

ZAMONAVIY AXBOROT JAMIYATIDA VIDEO O‘YINLARNING SHAXS KAMOLOTIGA TA‘SIRI: KOGNITIV FOYDA VA PSIXOLOGIK ZARARLAR MUTANASIBLIGI

Kayumova Odinabonu

Toshkent Amaliy Fanlar Universiteti talabasi

Ilmiy rahbar: **Usmonova Feruzaxon**

<https://doi.org/10.5281/zenodo.20552678>

ANNOTATSIYA

Ushbu maqolada XXI asr raqamli madaniyatining ajralmas qismiga aylangan video o‘yinlar (kiber-o‘yinlar) sanoatining shaxs psixologiyasi, kognitiv rivojlanishi va ijtimoiy hayotiga ko‘rsatayotgan ta‘siri tahlil qilinadi. Tadqiqotda strategik va mantiqiy o‘yinlarning inson diqqatini jamlashi, fazoviy fikrlashi hamda muammoli vaziyatlarda tezkor qaror qabul qilish ko‘nikmalarini shakllantirishdagi ijobiy o‘rni ilmiy dalillar bilan ko‘rsatib o‘tilgan. Shu bilan birga, geyming (gaming) madaniyatining me‘yordan oshishi natijasida yuzaga keladigan geymaddiksiya (o‘yinga qaramlik), ijtimoiy izolyatsiya, agressiv xulq-atvor va jismoniy salomatlikdagi salbiy o‘zgarishlar pedagogik hamda psixologik jihatdan yoritilgan.

Kalit so‘zlar: *video o‘yinlar, kiber-psixologiya, kognitiv rivojlanish, geym-addiksiya, ijtimoiy izolyatsiya, raqamli madaniyat, pedagogik nazorat, kybersport.*

KIRISH

Bugungi kunda global axborot makonining shiddatli rivojlanishi natijasida insoniyatning bo‘sh vaqtni tashkil etish madaniyati tubdan o‘zgardi. Ushbu o‘zgarishlarning markazida turgan eng yirik va ko‘p qirrali fenomenlardan biri — video o‘yinlar sanoatidir. XXI asr boshlarida video o‘yinlar shunchaki bolalar va o‘smirlarning oddiy ko‘ngilochar vositasi hisoblangan bo‘lsa, ayni paytda u milliardlab dollarlik aylanmaga ega global sanoatga, kybersport kabi rasmiy sport yo‘nalishiga va ijtimoiy-psixologik tadqiqotlar ob‘ektiga aylandi.

O‘zbekistonda ham yoshlar orasida geyming madaniyati yil sayin ommalashib bormoqda. Axborot texnologiyalari har bir xonadonga kirib borishi bilan virtual olamga sho‘ng‘ish ko‘rsatkichi ham ortib boryapti. Biroq, video o‘yinlarning shaxs shakllanishiga ta‘siri masalasi hamon jamiyatda keskin bahslarga sabab bo‘lmoqda. Bir guruh mutaxassislar o‘yinlarni intellektual rivojlanish vositasi deb hisoblasa, boshqalari ularni ruhiy nosog‘lomlik va vaqtni behuda sarflash manbai sifatida qoralaydi. Shu sababli, video o‘yinlarning inson psixofiziologiyasiga ko‘rsatadigan ijobiy va salbiy ta‘sirini ilmiy, xolis va tizimli o‘rganish bugungi kunning dolzarb vazifalaridan biridir.

VIDEO O‘YINLARNING KOGNITIV VA INTELLEKTUAL FOYDALARI

Zamonaviy kiber-psixologik tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, to‘g‘ri tanlangan video o‘yinlar insonning kognitiv (bilish) qobiliyatini rivojlantirishda kuchli stimulyator bo‘lishi mumkin. Xususan, 3D formatidagi murakkab strategiya va kvest (quest) janridagi o‘yinlar bosh miyaning fazoviy fikrlash, vizual diqqat va xotira uchun javobgar qismlarini faollashtiradi. O‘yin jarayonida geymer soniyaning kichik qismlarida ko‘plab ma‘lumotlarni qayta ishlashi va kutilmagan to‘siqlarga qarshi tezkor hamda mantiqiy qaror qabul qilishi talab etiladi. Bu esa real hayotdagi nostandart vaziyatlarda ham tez va to‘g‘ri yo‘l topish ko‘nikmasini shakllantiradi.

Bundan tashqari, ko‘p foydalanuvchili onlayn o‘yinlar (MMORPG) jamoada ishlash va yetakchilik (leadership) qobiliyatlarini o‘stiradi. Turli davlatlardagi o‘yinchilar bilan muloqot qilish ehtiyoji yoshlarning xorijiy tillarni, xususan, ingliz tilini amaliy tarzda o‘rganishlariga turtki beradi. Shuningdek, so‘nggi yillarda ta‘lim tizimiga "gemifikatsiya" (gamification) elementlarining olib

kirilishi murakkab fanlarni virtual o‘yin shaklida qiziqarli va oson o‘zlashtirish imkonini taqdim etmoqda.

VIRTUAL OLAMNING IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK XAVFLARI VA ZARARLARI

Ijobiy jihatlari qaramay, video o‘yinlarning nazoratsiz va me‘yordan ortiq iste‘moli shaxs inqiroziga hamda jiddiy tibbiy-psixologik muammolarga olib kelishi shubhasizdir. Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti (JSST) tomonidan "o‘yinga qaramlik" (gaming disorder) rasman ruhiy kasalliklar ro‘yxatiga kiritilgani bejiz emas. Kuniga bir necha soatlab kompyuter yoki telefon ekraniga bog‘lanib qolish inson markaziy asab tizimining charchashiga, surunkali uyqusizlikka va asabiylashishga sabab bo‘ladi.

Eng xavfli jihati — bu ijtimoiy izolyatsiya, ya‘ni shaxsning real hayotdan va jamiyatdan uzilib qolishidir. Virtual dunyodagi oson erishiladigan "g‘alabalar" va "yutuqlar"ga o‘rgangan o‘smir real hayotning qiyinchiliklari, o‘qish va mehnat jarayonlaridan qochishni boshlaydi. Shuningdek, shafqatsizlik va zo‘ravonlik elementlari mavjud bo‘lgan (action, shooter) o‘yinlar yosh avlod ongida agressiv xulqatvorni shakllantirishi, ularni real hayotdagi og‘riq va zo‘ravonlikka nisbatan befarq (desensitization) qilib qo‘yishi pedagogik nuqtayi nazardan eng katta xavflardan biridir. Jismoniy tomondan esa, kamharakatlik oqibatida semirish, umurtqa pog‘onasining qiyshayishi (skolioz) va ko‘rish qobiliyatining pasayishi kabi kasalliklar yuzaga keladi.

XULOSA

Xulosa o‘rnida aytish mumkinki, video o‘yinlar tabiatan mutloq yomonlik yoki mutloq yaxshilik emas. Ular mohiyatan pichoqqa o‘xshaydi: pichoqdan mohir jarroh qo‘lida hayotni saqlab qolish uchun foydalanilsa, jinoyatchi qo‘lida u qurolga aylanadi. Video o‘yinlar ham me‘yor, vaqt va to‘g‘ri janr tanlanganda intellektni charxlovchi samarali vosita bo‘la oladi, biroq nazoratsiz qoldirilganda shaxs kelajagini barbod qiluvchi qudratli psixologik qaramlikka aylanadi.

Yangi O‘zbekistonda intellektual va jismoniy barkamol avlodni tarbiyalash jarayonida geyming madaniyatini taqiqlash orqali emas, balki uni to‘g‘ri yo‘naltirish orqali boshqarish lozim. Oilada otaonalar tomonidan "raqamli gigiyena" qoidalariga rioya etilishi, ta‘lim muassasalarida esa yoshlarni kibersportning foydali va intellektual turlariga tizimli jalb qilish orqali ushbu texnologik trendning zararini kamaytirib, foydasini jamiyat taraqqiyoti yo‘lida safarbar etishimiz mumkin.

Adabiyotlar, References, Литературы:

1. Green, C. S., & Bavelier, D. (2012). *Learning, attentional control, and action video games*. *Current Biology*, 22(6).
2. Jahon sog‘liqni saqlash tashkiloti (JSST). *Xalqaro kasalliklar klassifikatsiyasi (ICD-11)*: Gaming disorder moddasi.
3. Gadoev, A. A. (2023). *Axborotlashgan jamiyatda yoshlar psixologiyasi va raqamli qaramlik muammolari*. Toshkent: Fan va texnologiyalar.
4. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining "Kibersport turlarini yanada rivojlantirish va keng ommalashtirishga doir chora-tadbirlar to‘g‘risida"gi Qarori.