



**O‘SMIRLAR MULOQOTIDA INTERNET VA VIRTUAL MUHITNING
TA’SIRI**

Mualliflar

Xaitmurodova Nigina O‘tkirovna

SamDChTI

Ingliz tili fakulteti talabasi

Niginaxayitmurodova0206@gmail.com

Achilova Zulayho Hamidjonovna

SamDChTI

Ingliz tili fakulteti talabasi

zulayxoachilova60@gmail.com

Ilmiy rahbar

Shoniyazova Iroda Muradullayevna

Psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD)

*SamDChTI “Pedagogika, psixologiya va jismoniy madaniyat” kafedrası
dotsenti v.v.b*

Annotatsiya: Mazkur maqolada o‘smirlar muloqotida internet va virtual muhitning o‘rni, internet qaramligi hamda zamonaviy “Maugli sindromi”ning psixologik va ijtimoiy oqibatları tahlil qilingan. Tadqiqot davomida virtual muhitning yoshlar psixologiyasi, kommunikativ ko‘nikmalari va ijtimoiy moslashuviga ko‘rsatadigan ijobiy hamda salbiy ta’sirlari yoritilgan. Shuningdek, internetdan me’yorida foydalanishning ahamiyati, internet qaramligining oldini olish yo‘llari hamda ota-onalar va pedagoglarning bu boradagi vazifalari haqida fikr yuritilgan.

Kalit so‘zlar: internet, virtual muhit, internet qaramligi, o‘smirlar, muloqot, psixologik ta’sir, ijtimoiy moslashuv.

Kirish

Bugungi globallashuv va axborot texnologiyalari jadal rivojlanayotgan davrda internet inson hayotining ajralmas qismiga aylandi. Ayniqsa, o‘smirlar orasida internetdan foydalanish darajasi keskin oshib bormoqda. Ijtimoiy tarmoqlar, messengerlar, onlayn o‘yinlar va turli virtual platformalar yoshlarning kundalik hayotida muhim o‘rin egallamoqda. Natijada internet nafaqat axborot olish vositasi, balki muloqot, ta’lim va hordiq chiqarishning asosiy manbalaridan biriga aylandi.

Internetning keng imkoniyatlari yoshlarning dunyoqarashini kengaytirish, bilim olish va global axborot maydoniga chiqishiga xizmat qilmoqda. Shu bilan



birga, undan nazoratsiz va haddan tashqari foydalanish o'smirlarning ruhiy holati, xulq-atvori va ijtimoiy munosabatlariga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin.

Mazkur maqolaning maqsadi — internet va virtual muhitning o'smirlar muloqotiga ta'sirini ilmiy jihatdan tahlil qilish, internet qaramligining oqibatlarini yoritish hamda yoshlarni internetdan oqilona foydalanishga yo'naltirish bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqishdan iborat.

Asosiy qism

Internet zamonaviy yoshlar uchun katta imkoniyatlar manbai hisoblanadi. U orqali o'smirlar qisqa vaqt ichida kerakli ma'lumotlarni topish, xorijiy tillarni o'rganish, masofaviy ta'lim olish va dunyoning turli mamlakatlaridagi tengdoshlari bilan muloqot qilish imkoniyatiga ega bo'lmoqda. Ayniqsa, pandemiya davrida internet ta'lim tizimining uzluksiz faoliyat yuritishida muhim vosita bo'lib xizmat qildi.

Shuningdek, virtual muhit o'smirlarning ijodiy qobiliyatlarini rivojlantirishda ham muhim o'rin tutadi. Ko'plab yoshlar internet orqali blog yuritish, dizayn, dasturlash, video montaj va boshqa zamonaviy kasbiy ko'nikmalarni o'zlashtirmoqda. Bu esa internetning ijobiy jihatlaridan biri sifatida baholanadi.

Biroq internetdan haddan tashqari foydalanish bir qator salbiy oqibatlarni ham keltirib chiqaradi. Avvalo, o'smirlarning real hayotdagi muloqoti kamayib boradi. Ular vaqtining katta qismini telefon, planshet yoki kompyuter qarshisida o'tkazgani sababli oilaviy va do'stona munosabatlar sustlashadi. Natijada ijtimoiy faollik pasayib, yolg'izlik hissi kuchayadi.

Psixologlarning fikricha, internet qaramligi o'smirlarning emotsional holatiga ham jiddiy ta'sir ko'rsatadi. Virtual muhitga bog'lanib qolgan yoshlar orasida asabiylik, jahldorlik, diqqatning pasayishi, uyqusizlik va depressiv holatlar ko'proq uchraydi. Ayrim hollarda esa o'smirlar virtual hayotni real hayotdan ustun qo'ya boshlaydi.

Bugungi kunda mutaxassislar tomonidan "zamonaviy Maugli sindromi" deb ataluvchi holat ham kuzatilmoqda. Bu holatda yoshlar real ijtimoiy muhitdan uzoqlashib, ko'proq virtual dunyo bilan yashashga odatlanadi. Natijada ularda jonli muloqot qilish ko'nikmalari sustlashadi, hissiyotlarni ifodalash qiyinlashadi va jamiyatga moslashish darajasi pasayadi.

Ijtimoiy tarmoqlarning yana bir salbiy jihati — o'smirlarda o'zini boshqalar bilan taqqoslash hissining kuchayishidir. Turli ideal hayot tarzlari, sun'iy muvaffaqiyat tasvirlari va ommabop kontent yoshlarning o'ziga bo'lgan ishonchini pasaytirishi mumkin. Bu esa ruhiy tushkunlik va stress holatlarining ortishiga sabab bo'ladi.

Bundan tashqari, internetdagi zararli axborotlar, kiberbulling, firibgarlik va zo'ravonlikni targ'ib qiluvchi materiallar ham o'smirlar ongiga salbiy ta'sir



ko'rsatadi. Ayniqsa, nazoratsiz internetdan foydalanish yoshlarning ma'naviy qadriyatlariga salbiy ta'sir etishi mumkin.

Shu sababli internetdan foydalanish madaniyatini shakllantirish muhim ahamiyat kasb etadi. Ota-onalar farzandlarning internetdan foydalanish vaqtini nazorat qilishi, pedagoglar esa o'quvchilarga internet xavfsizligi va media savodxonlik bo'yicha tushuntirish ishlarini olib borishi lozim.

Natijalar va muhokama

Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, internetdan uzoq vaqt davomida foydalanadigan o'smirlarda real muloqot ko'nikmalari pasayadi, ijtimoiy faollik susayadi va emotsional beqarorlik kuchayadi. Ayniqsa, kun davomida ko'p vaqtini ijtimoiy tarmoqlarda o'tkazadigan yoshlar o'z tengdoshlari bilan jonli muloqot qilishda qiyinchilikka duch keladi.

Internet qaramligi va zamonaviy Maugli sindromi o'rtasida uzviy bog'liqlik mavjudligi kuzatiladi. Virtual muhitga ortiqcha bog'lanish yoshlarning ijtimoiy moslashuviga salbiy ta'sir etadi. Shu bilan birga, internetdan oqilona foydalanadigan o'smirlarda bilim olish, mustaqil fikrlash va zamonaviy texnologiyalar bilan ishlash ko'nikmalari rivojlanadi.

Demak, muammo internetning o'zida emas, balki undan foydalanish me'yoriga rioya qilinmasligidadir. Shu sababli yoshlarni internetdan to'g'ri foydalanishga o'rgatish bugungi kunning dolzarb vazifalaridan biri hisoblanadi.

Xulosa

Xulosa qilib aytganda, internet va virtual muhit o'smirlar hayotiga ham ijobiy, ham salbiy ta'sir ko'rsatadi. Internet bilim olish, axborot almashish va dunyo bilan bog'lanish imkonini bersa, undan haddan tashqari foydalanish psixologik va ijtimoiy muammolarni keltirib chiqarishi mumkin.

Shu bois ota-onalar, pedagoglar va jamiyat vakillari yoshlarni internetdan oqilona foydalanishga yo'naltirishi, ularda media madaniyat va internet xavfsizligi ko'nikmalarini shakllantirishi zarur. O'smirlarning real hayotdagi muloqotini kuchaytirish, sport va kitobxonlikka jalb qilish ham internet qaramligining oldini olishda muhim omil hisoblanadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Young K. S. Caught in the Net: How to Recognize the Signs of Internet Addiction and a Winning Strategy for Recovery. New York: John Wiley & Sons, 1998.
2. Kuss D. J., Griffiths M. D. Internet Addiction: A Systematic Review of Epidemiological Research. Current Pharmaceutical Design, 2012.
3. Polvanov R. B. Virtual environment's psychological consequences and the modern Maugli syndrome formed on the basis of internet addiction. Inter Education & Global Study, 2025.



4. Turkle S. Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other. New York: Basic Books, 2011.
5. Griffiths M. D. Internet Addiction: Fact or Fiction? The Psychologist, 1999.
6. Young K. S. Internet Addiction: Symptoms, Evaluation and Treatment. Innovations in Clinical Practice, 1999.
7. Kuss D. J., Lopez-Fernandez O. Internet Addiction and Problematic Internet Use. World Journal of Psychiatry, 2016.
8. Wallace P. The Psychology of the Internet. Cambridge University Press, 2001.