DOI: https://doi.org/10.5281/zenodo.18048082

GADJETLAR VA INTERNET TARMOQLARINING MAKTABGACHA YOSHDAGI BOLALARNING XULQ-ATVORI VA RIVOJLANISHIGA TA'SIRI

Ilhomjonova Zuhra O'lmaskomol qizi
"ALFRAGANUS UNVERSITY" "Ijtimoiy fanlar"fakulteti
"Psixologiya" soha mutaxasislari 2-kurs talabasi
ilhomjonovazuhra93@gmail.com

Ilmiy rahbar **Talipova Feruza**
Alfraganus Universiteti Psixologiya kafedrasi v.b dotsenti

Bugungi kunda axborot-kommunikatsiya texnologiyalarining jadal rivojlanishi jamiyat hayotining barcha sohalariga chuqur kirib kelmoqda. Ayniqsa, gadjetlar va internet tarmoqlari bolalar hayotining ajralmas qismiga aylanib bormoqda. Maktabgacha yoshidagi bolalarga ushbu texnologiyalardan o'yin-kulgi va turli xil vidiolar ko'rish uchun ota-onalari foydalanmoqdalar. Mazkur yosh davri bolalarning shaxs sifatida rivojlanishi uchun juda muhim hisoblanadi. Aynan shu davrda bolalar o'rganish, o'ylash, so'zlashish va atrofdagilar bilan muloqot qilish qobiliyatlarini rivojlantiradi. Shuning uchun gadjetlar va internetning bolalarning o'sishiga, o'rganishiga va xulq-atvoriga qanday ta'sir qilishini o'rganish juda muhim masala hisoblanadi.

Gadjetlardan ortiqcha foydalanish bolalarning psixologik rivojlanishiga jiddiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ekran oldida uzoq vaqt o'tkazadigan bolalarda diqqat jamlash muammolari, ya'ni diqqat yetishmovchiligi giperaktivlik buzilishi (DYGB) belgilari ko'proq kuzatiladi. Smartfonlar va

planshetlardagi tezkor o‘yinlar, videolar va ijtimoiy tarmoqlar bolaning miyasini doimiy ravishda "tezkor mukofot tizimiga o‘rgatadi, bu esa uzoq muddatli diqqatni talab qiladigan vazifalarga, masalan, kitob o‘qish yoki chuqur o‘ylashga halaqit beradi. Bundan tashqari, raqamli qurilmalar bolalarning stress darajasiga ham ta’sir qilishi mumkin. Ijtimoiy tarmoqlardagi doimiy taqqoslashlar yoki o‘yinlardagi raqobat muhiti yosh bolalarda tashvish va o‘ziga ishonchsizlikni keltirib chiqarishi mumkin.

Bolalarning ijtimoiy rivojlanishi uchun yuzma-yuz muloqot muhim ahamiyatga ega. Biroq, gadjetlardan ortiqcha foydalanish bu imkoniyatni cheklaydi. Virtual dunyoda ko‘p vaqt o‘tkazadigan bolalar tengdoshlari bilan real muloqot o‘rnatishda qiynalishi mumkin. Masalan, o‘yinlar yoki ijtimoiy tarmoqlar orqali muloqot haqiqiy hayotdagi empatiya, tana tili va hissiy aloqa kabi ko‘nikmalarni rivojlantirmaydi. Bu esa bolalarni ijtimoiy yakkalanishga olib kelishi mumkin. Bundan tashqari, gadjetlar bolalarni oilaviy muloqotdan ham uzoqlashtirishi mumkin. Ota-ona va bola o‘rtasidagi sifatli muloqot vaqtining kamayishi bolaning hissiy barqarorligiga putur yetkazadi. Masalan, kechki ovqat paytida har bir oila a’zosi o‘z smartfoniga qarasa, bu oilaviy rishtalarni zaiflashtiradi va bolaring o‘zini xavfsiz his qilish tuyg‘usiga ta’sir qiladi.[1]

Psixologiya fanida diqqatga har xil ta’rif beriladi, uni yoritishda psixologlar turli nazariyaga asoslanib yondashadilar. Diqqat deb ongni bir nuqtaga to‘plab, muayyan bir obyektga faol qaratilishga aytiladi. P.I.Ivanovning fikricha, biz faoliyatimiz jarayonida idrok va tasavvur qiladigan har bir narsa, har bir hodisa, o‘zimiz qilgan ishimiz, o‘y va fikrlarimiz diqqatning obyekti bo‘la oladi.

N.F.Dobrinin, N.V.Kuzmina, I.V.Straxov, M.V.Ga-mezo, F.N.Gonobolin va boshqalarning nuqtai nazaricha, diqqatning vujudga kelishida ongning bir nuqtaga to‘planishi ong doirasining torayishini bildiradi, go‘yoki ong doirasi birmuncha tig‘izlanadi. Bunday torayish va tig‘izlanish natijasida ong doirasi yanada yorqinlashadi. Ongning eng toraygan, tig‘izlangan yorqin nuqtasi diqqatning markazi (fokusi) deb nomlanadi. Xuddi shu markaz (fokus)ga tushgan, idrok qilinayotgan jismlar, tasavvur obrazlari, o‘y va fikrlar to‘la, yorqin va aniq ifodalanadi. Jahon

[1] Qurbanboyev S.Q. Gadjetlardan ortiqcha foydalanishning bolalar rivojlanishiga ta’siri -.2025 [260b]

psixologlarining fikricha, diqqat uzluksiz ravishda, muayyan darajada aktivlik xususiyatini saqlab turadi. Bunday aktivlik, ongning biron-bir obyektda o‘ynalishining kuchayishi va ma’lum vaqt davomida diqqat yo‘naltirilgan narsaga ongning faol qaratilishini yo‘lga solib turadi hamda mazkur holatning saqlanishini ta’minlaydi.

Gadjetlardan ortiqcha foydalanish nafaqat diqqatni buzilishiga balki uyqusizlikka ham va yana turli xil muammolarni keltirib chiqaradi.[1]

Bolaning 3 yoshdan 7 yoshgacha bo‘lgan maktabgacha yoshi bolalik davrining katta bir qismini tashkil etadi. Asosan mana shu davrdan boshlab bolaning mustaqil faoliyatlari rivojlanadi hamda shaxsiy individual xususiyatlari (shaxsiy fazilatlari) tarkib topa boshlaydi. Mashhur rus pedagoglaridan P.F. Lesgaftning fikricha, insonning maktabgacha yoshidagi davri shunday bir davriki, ana shu davr mobaynida kelgusida qanday xarakter xislatlari paydo bo‘lishi belgilanadi va axloqiy sifatlarining asoslari yuzaga keladi. Insonning kamol topa borishida maktabgacha yoshdagi davrning ahamiyatiga doir P.F. Lesgaftning bu fikri buyuk rus pedagogi A.S. Makarenkoning quyidagi fikriga to‘la mos keladi. A.S. Makarenko bolalarni juda kichik davridan boshlab tarbiyalash zarurligi haqida gapirib, tarbiyaning eng muhim asoslari bolaning besh yoshgacha bo‘lgan davri mobaynida yuzaga keltiri-ladi. Mana shu davrda qilingan butun tarbiya, tarbiya jarayonining 90% ini tashkil etadi, degan edi.

Haqiqatan ham bolaning maktabgacha yoshidagi davri shu qadar mazmundor va faol davrdirki, bu davr bolaning kelgusi o‘sishida albatta o‘z aksini qoldiradi. Shuning uchun maktabgacha yoshidagi davr ta’sir o‘tkazish kuchi jihatidan g‘oyat mas’uliyatlidir.[2]

Ushbu masalada yana bir marotaba ta’qidlashimiz lozimki, albatta gadjet texnologiyalarining bolalarga salbiy va ijobiy tomonlarini ko‘rib chiqishdan iborat hisoblanadi.

[1] E. G‘oziyev “Psixologiya” - 2008 [338b]
[2] “Maktabgacha yoshdagi bolalar psixologiyasi”- 2013 [287b]

Gadjetlarning ijobiy tomonlari: odamlarga aloqa o‘rnatish, turli xil maishiy masalalarni hal qilish va vaqtinchalik omilni optimallashtirishga yordam beradi. Ular uzluksiz axborot oqimlariga kirishni ochadilar, keng ko‘lamli vazifalarni osonlashtiradilar. Zamonaviy gadjetlar inson hayotini yanada qulayroq qilishga yordam beradi va imkoniyatlarni kengaytiradi.

Ijobiy tomonlari ko‘rib o‘tkanimizdek bu insonlarga har tomonlama qulayliklar yaratib beradi. Savol tug‘iladi, salbiy tomoni bormi? Barchamizga ma’lumki, inson yaratgan har bir ishning salbiy tomoni ham bo‘ladi. Bu asosan, gadjet texnologiyasining maktabgacha bo‘lgan bolalarga bo‘lgan salbiy ta’siridir.

Salbiy tomonlari: So‘nggi yillarda ota-onalar va pedagoglar bolalarda gapirish nutqnining rivojlanishidagi uzulishlarni kuzatmoqdalar. Bunda bolalar o‘z vaqtida gapirishdagi nutqining kechikishi, kam va noto‘g‘ri gapirishadi, ularning nutqi sust regresslik holatini ko‘rsatmoqda. XX asrning 1990-yillari o‘rtalarida 4% bolalarda nutq buzilishi kuzatildi. XXI-asrning so‘nggi yillarida bolalardagi nutq buzilishlarining ulushi 25% ga, ya’ni 6 martagacha oshgan, bu nafaqat mamlakatimizda balki rivojlangan va rivojlanayotgan davlatlarda ko‘paymoqda.

Erta yoshda nutqni o‘zlashtirish faqat jonli, bevosita muloqotda bo‘ladi, bunda chaqaloq nafaqat boshqa odamlarning so‘zlarini tinglabgina qolmasdan, balki suhbat qilish bilan birga boshqa odamga ham javob berishida ifodalanadi. Hozirgi kunda bolalarning aksariyat qismi (zamonaviy bolalar) kattalar bilan muloqot qilish darajasi sust yani ko‘pincha ular javob talab qilmaydigan teledasturlarni tomosha qilishadi va jim o‘tirishni yoki qichqiriq yoki imo-ishoralar bilan gaplashishni afzal ko‘radilar. Ko‘pchilik ota-onalar o‘z farzandlarini gapirishdan ko‘ra gadjetlarni tez o‘rgansa ertangi kunda kompyuter-texnikani yaxshi o‘zlashtiradi deb fikrlaydi. Biroq, konkret davrda telefon planshetlarda ko‘proq vaqt o‘tkazadigan birinchi bolalar gapirishda so‘zlarni bir-biriga bog‘lashdagi to‘siqlik va tovushdagi talaffuzlarning notog‘ri ifodalanish holatlari ortmoqda.[1]

[1]"O'zbekiston respublikasi milliy gvardiyasi bo‘linmalarida ilmiy va innovatsion faoliyatni takomillashtirish" mavzusidagi respublika ilmiy-amaliy anjuman materiallari to‘plami - 2022 [121b]

Yuqoridagi ma’lumotlardan kelib chiqib quydagi tavsiyaga kelish mumkin. Bugungi kunda gadjetlarni bolalar hayotidan butunlay chiqarib tashlash mumkin emas va bu to‘g‘ri ham emas. Chunki raqamli texnologiyalar zamonaviy ta’lim, tafakkur va ijodiy rivojlanishning ajralmas qismiga aylangan. Asosiy masala taqiqlash emas, ongli boshqarishdir. Eng avvalo, ota-onalar gadjetni “dushman” emas, balki to‘g‘ri yo‘naltirilsa foyda beradigan vosita sifatida qabul qilishi lozim. Bolaga faqat “bo‘lmaydi” deyish o‘rniga, unga nima uchun, qachon va qancha foydalanish mumkinligini tushuntirish juda muhim. Men ota-onalarga quyidagi yondashuvni tavsiya qilaman:

Bolaning ekran oldidagi vaqti emas, ekrandan tashqaridagi hayoti qiziqarliroq bo‘lishi kerak. Agar bola sport, ijod, o‘yin va oilaviy suhbatlardan zavq olsa, gadjet o‘z-o‘zidan ikkinchi o‘ringa tushadi. Shuningdek, gadjetdan foydalanishda ota-ona shaxsiy namuna bo‘lishi kerak. Agar bola ota-onasini doim telefon bilan band holatda ko‘rsa, qoida va cheklovlar samarasiz bo‘ladi. Shu sababli oilada “birgalikda telefonsiz vaqt”ni odatga aylantirish juda katta tarbiyaviy ahamiyatga ega. Eng muhimi, bolaga gadjetdan foydalanishni boshqarishni o‘rgatish — uni kelajakda mustaqil, mas’uliyatli va muvozanatli shaxs bo‘lib yetishishiga xizmat qiladi. Chunki haqiqiy tarbiya — nazorat emas, ongli tanlovni o‘rgatishdir.

Xulosa qilib aytganda, gadjetlar va internet tarmoqlari maktabgacha yoshdagi bolalar hayotiga ham foydali, ham zararli ta’sir ko‘rsatadi. Agar bolalar gadjetlardan me’yorida va ota-onalar nazorati ostida foydalansa, ularning bilim olishiga, ranglar, shakllar, harflarni tezroq o‘rganishiga yordam beradi. Bolalarni internet tarmoqlariga va telefonga o‘rganib qolishlarini oldini olish uchun ularni turli xil mashg‘ulotlar bilan shug‘illantirish lozim. Misol uchun: rolli o‘yinlar, rasm chizish, harakatli o‘yinlar, lego va qo‘l matorikasini rivojlanishiga ta’sir etuvchi o‘yinchoqlar bilan vaqtlarini samarali o‘tkazishlari mumkin. Ya’ni telefon o‘rniga foydali mashg‘ulotlar bilan shug‘ullanishi bolaning to‘g‘ri rivojlanishiga ta’sir etadi. Telefonni "asosiy o‘yinchoq" ga almashtirmaslik va ota-onaning bola uchun shaxsiy namuna bo‘lishi bolaning to‘g‘ri rivojlanishiga ta’sir etadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. Qurbanboyev S.Q. Gadjetlardan ortiqcha foydalanishning bolalar rivojlanishiga ta’siri - 2025 [260b]

2. E. G‘oziyev “Psixologiya” - 2008 [338b]

3. “Maktabgacha yoshdagi bolalar psixologiyasi”- 2013 [287b]

4. "O‘zbekiston respublikasi milliy gvardiyasi bo‘linmalarida ilmiy va innovatsion faoliyatni takomillashtirish" mavzusidagi respublika ilmiy-amaliy anjuman materiallari to‘plami - 2022 [121b]