

## OTA-ONA VA RAQAMLI AVLOD BOLALARI: KO‘PRIKMI YOKI DEVOR?

Uzun tuman ixtisoslashtirilgan maktabining

Ma’naviy-ma’rifiy ishlar bo‘yicha direktor o‘rinbosari

**Rajabov Muzaffar Normurotovich**

**Annotatsiya.** Ushbu maqolada axborot texnologiyalari asrida ota-ona va raqamli avlod (Alfa avlodi) o‘rtasidagi munosabatlar muammosi tahlil qilingan. Matnda virtual dunyoning bolalar psixologiyasiga salbiy ta’siri xalqaro statistik ma’lumotlar asosida yoritilgan. Shuningdek, muammoning yechimi sifatida buyuk mutafakkirlarning o‘g‘itlari hamda zamonaviy psixologlarning amaliy tavsiyalari ilgari surilgan.

**Tayanch so‘zlar:** raqamli avlod, ota-ona va bola, raqamli autizm, dofamin qaramligi, tarbiya, psixologik tavsiyalar.

Bugungi kunda dunyoga kelayotgan bolalar ko‘zni ochiboq smartfon va internet olamiga duch kelishmoqda. Ularni ilm-fanda “Alfa avlodi” yoki “Raqamli avlod” deb atasalar, ota-onalarni esa bu olamga keyinchalik kirib kelgan “Immigrantlar”ga o‘xshatishadi. Texnologiyalar rivoji ota-ona va bola o‘rtasidagi tushunmovchiliklarni yangi bosqichga olib chiqdi. Xo‘sh, virtual dunyo oilada ko‘prik vazifasini o‘tayaptimi yoki o‘rtaga devor urmoqdami?

### **"Raqamli enaga" xavfi va psixologlar ogohlantirishi**

Ko‘pincha ota-onalar ishdan charchab kelganda yoki bola yig‘laganda, ovunchoq sifatida uning qo‘liga telefon tutqazishadi. Zamonaviy psixologlar bu holatni “Hissiy tashlab qo‘yilish” deb baholaydilar. Doimiy ekran qarshisida o‘tirgan bolada quyidagi jiddiy xavflar yuzaga keladi:

**-Klinik raqamli autizm:** Bola jonli muloqotdan qochadi, odamlar bilan ko‘z urishtira olmaydi.

**-Dofamin qaramligi:** Internetdagi tezkor videolar (Shorts, Reels, TikTok) miyadagi rohatlanish gormonini sun'iy oshiradi. Natijada bola oddiy dars jarayonlarida diqqatini jamlay olmaydi, sabrsiz bo'lib qoladi.

**-Hissiy aloqa uzilishi:** Jonli muloqot yetishmasligi tufayli ota-onaga bo'lgan mehr va bog'liqlik hissi so'nadi.

### **Ajdodlar o'giti: Tarbiya zamonga mos bo'lmog'i lozim**

Hazrati Ali (r.a.) o'zlarining muborak o'gitlarida shunday deganlar: **"Farzandlaringizni o'zingiz yashagan davrdan boshqa bir davr uchun tarbiyalangiz, chunki ular sizning davringizdan boshqa davrda yashash uchun dunyoga kelganlar"**.

Ushbu hikmat bugungi raqamli asr uchun juda mos keladi. Biz bolani texnologiyadan butunlay uzib qo'ya olmaymiz, chunki bu ularning kelajakdagi hayoti va kasbiy faoliyatidir. Biroq, buyuk ma'rifatparvar Abdulla Avloniy aytganidek: **"Tarbiya biz uchun yo hayot – yo mamot, yo najot – yo halokat, yo saodat – yo falokat masalasidir"**. Raqamli olamda tarbiya jilovini yo'qotish – kelajakni boy berish demakdir.

### **Psixologlardan amaliy tavsiyalar**

Bola virtual dunyoda adashib qolmasligi uchun psixologlar ota-onalarga quyidagi qoidalarga qat'iy amal qilishni tavsiya etadilar:

**-Yosh cheklovlariga rioya qiling (JSST standarti):** 2 yoshgacha bo'lgan bolalarga ekran mutlaqo ko'rsatilmaligi kerak. 2-5 yoshli bolalar uchun kuniga maksimal 1 soat, u ham bo'lsa ota-ona nazorati va tushuntirishi ostida ruxsat etiladi.

**-“Yashil hududlar” yarating:** Oilada “Ovqatlanish stoli atrofida” va “Yotoqxonada” telefondan foydalanishni qat'iy taqiqlang. Uxlashdan kamida bir soat oldin barcha gadjetlar o'chirilishi shart, aks holda bolaning asab tizimi tungi dam olishga o'ta olmaydi.

**Hissiy ehtiyojni qondiring:** Bola telefonga faqat zerikkani yoki e'tibor yetishmagani uchun talpinadi. Kuniga kamida 30 daqiqa farzandingiz bilan ko'ziga qarab, uni

quchoqlab, bugungi kuni qanday o‘tganini suhbatlashing. Jonli mehr ekrandagi rang-barang tasvirlardan kuchliroq bo‘lishi kerak.

“Jazo qadsizlik asosiga qurilgan tarbiya usulidir”.

### **Xulosa**

Texnologiya – shunchaki bir vosita. U ota-ona va bola o‘rtasidagi mehr-oqibatni, jonli suhbatni hech qachon almashtira olmaydi. Raqamli avlod bolalarini aqlli va tarbiyali qilib voyaga yetkazish uchun ota-onalarning o‘zi internetdan ko‘ra ko‘proq farzandining hayotida “Faol” va namuna bo‘lishlari lozim. Zero, bolalar bizning aytganlarimizni emas, qilayotgan ishlarimizni takrorlaydilar.

Axloq-odob – mustahkam zaminda vujudga keladi, yuksaladi... Mustahkam zamin, bu – donishmand bobo-momolarning ko‘p ming yillik axloqiy- ruhiy, hayotiy tajribalari, ma’rifatli ota-onalarning maqbul tarbiyasi, munavvar fikrli ustozlarning ilmu hikmatga boy ta’lim-o‘g‘itlari, zakovat xazinasini bo‘lmish azizu fozillarning ulkan ma’naviy ibrati, adolat va yurtparvar yo‘lboshchi, rahbarlarning samimiy yo‘l-yo‘riqlari hamda saxovatpesha zotlarning ko‘rsatgan xolis yordamidir. Bunday sog‘lom muhitda voyaga yetgan yosh avlodning, turgan gapki, odobi go‘zal, bilimi chuqur, tafakkuri yuksak, mushohadasi keng, mas’uliyatni teran his etadigan, muhimi, jamiyat ravnaqiga xizmat qiladigan komil inson bo‘lib shakllanadi ( Farzandnomadan).



Rasmlar ijtimoiy tarmoqlardan olindi.

**Foydalanilgan adabiyotlar:**

1. Jonathan Haidt “Behalovat avlod”.
2. Obiddin Mahmudov “Farzandnoma”.
3. Adem Gunesh “Jazosiz tarbiya”
4. F.I.Haydarov, N.I.Halilova “Umumiy psixologiya”.