslar, ta'lim platformalari va virtual treninglar o'quvchilarning intellektual rivojlanishiga xizmat qiladi. Shuningdek, internet orqali tengdoshlari bilan tajriba almashish va hamkorlik qilish ko'nikmalari ham shakllanadi. O'quvchilarda virtual va real hayot muvozanatini shakllantirishda oilaning o'rni juda katta. Ota-onalar farzandlari bilan samimiy muloqot qilishi,

ularning internetdan foydalanish vaqtini nazorat qilishi va virtual muhitdagi xavflar haqida tushuntirish berishi lozim. Shu bilan birga, pedagog va psixologlar tomonidan media savodxonlikni rivojlantirish, internet madaniyatini shakllantirish va sog‘lom turmush tarzini targ‘ib qilish bo‘yicha profilaktik ishlar olib borilishi zarur. Ta‘lim muassasalarida o‘quvchilarning psixologik holatini muntazam o‘rganish, internetga qaramlik belgilari yoki ijtimoiy moslashuvdagi muammolarni erta aniqlash muhim ahamiyat kasb etadi. Psixologik treninglar, davra suhbatlari va ma‘naviy-ma‘rifiy tadbirlar orqali o‘quvchilarda real hayotdagi ijtimoiy faollikni oshirish, jonli muloqot ko‘nikmalarini rivojlantirish hamda virtual muhitdan oqilona foydalanish malakalarini shakllantirish mumkin.

### Xulosa

Xulosa qilib aytganda, virtual va real hayotdagi xulq-atvor o‘rtasidagi farqlar zamonaviy axborot texnologiyalari rivojlangan davrda o‘quvchilar psixologiyasining muhim jihatlaridan biri hisoblanadi. Internet va ijtimoiy tarmoqlar o‘quvchilarga keng imkoniyatlar yaratishi bilan birga, ularning emotsional holati, muloqot madaniyati va ijtimoiy munosabatlariga ham sezilarli ta‘sir ko‘rsatmoqda. Virtual muhitdagi anonimlik, erkinlik hissi va nazoratning nisbatan cheklanganligi ayrim hollarda o‘quvchilarning real hayotdagidan farqli xulq-atvor namoyon etishiga sabab bo‘lmoqda. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, virtual muhit o‘quvchilarning o‘zini namoyon etishi, mustaqil fikrlashi va axborot olish imkoniyatlarini kengaytiradi. Shu bilan birga, internetdan me‘yoridan ortiq foydalanish ijtimoiy faollikning pasayishi, jonli muloqotning kamayishi, emotsional beqarorlik, internetga qaramlik va kiberbulling kabi salbiy holatlarni ham yuzaga keltirishi mumkin. Ayniqsa, o‘smirlik davrida ruhiy barqarorlik to‘liq shakllanmaganligi sababli virtual muhitning salbiy ta‘siri o‘quvchilarda kuchliroq namoyon bo‘ladi. Shu sababli o‘quvchilarda sog‘lom internet madaniyatini shakllantirish, ularga virtual va real hayot muvozanatini saqlash ko‘nikmalarini o‘rgatish muhim pedagogik va psixologik vazifa hisoblanadi. Bu jarayonda ota-onalar, pedagoglar va psixologlarning hamkorligi alohida ahamiyat kasb etadi. O‘quvchilarning virtual faoliyatini nazorat qilish, ularga internet xavfsizligi va media savodxonlik bo‘yicha tushuntirish ishlari olib borish orqali salbiy holatlarning oldini olish mumkin. Kelgusida ta‘lim muassasalarida o‘quvchilarning psixologik holatini muntazam monitoring qilish, media madaniyat va raqamli savodxonlikka oid treninglarni keng tashkil etish maqsadga muvofiqdir. Chunki virtual muhitdan oqilona va maqsadli foydalanishni o‘rgangan o‘quvchi nafaqat zamonaviy axborot makonida muvaffaqiyatli faoliyat yurita oladi, balki real hayotda ham ijtimoiy faol, ma‘naviy yetuk va barkamol shaxs sifatida shakllanadi.

### Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati

1. Karimova V.M. Psixologiya. – Toshkent: O‘qituvchi, 2019.

2. G‘oziev E.G‘. Yosh davrlari psixologiyasi. – Toshkent: Universitet, 2018.
3. Nishonova Z.T. Rivojlanish psixologiyasi va pedagogik psixologiya. – Toshkent: O‘zbekiston faylasuflari milliy jamiyati nashriyoti, 2017.
4. Davletshin M.G. Pedagogik psixologiya asoslari. – Toshkent: TDPU nashriyoti, 2020.
5. Vohidov M.V. Bolalar va o‘smirlar psixologiyasi. – Toshkent: O‘qituvchi, 2016.
6. Musurmonova O. Oila ma’naviyati va tarbiya asoslari. – Toshkent: Fan, 2019.
7. To‘xtaboyeva M. Psixologik maslahat va profilaktika ishlari. – Toshkent: Innovatsiya, 2021.