



**VOYAGA YETMAGANLARDA AXBOROT
OQIMIGA TOBELIKNI KELTIRIB
CHIQRUVCHI PSIXOLOGIK OMILLAR**

Eshonova Maftuna Zokir qizi

Xalqaro innovatsion universitet magistranti

**PSYCHOLOGICAL FACTORS CAUSING
INFORMATION FLOW DEPENDENCE AMONG
MINORS**

Eshonova Maftuna Zokir qizi

*Master's student of the International Innovation
University*



**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ,
ВЫЗЫВАЮЩИЕ ЗАВИСИМОСТЬ
НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ ОТ
ИНФОРМАЦИОННЫХ ПОТОКОВ**

Эшонова Мафтуна Закир кизи

*Магистрант Международного инновационного
университета*

E-mail:

maftunaeshonova070@gmail.com

Orcid: 0009-0201-0250-3303

Doi:

<https://doi.org/10.5281/zenodo.17758914>

Annotatsiya. Maqolada axborotlashgan jamiyat sharoitida raqamli texnologiyalarning voyaga yetmaganlar psixologik rivojlanishiga ta'siri tahlil qilinadi. Internet, ijtimoiy tarmoqlar va virtual muloqot muhiti yoshlarning emotsional holati, ijtimoiy identifikatsiyasi va xulq-atvoriga qanday darajada ta'sir ko'rsatayotgani yoritiladi. Shuningdek, axborot oqimiga haddan ortiq qaramlikning ruhiy barqarorlik, diqqat jarayonlari va real kommunikatsiyadagi izolyatsiya kabi oqibatlarini ilmiy asosda ko'rib chiqiladi

Kalit so'zlar: raqamli texnologiyalar, axborot oqimi, yoshlar psixologiyasi, internet qaramligi, ijtimoiy tarmoqlar, emotsional rivojlanish, ijtimoiy identifikatsiya

Аннотация. В статье рассматривается влияние цифровых технологий на психологическое развитие несовершеннолетних в условиях информационного общества. Анализируются роль интернета, социальных сетей и виртуальной коммуникации в формировании эмоционального состояния, социальной идентичности и поведенческих моделей молодежи. Особое внимание уделено последствиям чрезмерной зависимости от информационных потоков, включая снижение устойчивости психики, рассеянность внимания и коммуникативную изоляцию.

Ключевые слова: цифровые технологии, информационный поток, психология молодежи, интернет-зависимость, социальные сети, эмоциональное развитие, социальная идентичность.

Annotation. This article examines the impact of digital technologies on the psychological development of minors in the modern information society. It analyzes how the internet, social media, and virtual communication environments shape adolescents' emotional states, social identity, and behavioral patterns. The study highlights the consequences of excessive dependence on information flows, including reduced psychological stability, attention fragmentation, and growing communicative isolation.

Keywords. digital technologies, information flow, youth psychology, internet addiction, social media, emotional development, social identity.



KIRISH VA DOLZARBLIGI

Hozirgi axborotlashgan jamiyatda raqamli texnologiyalar inson hayotining barcha jabhalariga chuqur kirib bordi. Ayniqsa, yoshlar va voyaga yetmaganlar uchun internet, ijtimoiy tarmoqlar, o‘yin platformalari hamda virtual muloqot vositalari asosiy ijtimoiy muhitga aylangan. Bu jarayon, bir tomondan, bilim olish, ijodiy o‘shish va kommunikatsiya imkoniyatlarini kengaytirsa, ikkinchi tomondan, shaxsning ruhiy barqarorligi va ijtimoiy xulq-atvoriga salbiy ta‘sir ko‘rsatishi mumkin. Shu bois, axborot oqimiga haddan ortiq qaramlik — zamonaviy psixologiya, pedagogika va sotsiologiyada eng dolzarb muammolardan biri sifatida ko‘rilmogda.

Voyaga yetmaganlarning psixik rivojlanishi, emotsional holati va ijtimoiy identifikatsiyasi jarayonida axborot manbalari bevosita shakllantiruvchi omil sifatida ishtirok etadi. Yoshlar ongida ijtimoiy qadriyatlar, o‘z-o‘zini baholash va motivatsiya tizimi ko‘p hollarda internetdagi obrazlar, roliklar va ijtimoiy tarmoqlardagi tendensiyalar orqali shakllanadi. Bu esa ularning real hayotdagi tajribasini virtual haqiqat bilan almashtirish, axborot oqimiga ruhiy tobelik, diqqatning parokandaligi, kommunikativ izolyatsiya kabi holatlarni yuzaga keltiradi.

So‘nggi yillarda O‘zbekiston va xalqaro miqyosda o‘tkazilgan tadqiqotlar shuni ko‘rsatmoqdaki, voyaga yetmaganlarda axborot oqimiga qaramlikning asosiy psixologik sabablari — o‘zini ifoda etish ehtiyoji, ijtimoiy tasdiqqa bo‘lgan kuchli intilish, shaxslararo munosabatlarda noaniqlik, stressga bardoshlilikning pastligi hamda oilaviy nazoratning sustligidir. Ayniqsa, raqamli madaniyat yetarlicha shakllanmagan sharoitda bu holat shaxsning ruhiy salomatligiga, o‘quv faoliyatiga va ijtimoiy moslashuv jarayoniga sezilarli darajada salbiy ta‘sir ko‘rsatadi.

Shu nuqtai nazardan, ushbu tadqiqot voyaga yetmaganlarda axborot oqimiga tobelikni yuzaga keltiruvchi psixologik omillarni aniqlash, ularning tipologik xususiyatlarini tahlil qilish va profilaktik-psixologik chora-tadbirlarni taklif etishga qaratilgan. Maqola mavzuning dolzarbligi bilan bir qatorda, yoshlar ongida sog‘lom axborot muhitini shakllantirish, media savodxonlikni rivojlantirish va ruhiy barqarorlikni mustahkamlash masalalarini ham yoritadi.

METODOLOGIYA.

Ushbu tadqiqotda voyaga yetmaganlarda axborot oqimiga va internet resurslariga psixologik tobelikni yuzaga keltiruvchi omillarni aniqlash, ularning shakllanish mexanizmlarini tahlil qilish hamda bunday holatlarning oldini olishga qaratilgan ilmiy asoslarni ishlab chiqish maqsad qilingan. Tadqiqotning nazariy va empirik asosini quyidagi metodlar tashkil etdi:



1. **Adabiyot tahlili.** Tadqiqotning nazariy poydevorini internetga tobelik, deviant xulq, raqamli ijtimoiylashuv, axborot iste'moli va yoshlar psixologiyasi sohasidagi ilmiy manbalar tahlili tashkil etdi. Xususan, **Korolenko, Mextixanova, Manbel, Jichkina, Makushina, Balonov** kabi olimlarning ishlari orqali raqamli muhitda shaxsning xulq-atvori, ijtimoiy izolyatsiya va psixologik bog'liqlik mexanizmlari o'rganildi. Ushbu manbalar asosida axborotga qaramlikning kognitiv, emotsional va ijtimoiy komponentlari ajratib ko'rsatildi.

2. **Statistik ma'lumotlar tahlili.** O'zbekiston Respublikasi raqamli rivojlanish agentligi, statistika qo'mitasi va xalqaro axborot markazlarining ochiq ma'lumotlari asosida internet foydalanuvchilari soni, yosh toifalari kesimidagi faol foydalanuvchilar ulushi, mobil qurilmalardan foydalanish darajasi va internetda o'tkazilayotgan o'rtacha vaqt tahlil qilindi. Bu ma'lumotlar asosida yoshlarning raqamli faolligi, onlayn odatlari va vaqt taqsimoti o'rtasidagi bog'liqlik aniqlanib, psixologik tobelik darajasiga nisbatan statistik korrelyatsiyalar kuzatildi.

3. **Kvalitativ tahlil (intervyu va kuzatuv).** Tadqiqotning empirik bosqichida 12–18 yoshli o'quvchilar, ularning ota-onalari hamda maktab psixologlari ishtirokida yarim strukturali intervyular o'tkazildi. Kuzatuvlar jarayonida yoshlarning internetdan foydalanish motivlari, vaqt boshqaruvi, virtual muloqotdagi hissiy reaksiyalari va o'zini baholash holatlari o'rganildi. Ushbu jarayonlar orqali axborot oqimiga tobelikni keltirib chiqaruvchi asosiy psixologik omillar aniqlab olindi.

Tahlil natijasida quyidagi omillar tadqiqotning markaziy psixologik obykti sifatida ajratildi:

- ✓ **virtual tanishlar va onlayn muloqot motivlari** (ijtimoiy qabul qilinishga ehtiyoj, yolg'izlik hissini bartaraf etish istagi);
- ✓ **interaktiv o'yinlar va ijtimoiy tarmoqlarga ortiqcha jalb etilish** (raqabatchilik, g'alaba orqali o'zini tasdiqlash motivi);
- ✓ **axborotni nazoratsiz va ortiqcha qabul qilish** (kognitiv yuklama va diqqat parokandaligi);
- ✓ **pornografik, zo'ravonlik va ekstremistik kontentga qiziqish** (hissiy kompensatsiya va hayajon izlash omili).

Mazkur metodologik yondashuv tadqiqot natijalarini ilmiy asoslash, yoshlar psixologiyasida axborotga tobelik holatini ko'p yo'nalishli tahlil qilish hamda profilaktik-psixologik dasturlar ishlab chiqish uchun zarur asos yaratdi.

NATIJALAR.

Tadqiqot natijalari voyaga yetmaganlarda axborot oqimiga va internet muhitiga tobelik ko'p qirrali — psixologik, fiziologik hamda ijtimoiy omillar majmuasi bilan



bog‘liq murakkab jarayon ekanligini ko‘rsatdi. Olingan ma‘lumotlar quyidagi asosiy natijalarni aniqlash imkonini berdi:

1. **Ijtimoiy faoliyatga ta‘siri.** Tadqiqotda ishtirok etgan o‘quvchilarning 68 foizi o‘z vaqtining asosiy qismini internetda o‘tkazishini bildirgan. Ularning 54 foizi real muloqotdan ko‘ra onlayn aloqani afzal ko‘rgan. Bu holat oilaviy munosabatlarning sustlashuvi, do‘stlik aloqalarining qisqarishi, shaxslararo muloqot ko‘nikmalarining pasayishi va ijtimoiy izolyatsiya kuchayishiga olib kelmoqda. Virtual muloqot real emotsional tajribani to‘liq o‘rnini bosa olmayotgani sababli, yoshlar o‘zini yolg‘iz, tushunilmagan va emotsional jihatdan beqaror his qilmoqda.

2. **Psixologik simptomlar.** Tadqiqot davomida internetga tobelikka xos quyidagi simptomlar kuzatildi: obsesiv xatti-harakatlar (internetni nazoratsiz tekshirish, o‘yinlarni to‘xtata olmaslik), diqqatning pasayishi, uyqusizlik, asabiylik, xavotir hissi, ijtimoiy tahdid yoki “onlayn mavjud bo‘lmaslik qo‘rquvi” (FOMO). Ba‘zi hollarda yoshlar o‘z kayfiyatini internetdagi faolligi bilan bevosita bog‘lay boshlagan, bu esa emotsional o‘zgaruvchanlik va depressiv holatlarni kuchaytirgan.

3. **Fiziologik simptomlar.** Tadqiqotda ishtirok etganlarning 41 foizida uzoq muddatli internetdan foydalanish natijasida **karpal tunnel sindromi, ko‘z quruqligi sindromi, bel va bo‘yin og‘rig‘i, bosh og‘rig‘i** kabi belgilar qayd etildi. Bundan tashqari, shaxsiy gigiyena, uyqu va ovqatlanish tartibining buzilishi, jismoniy faollikning kamayishi ham kuzatildi. Ushbu omillar ruhiy charchoq, holsizlik va diqqat yetishmovchiligini kuchaytiradi.

4. **Internetga tobelikni shakllantiruvchi psixologik omillar.** Asosiy determinantlar sifatida quyidagilar ajratildi:

- ✓ **Virtual do‘stlar orttirish va ijtimoiy tan olinish istagi;**
- ✓ **Interaktiv o‘yinlar, auksionlar va raqamli musobaqalarga berilish;**
- ✓ **Axborotni haddan tashqari iste‘mol qilish (axborot yuklamasi);**
- ✓ **Erotik, kiberseksual va qimor mazmundagi onlayn kontentga qiziqish.**

Ushbu motivlar asosan o‘zini ifoda etish, stressdan qochish va real muammolardan vaqtincha uzilish mexanizmlariga asoslanganligi aniqlandi.

5. **Ijtimoiy omillar.** Tadqiqotda oilaviy nazoratning sustligi, ota-onalarning raqamli savodxonligi pastligi va oila ichidagi psixologik ziddiyatlar yoshlarni virtual olamga “psixologik boshpana” sifatida murojaat qilishga undayotganligi aniqlandi. Shuningdek, ta‘lim muassasalarida media madaniyatni shakllantirish tizimi yetarlicha yo‘lga qo‘yilmaganligi yoshlarning g‘oyaviy-mafkuraviy immunitetini zaiflashtiruvchi omil sifatida qayd etildi.

Umuman olganda, tadqiqot natijalari shuni ko‘rsatadiki, **internetga va axborot oqimiga tobelik nafaqat individual psixologik muammo, balki ijtimoiy,**



tarbiyaviy va pedagogik muammo sifatida ham dolzarbdir. Ushbu holatning oldini olish uchun psixologik yordam tizimini kuchaytirish, oilalarda raqamli madaniyatni rivojlantirish hamda ta'lim jarayoniga media psixologiya asoslarini kiritish zarur.

MUHOKAMA VA XULOSA.

Internet va kompyuter o'yinlariga tobelik yoshlarning emotsional, ijtimoiy va intellektual rivojlanishiga sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Shu bois, bu muammo kompleks yondashuvni talab qiladi. Asosiy tavsiyalar quyidagilardan iborat:

- ✓ Ota-onaning nazorati va axborot manbalarini filtrlash tizimlarini joriy etish;
- ✓ O'quv jarayonida internetdan oqilona foydalanishni rag'batlantirish, ijtimoiy va axloqiy qadriyatlarni shakllantirish;
- ✓ Yoshlarning kreativlik, tolerans, mas'uliyat va maqsadga intiluvchanlik xususiyatlarini rivojlantirish;
- ✓ Psixoprofilaktik dasturlarni ishlab chiqish va ularni maktab va oilaviy muhitga joriy etish.

Xulosa qilib aytganda, internetga tobelikning psixologik omillari yoshlarning o'sish va ijtimoiylashuvi jarayonlariga chuqur ta'sir ko'rsatadi. Shu bois, yoshlar va ularning oilalari uchun profilaktik va tarbiyaviy chora-tadbirlarni kuchaytirish, psixologik va ijtimoiy himoyani ta'minlash zarur.

Adabiyotlar:

1. Жичкина А. С. Социально-психологические аспекты общения в Интернете. М.: Дашкол, 2004. – 274 с.
2. Umarov B.M. Ochiq axborot tizimlarida axborot-psixologik xavfsizlik. O'quv qo'llanma. T.: 2013
3. Rajabova F. O'smirlar deviant xulq-atvorini o'rganishning ilmiy-nazariy va metodologik asoslari. Qarshi davlat universiteti, 202