

KICHIK MAKTAB YOSHIDAGI BOLALARGA INTERNET VA IJTIMOIIY TARMOQLARNING PSIXOLOGIK TA'SIRI

Muyassarov Elyorjon Asqar o'g'li

Jizzax viloyati Forish tumani

37-umumiy o'rta ta'lim maktabi psixologi

Annotatsiya: Ushbu maqolada kichik maktab yoshidagi bolalarga internet va ijtimoiy tarmoqlarning psixologik ta'siri tahlil qilinadi. Internet texnologiyalarining ta'lim jarayonidagi ahamiyati, bolalarning bilish faoliyati, muloqot madaniyati va dunyoqarashini rivojlantirishdagi ijobiy jihatlari bilan bir qatorda, nazoratsiz foydalanish natijasida yuzaga keladigan psixologik muammolar ham yoritiladi. Shuningdek, internetga qaramlik, diqqatning susayishi, hissiy zo'riqish, ijtimoiy faollikning pasayishi kabi salbiy holatlarning oldini olishda ota-onalar va pedagoglarning o'rni hamda vazifalari ko'rsatib beriladi. Maqolada bolalarning raqamli muhitda xavfsiz va samarali faoliyat yuritishini ta'minlashga qaratilgan tavsiyalar keltirilgan.

Kalit so'zlar: kichik maktab yoshi, internet, ijtimoiy tarmoqlar, psixologik ta'sir, internetga qaramlik, raqamli texnologiyalar, axborot xavfsizligi, bolalar psixologiyasi, media savodxonlik, ota-ona nazorati, ta'lim jarayoni, ijtimoiy rivojlanish, hissiy holat, muloqot madaniyati.

KIRISH

Bugungi globallashuv va raqamli texnologiyalar taraqqiyoti davrida internet hamda ijtimoiy tarmoqlar inson hayotining ajralmas qismiga aylanib bormoqda. Axborot-kommunikatsiya texnologiyalarining jadal rivojlanishi natijasida internet nafaqat kattalar, balki bolalarning ham kundalik faoliyatida muhim o'rin egallamoqda. Ayniqsa, kichik maktab yoshidagi bolalar zamonaviy raqamli muhit bilan juda erta tanishib, turli xil ta'limiy platformalar, mobil ilovalar, videomateriallar va ijtimoiy tarmoqlardan foydalanishni boshlaydilar. Bu jarayon ularning bilim olish imkoniyatlarini kengaytirish,

dunyoqarashini boyitish va yangi ko'nikmalarni shakllantirishga xizmat qilishi bilan bir qatorda, psixologik rivojlanishiga ma'lum darajada ta'sir ko'rsatadi. Kichik maktab yoshi bolaning shaxs sifatida shakllanishida muhim bosqich hisoblanadi. Ushbu davrda bolalarda bilish jarayonlari, diqqat, xotira, tafakkur, tasavvur va muloqot ko'nikmalari faol rivojlanadi. Shu sababli ular tashqi muhit ta'siriga nisbatan sezgir bo'lib, internet va ijtimoiy tarmoqlarda uchraydigan turli axborotlarni tez qabul qiladilar. Internet orqali taqdim etilayotgan ma'lumotlarning xilma-xilligi bolalarning qiziqishlarini oshirishi va bilim doirasini kengaytirishi mumkin. Biroq nazoratsiz va me'yordan ortiq foydalanish ayrim salbiy oqibatlarni ham keltirib chiqarishi ehtimoldan xoli emas. Bugungi kunda mutaxassislar tomonidan bolalarning internetdan foydalanish madaniyatini shakllantirish, ularni zararli axborotlardan himoya qilish hamda ijtimoiy tarmoqlarning salbiy ta'sirlarini kamaytirish masalalariga alohida e'tibor qaratilmoqda. Internet va ijtimoiy tarmoqlarda uzoq vaqt davomida bo'lish bolalarda diqqatning tarqoqlashishi, jismoniy faollikning kamayishi, hissiy zo'riqish, uyqu rejimining buzilishi va virtual muloqotga haddan tashqari bog'lanish kabi holatlarni yuzaga keltirishi mumkin. Bundan tashqari, yosh bolalar internetdagi yolg'on axborotlar, kiberbulling, tajovuzkor kontent va turli xavfli g'oyalarning ta'siriga tushib qolish ehtimoliga ham ega. Shu bilan birga, internet va ijtimoiy tarmoqlarning ijobiy jihatlarini ham inkor etib bo'lmaydi.

To'g'ri va maqsadli foydalanilgan taqdirda ular bolalarning mustaqil fikrlashini rivojlantiradi, ijodiy qobiliyatlarini qo'llab-quvvatlaydi, o'quv materiallarini oson o'zlashtirishiga yordam beradi hamda zamonaviy axborot makonida erkin harakat qilish ko'nikmalarini shakllantiradi. Shuning uchun internetning ijobiy imkoniyatlaridan samarali foydalanish bilan birga, uning salbiy oqibatlarini oldini olish bo'yicha kompleks chora-tadbirlarni amalga oshirish zarur hisoblanadi. Mazkur maqolaning maqsadi kichik maktab yoshidagi bolalarga internet va ijtimoiy tarmoqlarning psixologik ta'sirini ilmiy-nazariy jihatdan tahlil qilish, ularning shaxsiy rivojlanishi, hissiy holati va ijtimoiylashuv jarayoniga ko'rsatadigan ijobiy hamda salbiy jihatlarini yoritish, shuningdek, ota-onalar, pedagoglar va psixologlar uchun amaliy tavsiyalar ishlab chiqishdan iborat. Ushbu masalani o'rganish bugungi raqamli jamiyat sharoitida sog'lom, ma'naviy barkamol va

axborot xavfsizligiga rioya qiluvchi yosh avlodni tarbiyalashda muhim ahamiyat kasb etadi.

ASOSIY QISM

Kichik maktab yoshidagi bolalar bugungi kunda raqamli texnologiyalar bilan juda erta tanishmoqda. Planshet, smartfon, kompyuter va internetga ulangan boshqa qurilmalar ular uchun o‘yin, ta’lim va muloqot vositasi sifatida xizmat qilmoqda. Internet orqali bolalar yangi ma’lumotlarni izlash, ta’limiy videolarni ko‘rish, onlayn darslarda qatnashish va tengdoshlari bilan aloqa qilish imkoniyatiga ega bo‘lmoqda. Ayniqsa, pandemiya davrida masofaviy ta’limning keng joriy etilishi internetning ta’limdagi ahamiyatini yanada oshirdi. Shu bilan birga, ijtimoiy tarmoqlar ham bolalarning kundalik hayotiga kirib kelmoqda. Turli platformalarda videolar tomosha qilish, surat va fikr almashish, o‘yinlarda ishtirok etish bolalarning qiziqishlarini kuchaytirmoqda. Biroq yosh bolalar hali tanqidiy fikrlash va axborotni tahlil qilish ko‘nikmalariga to‘liq ega bo‘lmaganliklari sababli, internetdagi ma’lumotlarni haqiqiy va foydali deb qabul qilishga moyil bo‘ladilar.

Internetning ijobiy psixologik ta’siri

Internet va ijtimoiy tarmoqlarning to‘g‘ri hamda nazorat ostida qo‘llanilishi bolalar psixologik rivojlanishiga ijobiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Avvalo, internet bolalarning bilim olish imkoniyatlarini kengaytiradi. Turli ta’limiy saytlar, elektron kutubxonalar, interaktiv o‘yinlar va videodarslar orqali bolalar yangi bilimlarni oson o‘zlashtiradilar. Bu ularning bilish faoliyati, tafakkuri va xotirasining rivojlanishiga yordam beradi.

Shuningdek, internet bolalarda mustaqil izlanish ko‘nikmalarini shakllantiradi. Ma’lumot topish, uni tanlash va undan foydalanish jarayonida bolalar mustaqil fikrlashga o‘rganadilar. Ta’limiy o‘yinlar esa mantiqiy fikrlash, muammo yechish va ijodiy qobiliyatlarni rivojlantirishga xizmat qiladi.

Ijtimoiy tarmoqlar orqali bolalar tengdoshlari bilan muloqot qilish, o‘z fikrini ifodalash va jamoada ishlash ko‘nikmalarini rivojlantirishi mumkin. Ayniqsa, masofada

yashovchi qarindoshlar yoki do'stlar bilan aloqa qilish bolalarda ijtimoiy yaqinlik hissini saqlab qolishga yordam beradi. Bundan tashqari, internet bolalarning dunyoqarashini kengaytirib, turli madaniyatlar, fan va texnologiyalar bilan tanishtiradi.

Internet va ijtimoiy tarmoqlarning salbiy psixologik ta'siri

Kichik maktab yoshidagi bolalarga internetning salbiy ta'siri ko'proq nazoratsiz va me'yordan ortiq foydalanish natijasida namoyon bo'ladi. Eng avvalo, internetga qaramlik muammosi yuzaga kelishi mumkin. Bolalar onlayn o'yinlar, videolar yoki ijtimoiy tarmoqlarga haddan tashqari qiziqib qolsa, ular real hayotdagi faoliyatga kamroq e'tibor bera boshlaydilar. Bu esa o'qishga qiziqishning pasayishi, vaqtni noto'g'ri taqsimlash va mas'uliyat hissining sustlashishiga olib keladi. Bundan tashqari, internetdan uzoq vaqt foydalanish diqqatning tarqoqlashishi va xotiraning susayishiga sabab bo'lishi mumkin. Tez-tez almashib turadigan vizual va audio axborotlar bolaning chuqur fikrlash va uzoq muddat bir ishga e'tibor qaratish qobiliyatini kamaytiradi. Natijada o'quv materiallarini o'zlashtirish jarayoni qiyinlashadi. Internet va ijtimoiy tarmoqlar bolalarning hissiy holatiga ham salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Zo'ravonlik, tajovuzkorlik yoki qo'rqinchli kontent bolalarda xavotir, qo'rquv va ruhiy zo'riqishni keltirib chiqaradi. Ayrim bolalar virtual olamdagi muvaffaqiyat yoki boshqalar bilan solishtirish natijasida o'ziga bo'lgan ishonchni yo'qotishi mumkin. Ijtimoiy tarmoqlardagi ideal obrazlar va ommaviy tendensiyalar bolalarda o'zini past baholash, norozilik va ruhiy tushkunlikka olib kelishi ehtimoli mavjud. Yana bir muhim muammo – kiberbulling, ya'ni internet orqali haqorat qilish, tahdid qilish yoki masxara qilishdir. Kichik yoshdagi bolalar bunday holatlarga psixologik jihatdan tayyor bo'lmaganliklari sababli, bu ularda kuchli stress, qo'rquv va ijtimoiy chekinishga sabab bo'lishi mumkin.

Ijtimoiylashuv va muloqotga ta'siri

Kichik maktab yoshi bolalarning ijtimoiylashuv jarayonida muhim davr hisoblanadi. Bu bosqichda ular tengdoshlari bilan muloqot qilish, jamoada ishlash va ijtimoiy qoidalarni o'rganadilar. Internet va ijtimoiy tarmoqlarning haddan tashqari ko'p qo'llanilishi esa real

muloqotning kamayishiga olib kelishi mumkin. Virtual aloqa jonli muloqotdagi hissiy ifodalar, empatiya va ijtimoiy ko'nikmalarni to'liq rivojlantira olmaydi. Natijada ayrim bolalarda tortinchoqlik, yolg'izlik hissi va jamoaga moslashishda qiyinchiliklar kuzatilishi mumkin. Shu sababli bolalarning real hayotdagi o'yinlar, sport mashg'ulotlari va tengdoshlari bilan jonli muloqotiga yetarli sharoit yaratish muhimdir.

Ota-onalar va pedagoglarning vazifalari

Internet va ijtimoiy tarmoqlarning salbiy ta'sirlarini kamaytirishda ota-onalar va pedagoglarning roli juda katta. Avvalo, bolalarning internetdan foydalanish vaqtini me'yorlash zarur. Mutaxassislar kichik yoshdagi bolalar uchun ekran qarshisida o'tkaziladigan vaqtni cheklashni tavsiya etadilar. Ota-onalar bolalarning internetdagi faoliyatini nazorat qilishi, qanday saytlar va ilovalardan foydalanayotganini bilib borishi lozim. Shu bilan birga, bolalarga axborot xavfsizligi, shaxsiy ma'lumotlarni himoya qilish va internetdagi nomaqbul kontentdan ehtiyot bo'lish qoidalarini o'rgatish muhimdir. Pedagoglar esa ta'lim jarayonida internetdan maqsadli va samarali foydalanish madaniyatini shakllantirishlari kerak. Media savodxonlikni rivojlantirish orqali bolalar axborotni tanqidiy tahlil qilish, ishonchli manbalarni ajratish va internetdan foydali maqsadlarda foydalanishni o'rganadilar.

Sog'lom raqamli muhitni shakllantirish yo'llari

Bolalarning psixologik salomatligini saqlash uchun sog'lom raqamli muhit yaratish zarur. Buning uchun:

1. internetdan foydalanish bo'yicha aniq qoidalar belgilash;
2. bolalarni ta'limiy va foydali kontentga yo'naltirish;
3. oilada jonli muloqot va birgalikdagi faoliyatni ko'paytirish;
4. sport, ijodiy mashg'ulotlar va kitob o'qishga qiziqishni rag'batlantirish;
5. bolalarning hissiy holatini muntazam kuzatib borish va zarur hollarda psixologik yordam ko'rsatish muhim hisoblanadi.

Shunday qilib, internet va ijtimoiy tarmoqlar kichik maktab yoshidagi bolalar psixologiyasiga kuchli ta'sir ko'rsatadi. Ularning ijobiy imkoniyatlaridan oqilona foydalanish va salbiy oqibatlarini oldini olish uchun ota-onalar, pedagoglar va jamiyatning hamkorligi zarurdir.

XULOSA

Xulosa qilib aytganda, internet va ijtimoiy tarmoqlar zamonaviy jamiyatning ajralmas qismi bo'lib, kichik maktab yoshidagi bolalarning psixologik rivojlanishiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Ular bolalarga bilim olish, dunyoqarashini kengaytirish, ijodiy qobiliyatlarini rivojlantirish va zamonaviy axborot texnologiyalaridan foydalanish ko'nikmalarini shakllantirish uchun keng imkoniyatlar yaratadi. Internetning ta'limiy resurslari va interaktiv vositalari bolalarning o'quv faoliyatini samarali tashkil etishda muhim ahamiyat kasb etadi. Shu bilan birga, internet va ijtimoiy tarmoqlardan nazoratsiz hamda me'yoridan ortiq foydalanish bolalarning psixologik salomatligiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Internetga qaramlik, diqqatning susayishi, hissiy zo'riqish, uyqu buzilishlari, kiberbulling va zararli axborotlarning ta'siri bolalar rivojlanishida turli muammolarni yuzaga keltiradi. Ayniqsa, kichik maktab yoshidagi bolalarning ruhiy jihatdan ta'sirchanligi ularni raqamli muhitdagi xavf-xatarlarga nisbatan yanada zaiflashtiradi. Mazkur muammolarning oldini olishda ota-onalar, pedagoglar va psixologlarning hamkorligi muhim o'rin tutadi. Bolalarda media savodxonlikni rivojlantirish, internetdan foydalanish madaniyatini shakllantirish, foydalanish vaqtini me'yorlash hamda xavfsiz internet qoidalariga rioya qilishni o'rgatish zarur. Shuningdek, bolalarning bo'sh vaqtini mazmunli tashkil etish, ularni sport, kitobxonlik va ijodiy faoliyatlarga jalb etish internetga haddan tashqari bog'lanishning oldini olishga xizmat qiladi. Demak, internet va ijtimoiy tarmoqlar bolalar rivojlanishiga ham ijobiy, ham salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Ularning foydali jihatlaridan samarali foydalanish va salbiy oqibatlarini kamaytirish orqali sog'lom, ma'naviy yetuk, mustaqil fikrlaydigan hamda axborot xavfsizligi madaniyatiga ega bo'lgan yosh avlodni tarbiyalash mumkin. Bu esa bugungi raqamli davrda ta'lim va tarbiya jarayonining muhim vazifalaridan biri hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Shoumarov G'.B. Oila psixologiyasi. — Toshkent: O'qituvchi, 2010..
2. G'oziev E.G'. Umumiy psixologiya. — Toshkent: Universitet, 2002..
3. Sodiqov A.S. Deviant xulq-atvor psixologiyasi. — Toshkent: Fan, 2018..
4. G'oziyev E. G. Ontogenez psixologiyasi – Toshkent: "Noshir", 2010.
5. Bayyar Dj., Bayyar Dj. Sening og'ir o'smiring. – Moskva: "Progress", 2005.