

**MAKTAB O'QUVCHILARDA INTERNET TOBELIGINI KELTIRIB
CHIQUARUVCHI SABABLAR.**

Toshkent shahridagi Puchon universiteti magistranti

Yormatova Dilshoda Hasan qizi

Ilmiy rahbar: Psixologiya fanlar doktori, professor:

Melibayeva Ruzaxon Nasirovna

Annotatsiya: Hozirgi kunda internet hayotimizning ajralmas qismiga aylangan. U bizga axborot olish, muloqot qilish, o'qish va o'rganish imkoniyatlarini taqdim etadi. Biroq, internetning ko'plab foydali tomonlari bilan birga, uning salbiy ta'sirlari ham mavjud. Maktab o'quvchilarida internet tobeligini keltirib chiqaruvchi sabablar ko'plab omillarga bog'liq. Ushbu maqolada internet tobeligini, uning sabablari va oqibatlarini haqida ma'lumotlar berilgan.

Kalit so'zlar: internet tobeligini, psixologik muammolar, kompyuterlar, ta'lim, stress, depressiya.

Аннотация: В наше время Интернет стал неотъемлемой частью нашей жизни. Оно предоставляет нам возможности получать информацию, общаться, читать и учиться. Однако, наряду со многими преимуществами Интернета, существуют и некоторые негативные последствия. Причины интернет-зависимости школьников зависят от многих факторов. В этой статье представлена информация об интернет-зависимости, ее причинах и последствиях.

Ключевые слова: интернет-зависимость, психологические проблемы, компьютеры, образование, стресс, депрессия.

Abstract: Nowadays, the Internet has become an integral part of our life. It provides us with opportunities to receive information, communicate, read and learn. However, along with the many benefits of the Internet, there are also some negative effects. The causes of Internet addiction among schoolchildren depend on many

factors. This article provides information about internet addiction, its causes and consequences.

Key words: *internet addiction, psychological problems, computers, education, stress, depression.*

Internet tobeligi – bu internetdan foydalanishning nazoratdan chiqishi, o‘quvchilarning internetga bo‘lgan qaramligi va bu holatning ularning kundalik hayotiga salbiy ta'sir ko‘rsatishi. O‘quvchilar internetga bo‘lgan qaramliklarini o‘z-o‘zidan sezmasliklari mumkin, bu esa ularning o‘qish, ijtimoiy hayot va psixologik holatiga salbiy ta'sir ko‘rsatadi. Internet tobeligi ko‘pincha o‘quvchilarning o‘zlarini izolyatsiya qilishiga, ijtimoiy munosabatlarni pasaytirishga va psixologik muammolarni keltirib chiqarishga olib keladi. Hozirgi kunda internetga kirish imkoniyati juda oson. Mobil telefonlar, planshetlar va kompyuterlar yordamida har qanday joyda internetga kirish mumkin. Bu o‘quvchilarning internetga bo‘lgan qaramligini oshiradi, chunki ular istalgan vaqtda va istalgan joyda internetdan foydalanish imkoniyatiga ega. O‘quvchilar orasida ijtimoiy tarmoqlarning ommalashuvi internet tobeligiga sabab bo‘layotgan eng muhim omillardan biridir. Facebook, Instagram, TikTok kabi platformalarda vaqt o‘tkazish, do‘stlar bilan muloqot qilish va yangi ma'lumotlar olish imkoniyati o‘quvchilarni internetga jalb qiladi. O‘quvchilar ko‘pincha ijtimoiy tarmoqlarda vaqt o‘tkazish uchun o‘qish va boshqa muhim ishlarni kechiktiradilar. Video o‘yinlar internet tobeligi keltirib chiqaruvchi yana bir muhim omil hisoblanadi. O‘quvchilar o‘yinlarga qiziqishlari tufayli, ko‘pincha o‘qish va boshqa faoliyatlarni unutadilar. O‘yinlar, ayniqsa, onlayn o‘yinlar, o‘quvchilarni uzoq vaqt davomida kompyuter yoki mobil qurilmalarga bog‘lab qo‘yadi. Ba'zi o‘quvchilar o‘qish jarayonida qiyinchiliklarga duch kelishlari mumkin. Bu holat internetdan foydalanish orqali qochish yo‘lini tanlashlariga olib keladi. Ular internetda o‘yin o‘ynash yoki ijtimoiy tarmoqlarda vaqt o‘tkazishni afzal ko‘radilar, bu esa o‘qishdagi muvaffaqiyatsizlikka sabab bo‘ladi. Ota-onalar va o‘qituvchilar internetdan foydalanishni nazorat qilishda yetarlicha qat'iy bo‘lmasalar, o‘quvchilar internetga bo‘lgan qaramliklarini oshirishi

mumkin. Agar o'quvchilar internetda qancha vaqt o'tkazayotganini bilmasalar, bu ularning o'qishlariga salbiy ta'sir ko'rsatadi. O'quvchilarning psixologik holati ham internet tobeligiga ta'sir ko'rsatadi. Stress, depressiya yoki ijtimoiy izolyatsiya kabi holatlar o'quvchilarni internetga qaram bo'lishga majbur qiladi. Ular internet orqali o'zlarini yaxshi his qilishga harakat qiladilar, bu esa ularni yanada chuqurroq qaramlikka olib keladi.[1]

Maktabda ta'lim sifati past bo'lsa, o'quvchilar internetdan foydalanishga ko'proq e'tibor berishlari mumkin. Agar darslar qiziqarli va samarali bo'lmasa, o'quvchilar internetda vaqt o'tkazishni afzal ko'rishadi. Bu holat, o'quvchilarning o'qish motivatsiyasini pasaytiradi. Maktabda o'quvchilar o'rtasida raqobat kuchli bo'lsa, ba'zi o'quvchilar internetda muvaffaqiyat qozonish uchun ko'proq vaqt sarflashga majbur bo'lishlari mumkin. Ular internet orqali bilim olish va o'zlarini rivojlantirishga harakat qiladilar, lekin bu jarayon ko'pincha to'g'ri yo'lga qo'yilmaydi va ularni internetga qaram qiladi. Internetning ta'siri faqat individual darajada emas, balki jamiyat va madaniyat darajasida ham seziladi.[2]

O'quvchilar o'rganayotgan madaniyatlarida internetdan foydalanish ko'proq tarqalgan bo'lsa, bu holat ularning internetga bo'lgan qaramligini oshiradi. O'quvchilar internet orqali o'z madaniyatlaridan kelib chiqib, o'zlarini ifoda etishga harakat qiladilar, bu esa ularni yanada chuqurroq qaramlikka olib keladi. O'qituvchilar internetdan foydalanish jarayonida o'quvchilarga to'g'ri yo'l ko'rsatishda muhim rol o'ynaydi. Agar o'qituvchilar internetni ta'lim jarayonida samarali foydalanmasalar, o'quvchilar internetdan noto'g'ri maqsadlarda foydalanishi mumkin. Bu holat o'quvchilarning ta'lim jarayonida muvaffaqiyatsizlikka olib kelishi mumkin.[3]

Internet tobeligi o'quvchilarning hayotida ko'plab salbiy oqibatlariga olib kelishi mumkin. Internetga bo'lgan qaramlik o'quvchilarning o'qish jarayoniga salbiy ta'sir ko'rsatadi. O'quvchilar darslarga vaqt ajratmay, internetda ko'proq vaqt o'tkazishlari natijasida bilim darajalari pasayadi. Internetga qaram bo'lgan o'quvchilar ko'pincha haqiqiy hayotda ijtimoiy munosabatlardan chetlanishadi. Ular do'stlar bilan muloqot qilish o'rniga, internetda vaqt o'tkazishni afzal

ko'radilar, bu esa ularni ijtimoiy izolyatsiyaga olib keladi. Internet tobeligi o'quvchilarda psixologik muammolarni keltirib chiqarishi mumkin. Stress, depressiya va tashvish kabi holatlar internetdan foydalanish orqali qochishga olib kelishi mumkin. Uzluksiz internetdan foydalanish o'quvchilarning sog'lig'iga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Ular ko'pincha jismoniy faollikdan chetlanadilar, bu esa sog'liq muammolariga olib kelishi mumkin.[4]

Xulosa:

Maktab o'quvchilarida internet tobeligini keltirib chiqaruvchi sabablar ko'plab omillarga bog'liq. Oson kirish imkoniyati, ijtimoiy tarmoqlar, o'yinlar, o'qish jarayonidagi qiyinchiliklar va psixologik omillar internet tobeligiga olib kelishi mumkin. Ushbu holat o'quvchilarning o'qish, ijtimoiy hayot va psixologik holatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Internet tobeligiga qarshi kurashish uchun ota-onalar, o'qituvchilar va jamiyat birgalikda harakat qilishlari zarur. O'quvchilarga internetdan to'g'ri foydalanishni o'rgatish, ularning ijtimoiy munosabatlarini rivojlantirish va psixologik yordam ko'rsatish orqali internet tobeligini kamaytirish mumkin. Bu esa o'quvchilarning sifatli ta'lim olishlariga va sog'lom hayot kechirishlariga yordam beradi.

.Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Abdurahmonov, S. (2020). "Yoshlar va internet: Ijtimoiy tarmoqlar ta'siri." Toshkent: O'zbekiston Respublikasi Oliy va o'rta maxsus ta'lim vazirligi.
2. Mamatqulov, A. (2021). "O'quvchilarda internet tobeligi: Sabablar va oqibatlar." Samarqand: Samarqand davlat universiteti.
3. Qodirov, B. (2019). "O'zbekiston yoshlarida internetdan foydalanish va uning salbiy ta'sirlari." Tashkent: O'zbekiston Milliy universiteti.
4. Tursunov, D. (2022). "O'quvchilarning psixologik holati va internet tobeligi." Buxoro: Buxoro davlat universiteti.
5. Rahmonov, E. (2020). "Ta'lim jarayonida internetning o'rni va uning ta'siri." Toshkent: O'zbekiston Respublikasi Ta'lim vazirligi.
6. Karimov, J. (2023). "Yoshlar va raqamli dunyo: Internet tobeligi muammolari." Farg'ona: Farg'ona davlat universiteti.
7. Isroilov, O. (2021). "O'quvchilar orasida internet tobeligi: Sabablar va yechimlar." Andijon: Andijon davlat universiteti.