

Date: 21st January-2026

**MAKTAB O'QUVCHILARIDA GADJETLARGA QARAMLIK NAMOYON
BO'LISHINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI (KATTA SINIF
O'QUVCHILARI MISOLIDA)**

Nabiyeva Sarvinoz Botirovna

Toshkent Kimyo Xalqaro Universiteti

1-kurs "Ijtimoiy Psixologiya" yo'nalishi magistranti

Annotatsiya: Ushbu tezisda katta sinf o'quvchilari orasida gadgetlardan haddan tashqari foydalanishning psixologik omillari, shakllanish mexanizmlari va oqibatlari ilmiy nuqtayi nazardan tahlil qilinadi. Tadqiqotda o'quvchilarda texnologik qaramlikning paydo bo'lishiga sabab bo'luvchi motivlar, yoshga xos psixologik jarayonlar, shaxslararo munosabatlardagi o'zgarishlar, emotsional holatga ta'siri hamda ta'lim jarayoniga ko'rsatadigan salbiy-ijobiy ta'sirlar ko'rib chiqiladi. Shuningdek, gadgetlarga qaramlikning oldini olish va uning sog'lom darajada boshqarilishini ta'minlashga doir tavsiyalar beriladi. Tadqiqot natijalari gadgetlardan foydalanishning psixologik va sotsiologik jarayonlar bilan chambarchas bog'liqligini ko'rsatib beradi.

Kalit so'zlar: texnologik qaramlik, o'spirinlik psixologiyasi, raqamli madaniyat, motivatsiya, emotsional tartibga solish, ijtimoiy identifikatsiya, ta'lim muhiti.

KIRISH:

So'nggi yillarda raqamli texnologiyalar jadal sur'atlarda rivojlanib, maktab o'quvchilarining kundalik hayoti, o'quv jarayoni va shaxslararo munosabatlariga sezilarli ta'sir ko'rsatmoqda.[1] Ayniqsa, katta sinf o'quvchilari orasida gadgetlardan (smartfon, planshet, noutbuk) foydalanishning ortishi ularning psixologik rivojlanishida yangi hodisalarni yuzaga keltirmoqda.[2] Zamonaviy tadqiqotlar o'quvchilarda texnologik qaramlikning shakllanishi yosh xususiyatlari, emotsional ehtiyojlar va ijtimoiy omillar bilan bevosita bog'liq ekanini ta'kidlaydi.[3]

Zamonaviy psixologiyada gadgetlarga qaramlik shaxsning raqamli qurilmalardan foydalanishga bo'lgan ehtiyoji nazoratdan chiqib, kundalik faoliyatining muhim qismiga aylanishi bilan tavsiflanadi. Katta sinf o'quvchilarida mazkur holat ko'pincha smartfonlardan haddan tashqari foydalanish, ijtimoiy tarmoqlar, onlayn o'yinlar va virtual muloqotga yuqori darajada bog'lanish orqali namoyon bo'ladi. Ushbu qaramlik shakli kimyoviy bo'lmagan, ya'ni psixologik qaramlik turi bo'lib, u o'quvchining emotsional, kognitiv va ijtimoiy rivojlanishiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi.

Katta sinf o'quvchilarida gadgetlarga qaramlikning psixologik xususiyatlari, avvalo, motivatsion sohadagi o'zgarishlarda namoyon bo'ladi. Bunday o'quvchilarda o'quv faoliyatiga bo'lgan ichki motivatsiya susayib, gadget orqali olinadigan tezkor zavq va qoniqish ustunlik qila boshlaydi.[4] Natijada bilim olish jarayoni ikkinchi darajaga tushib, dars jarayoniga befarqlik, uy vazifalarini bajarishda sustkashlik holatlari kuzatiladi. Bu esa o'quvchining akademik ko'rsatkichlariga salbiy ta'sir ko'rsatadi.



Date: 21st January-2026



Shuningdek, gadjetlarga qaramlik bilish jarayonlari – diqqat, xotira va tafakkur rivojiga ham salbiy ta'sir etadi. Uzoq vaqt davomida ekran qarshisida bo'lish diqqatning tarqoqlashuviga olib keladi, o'quvchi bir faoliyatdan boshqasiga tez chalg'iydi. Tezkor va yuzaki axborotga o'rganib qolgan o'quvchilarda mantiqiy fikrlash, tahlil qilish va umumlashtirish qobiliyatlari yetarli darajada rivojlanmaydi. Xotira jarayonida ham qisqa muddatli eslab qolish ustunlik qilib, uzoq muddatli xotira sustlashishi mumkin.[5]

Gadgetlarga qaram bo'lgan katta sinf o'quvchilarida emotsional sohada ham qator o'zgarishlar kuzatiladi. Jumladan, gadjetsiz qolgan holatlarda bezovtalik, jahldorlik, asabiylashish, kayfiyatning keskin o'zgarishi kabi belgilar paydo bo'ladi. Ayrim hollarda esa virtual muhitga haddan tashqari berilish real hayotdagi muammolardan qochish vositasiga aylanadi. Bu holat o'quvchining stressga chidamliligini pasaytirib, emotsional beqarorlikni kuchaytiradi.

Ijtimoiy-psixologik jihatdan olganda, gadjetlarga qaramlik katta sinf o'quvchilarining shaxslararo munosabatlariga ham salbiy ta'sir ko'rsatadi. Virtual muloqotning real muloqotdan ustun kelishi natijasida o'quvchilarda jonli suhbatga kirishish qiyinlashadi, empatiya darajasi pasayadi, jamoada ishlash ko'nikmalari yetarlicha shakllanmaydi. Natijada o'quvchi ijtimoiy moslashuvda qiyinchiliklarga duch keladi, yolg'izlik hissi kuchayishi mumkin.[6]

Gadgetlarga qaramlikning shakllanishida oilaviy va maktab muhiti muhim omil hisoblanadi. Ota-onalar tomonidan nazoratning yetarli emasligi, farzandning bo'sh vaqtini to'g'ri tashkil etmaslik, gadjetlardan tarbiyaviy vosita sifatida noto'g'ri foydalanish qaramlikning kuchayishiga sabab bo'ladi. Maktab muhitida esa o'qituvchilarning mazkur muammoga yetarli e'tibor qaratmasligi, ta'lim jarayonida gadjetlardan me'yoridan ortiq foydalanish holatlari o'quvchilarda noto'g'ri axborot iste'moli madaniyatini shakllantiradi.

Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, gadjetlarga qaramlikka moyil bo'lgan katta sinf o'quvchilarida o'z-o'zini nazorat qilish darajasi past bo'ladi, vaqtni rejalashtirish ko'nikmalari yetarlicha rivojlanmagan bo'ladi. Shu bois bunday o'quvchilar bilan ishlashda psixologik profilaktika va korreksiya ishlarini olib borish muhim ahamiyat kasb etadi. Jumladan, o'quvchilarda axborot madaniyatini shakllantirish, ijtimoiy faollikni oshirish, sport va ijodiy faoliyatga jalb etish gadjetlarga qaramlikning oldini olishda samarali vosita bo'la oladi.[7]

XULOSA

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, gadjetlarga qaramlik maktab o'quvchilarining psixologik rivojiga sezilarli ta'sir ko'rsatadigan muhim omillardan biridir. Gadjetlardan me'yoridan ortiq foydalanish diqqat jarayonlari, emotsional barqarorlik va ijtimoiy munosabatlar sifatining pasayishiga olib kelishi mumkin. Gadgetlarga qaramlikni psixologik jihatdan o'rganish shaxs rivoji va ijtimoiy moslashuv jarayonlarini chuqurroq anglash imkonini beradi. Ushbu muammoni erta aniqlash va profilaktika choralarini ko'rish maktab o'quvchilarining ruhiy salomatligini saqlashda muhim ahamiyat kasb etadi. Umuman olganda, gadjetlarga qaramlik masalasi zamonaviy ta'lim tizimi va ijtimoiy psixologiya oldida turgan dolzarb ilmiy-amaliy muammolardan biri hisoblanadi.

Date: 21st January-2026

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Young, K. (2015). Internet Addiction.
2. Suler, J. (2016). Psychology of the Digital Age.
3. Turkle, S. (2011). Alone Together.
4. Karimova, M. (2020). O'spirinlarda ijtimoiy identifikatsiya.
5. Park, M. (2019). Technology use and sleep.
6. Xudoyberdiyev, D. (2021). Raqamli madaniyat.
7. Kwon, M. et al. (2013). Smartphone Addiction Scale.

