



## IJTIMOYIY TARMOQLARDAN FOYDALANUVCHI YOSHLARNING PSIXOLOGIK QARAMLIK XUSUSIYATLARI

**Muminov Dilshod Abdurashidovich,**  
*Qarshi davlat texnika universiteti o'qituvchisi*

Ijtimoiy tarmoqlardan foydalanuvchi yoshlarning psixologik qaramlik xususiyatlarini o'rganish doimo psixologiyaning dolzarb masalaridan biri bo'lib qolmoqda. Internetga qaramlik fenomenining kontseptualizatsiyasi va diagnostika mezonlari o'rganuvchilar ishtirokida 2013 yilda Qo'shma Shtatlarda xalqaro simpozium tashkil etildi. Unda internetga qaramlikni tashxislash mezonlari va ruhiy kasalliklar bo'yicha statistik qo'llanma, to'rtta nashr qilindi va keng jamoatchilikka tavsiya etildi. Mazkur simpoziumga turli mamlakatlar vakillari: AQSh, Germaniya, Niderlandiya, Xitoy, Singapur, Meksika, Fransiya, Ispaniya va Avstraliya qatnashib, Ishchi guruh to'plangan klinik tadqiqotlarni BBM-U ga internetga qaramlikni kiritish uchun yetarli emas deb hisobladi. Shu bilan birga, «Qo'shimcha o'rganishni talab qiladigan kasalliklar» bo'limida «internet o'yinlariga tobeklik» tushunchasi kiritilgan bo'lib, internetda o'yin buzilishini baholash mezonlari taklif qilindi: yutilish, bag'rikenglik, haqiqatdan «qochish», kontentni iste'mol qilishni to'xtatish yoki kamaytirishga muvaffaqiyatsiz urinishlar, boshqa sevimli mashg'ulotlariga qiziqishning yo'qolishi, ortiqcha «o'yin», jismoniy va psixologik muammolarga qaramay, jismoniy va psixologik yordamni yo'qotish kabilar [2].

2019-yil may oyida Jahon sog'liqni saqlash assambleyasi 2022-yil 1-yanvardan kuchga kiradigan Kasalliklarning xalqaro tasnifining (ICD-11) 11-versiyasini tasdiqladi. ICD-11 «o'yin buzilishi»ni o'yin xatti-harakatlarining namunasi sifatida (raqamli o'yinlar yoki video o'yinlar o'ynashda) o'z ichiga oladi, bu esa boshqa o'yinlarga ustunlik berish ustidan nazoratning buzilishi (manfaatlar va kundalik faoliyat, istalmagan oqibatlar paydo bo'lishiga qaramay, o'yinni davom ettirish yoki kuchaytirish) bilan tavsiflanadi.

K. Young nuqtai nazariga sodiq qolgan holda onlayn tarzda amalga oshiriladi. Uning ta'kidlashicha, internet o'ziga xos xususiyatlarga ega, masalan, foydalanish imkoniyati, nazorat qilish va qo'zg'alish, ular gilyovandlikning onlayn formatining o'ziga xosligini belgilaydi va shuning uchun oflayn format bilan bir xil bo'lishi mumkin emas [1]. Shunday qilib, internetga qaramlik – bu butun dunyo bo'ylab axborot kompyuter tarmog'i orqali amalga oshiriladigan turli xil xulq-atvorga qaramliklarning (internetga qaramlik turlari) jamoaviy guruhi deb hisoblash mumkin.

Hozirgi vaqtda internetga qaramlik turlarining yagona, tasdiqlangan tasnifi mavjud emas, lekin odatda quyidagilar ajralib turadi (K.Yang, M.Griffits, A.E.Voyskounskiy,



A.Yu.Egorov, V.L.Malygin): ijtimoiy tarmoqlardan foydalanishga qaramlik, onlayn rolli o'yinlarga qaramlik, onlayn o'yinlar, qimor o'yinlari, internetga qo'shilish. Boshqacha qilib aytadigan bo'lsak, internetga qaramlik ishlatiladigan maxsus ilovalar/saytlar yoki onlayn faoliyat usuli asosida turlarga bo'linadi.

Internetga qaramlikning eng keng tarqalgan turi onlayn rolli o'yinlarga qaramlik bo'lib, bu rolli va ommaviy onlayn o'yinlarni birlashtirgan kompyuter o'yini. Ushbu janrning asosiy xususiyati virtual olamdagi ko'p sonli o'yinchilarning o'zaro ta'siridir. O'yin muhiti doimiy va hech qanday o'yinchining chiqishiga ta'sir qilmaydi. Eng mashhur o'yinlar qatoriga PUBG, CS1.6, World of Warcraft, World of Tanks va Star Wars: The Old Republic kiradi. Hozirda butun dunyo bo'ylab taxminan 800 million geymer bor. Ushbu o'yinlar strategiya janriga kiradi. Ushbu o'yinlar o'yinchilarga mag'lubiyatga duch kelganda muvaffaqiyatga erishishga imkon beradi, bu esa ushbu turdagi faoliyat uchun qo'shimcha mustahkamlash bo'lib xizmat qiladi.

Olimlar yosh onlayn geymerning shaxsiyat tuzilishini o'rganar ekan, onlayn rolli o'yinlarga qaramlikning rivojlanishiga ta'sir qiluvchi uchta omilni aniqladi:

- yoshlarning o'z shaxsiyatini shakllantirish uchun zarur bo'lgan ota-ona dunyosidan individuallashtirish va avtonomiya jarayoni;
- muloqot va nizolardan qochishning bir usuli sifatida video o'yinlarda «panoh» izlash;
- o'z-o'zini anglashning yo'q qilinishiga javoban video o'yinlardan foydalanish [3].

Internetga qaramlikning rivojlanishiga sabab bo'lgan onlayn o'yinlarning xususiyatlari quyidagi jihatlarni o'z ichiga oladi:

- cheksizlik: o'yinning oxiri yo'q, u kuniga 24 soat, haftada 7 kun davom etadi va shuning uchun kechayu kunduz mavjud;
- suvga cho'mish: sehrlil va estetik olamlar sezilarli vizual jalb qilishga hissa qo'shadi;
- O'yinchilar hamjamiyatining o'zaro bog'liqligining ahamiyati, chunki geymerlar o'zlarining haqiqiy shaxsiyati va o'ziga xosligini ochib bermaydilar va ijtimoiy sohadagi ijtimoiy reaksiya ikkinchi o'rinni egallaydi [1].

Shuni ham ta'kidlash kerakki, bir qator tadqiqotlar internetga qaramlikning u yoki bu turini ko'rsatadigan foydalanuvchilar profilidagi tendentsiyalarni aniqladi. Misol uchun, ekstrovertlar ko'proq onlayn rol o'ynash o'yinlarini tanlashadi, ular ko'p sonli o'yinchilar bilan muloqot qilish imkoniyatini taklif qiladi, shu jumladan klanlarni yaratish. Introvertlar esa bir o'yinchi deb ataladigan o'yinlarni afzal ko'radilar [4].



Internetga qaramlikning keyingi turi onlayn qimor o'yinlaridir. Qimor – bu qimor o'yinlariga patologik qaramlik. Onlayn qimor o'yinlari internet yordamida amalga oshiriladi.

Realizm (ya'ni, veb-kameralar, o'yinchi va dilerlik avatrlari orqali haqiqiy qimor o'yinlari), masofaviy tikish (individual va guruhli qimor o'yinlari uchun) va mijozlarni qo'llab-quvvatlashni yaxshilash. M. Griffithsning ta'kidlashicha, onlayn qimor o'yinlari internetga qaramlik bilan bog'liq emas, chunki qimor o'yinchilari internetdan o'zlarining patologik qaramligi uchun vosita sifatida foydalanadilar. Biroq, shuni ta'kidlash kerakki, onlayn qimor o'yinlari ma'lum o'ziga xos xususiyatlarga ega. Misol uchun, ko'pchilik qimor o'yinlari uchun elektron pul haqiqiy pulga qaraganda kamroq qiymatga ega, bu qimor o'yinchisining moliyaviy qiymat tizimini vaqtincha buzadi va keyingi qimor o'yinlarini rag'batlantiradi. Qimor sanoati mutaxassislari buni yaxshi bilishadi (odamlar pullari kartada bo'lsa, ko'proq pul sarflashadi). Asosan, chiplar va tokenlar pulning qiymatini yashiradi, ya'ni ular pul tikish uchun ishlatiladigan pulning psixologik qiymatini kamaytiradi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, odamlar real puldan ko'ra ko'proq elektron pul tikadilar [1]. M. Sevigny va boshqalarning tadqiqotlari demo versiyalarda yoki bepul o'yinlarda g'alaba qozonish ehtimoli sezilarli darajada yuqori ekanligini ko'rsatdi. Ular, shuningdek, o'yinning demo versiyalarida yutuq seanslari uzoqroq davom etishini ko'rsatdi. Biroq, qimor o'yinchilari haqiqiy pul uchun o'ynashni boshlaganlarida, ularning g'alaba qozonish ehtimoli sezilarli darajada past bo'ladi [1]. Ba'zi onlayn qimor saytlari meta teglar yordamida veb-sayt sahifalarida ma'lum so'zlarni yashirin joylashtirishdan foydalanadilar. Meta teg – qidiruv tizimlariga veb-saytlarni tasniflashda yordam berish uchun veb-sahifada yashiringan buyruq (ya'ni, qidiruv tizimiga saytni qanday indekslashni aytib beradi). Saytga ko'proq trafikni jalb qilishning bir usuli - foydalanuvchilar internetda eng ko'p qidiradigan so'zlarni kiritishdir. Ba'zi onlayn qimor saytlari o'z sahifalarida «majburiy qimor» kabi atamalarni o'z ichiga oladi. Bu shuni anglatadiki, qidiruv tizimi bunday insofsiz saytni shunga mos ravishda indekslaydi va foydalanuvchilar muammoli qimor o'yinlari haqida ma'lumot qidirganda ushbu saytni ko'radi. Ya'ni, qimor o'yinlariga qaramlikdan yordam so'ragan odamlar ushbu saytlarga qoqilib ketishadi.

Muammoli qimor o'yinchilari. Foydalanuvchilarga ta'sir qilish uchun qo'llaniladigan yana bir taktika qalqib chiquvchi oynalardir. Qalqib chiquvchi oynalardan foydalanadigan saytlar foydalanuvchilarni bosish vasvasasiga tushishiga umid qilishlari aniq. Bu, shuningdek, onlayn qidiruvlar paytida paydo bo'ladigan, foydalanuvchilarga onlayn kazinolarda bepul tikish taklif qiladigan, ilgari qimor o'ynashni istamaganlarni jalb qiladigan qalqib chiquvchi reklamalarga ham tegishli. Qalqib chiquvchi reklamalar muammoli qimor o'yinlarini tashlamoqchi bo'lganlarni



ham jalb qilishi mumkin. Onlayn o'yinchilar foydalanuvchi profilini yaratish uchun foydalaniladigan ma'lumotlarni taqdim etadilar. Ushbu ma'lumotlar foydalanuvchilarning muayyan moliyaviy operatsiyalarni amalga oshirishda o'zini qanday tutishini (ya'ni, ular qaysi o'yinlarga pul tikishlari, qancha vaqt va qancha pul sarflashlarini) aniqlashi mumkin. Ushbu ma'lumotlar kompaniyalarga foydalanuvchilarni saqlab qolishda yordam beradi va mavjud mijozlar ma'lumotlar bazalari va sodiqlik dasturlari uchun ham foydalanish mumkin.

Internet-sörfing - ma'lumotni tartibsiz qidirish, turli YouTube kanallarini tomosha qilish, maqolalar, eslatmalar va sharhlarni o'qish va hokazolarda namoyon bo'ladigan internetga qaramlikning bir shakli bo'lib, natijada mahsuldorlikning yo'qolishiga va ma'lumotlarning haddan tashqari yuklanishiga olib keladi. Ba'zi internet-syorferlar o'zlarining giyohvandliklarini o'rganish va yangi ko'nikmalarga ega bo'lishning bir usuli deb da'vo qilib, oqilona qilishadi. Biroq, har xil tarkibni iste'mol qilish motivlarini batafsilroq o'rganish shuni ko'rsatadiki, asosiy motiv haqiqiy dunyodan begonalashish, yuqori darajadagi ichki tashvishlarga dosh berish va o'z ichki kechinmalariga qarshi turishdan qo'rqishdir. Sensor rag'batlantirishning yuqori darajasi va kiruvchi ma'lumotlarning katta miqdori kundalik muammolardan «unutish» va «qochish» imkonini beradi.

Shunday qilib, aytish mumkinki, internetga qaramlik turlarini tasniflash uchun asos onlayn iste'mol qilinadigan o'ziga xos tarkibdir. Shuni ham ta'kidlash kerakki, aniqlangan, umumiy diagnostika mezonlarining yo'qligi internetga qaramlikning tarqalishini tahlil qilishni sezilarli darajada cheklaydi. Hozirgi vaqtda nozologik tasnif, klinik ko'rinishlar, diagnostika mezonlari, shuningdek, internetga qaramlikni davolash va oldini olishga yondashuvlar bo'yicha ko'plab munozarali masalalar mavjud.

Yuqoridagilardan kelib chiqib, shunday xulosa qilish mumkinki, internetga qaramlik fenomeni ichki va xalqaro yondashuvlarda psixiatrik amaliyotdan tashqarida qolmoqda, ya'ni hozirgi vaqtda u klinik muammo sifatida tan olinmagan. Internetga qaramlik – bu professional faoliyatda, oilaviy hayotda va ijtimoiy o'zaro munosabatlarda salbiy oqibatlariga olib keladigan obsesif (majburiy) internetdan foydalanish istagi (I.Goldberg). Internetga qaramlik har qanday turdagi giyohvandlikka xos bo'lgan odatiy belgilar bilan tavsiflanadi, masalan: haddan tashqari baho, kayfiyat o'zgarishi, bag'rikenglikning kuchayishi, chekinish belgilari, boshqalar va o'zi bilan nizolar va qaytalanish.

#### **Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:**

1. Internet addiction: a handbook and guide to evaluation and treatment / edited by Kimberly S. Young and Cristiano Nabuco de Abreu. – 2011. – Canada. – 314 p.



2. Petry, N. An international consensus for assessing internet gaming disorder using the new DSM-5 approach/ N. Petry, F. Rehbein, D. Gentile et al. // Society for the Study of Addiction. – 2014. – Addiction, 109. – P. 1399–1406.
3. Stavropoulos, V. MMORPG gaming and hostility predict Internet Addiction symptoms in adolescents: An empirical multilevel longitudinal study / V. Stavropoulos et al. // Addictive Behaviors. – 2017. – № 64. – P. 294–300.
4. Su, W. Are males more likely to be addicted to the internet than females? A metaanalysis involving 34 global jurisdictions / W. Su et al. // Computers in Human Behavior. – 2019. – № 99. P. 86–100.

