



"OILA VA GENDER" ILMIY-TADQIQOT INSTITUTI

MARKAZIY OSIYODA JAMIYAT, GENDER VA OILA

xalqaro ilmiy jurnali

*Society, Gender and Family in
Central Asia*
international academic peer reviewed journal

*Общество, гендер и семья в
Центральной Азии*
международный научный рецензируемый журнал

2024/3 (12)

Jurnalga Toshkent shahar Matbuot va axborot boshqarmasining
2021-yil 18-iyundagi 0996-sonli "Ommaviy axborot vositasi davlat ro'yxatidan
o'tkazilganligi to'g'risida guvohnoma"si olingan.

*Jurnal O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasi huzuridagi Oliy attestatsiya
komissiyasining dissertatsiyalar asosiy ilmiy natijalarini chop etish tavsiya etilgan ilmiy
nashrlar RO'YXATI (2019)ga pedagogika, psixologiya, tarix va falsafa fanlari bo'yicha
doktorlik dissertatsiyalari himoyasi uchun ilmiy maqolalar e'lon qilinishi mumkin
bo'lgan jurnal sifatida ro'yxatga olingan.*

DOI: 26739/2118-9998

ISSN 2049-3630

TOSHKENT

TAHRIR HAY'ATI RAISI:

EGAMBERDIYEVA Nodira Melibayevna (*Bosh muharrir*) – *pedagogika fanlari doktori, professor.*

TAHRIR HAY'ATI A'ZOLARI:

NARBAYEVA Tanzila Kamalovna – *sotsiologiya fanlari doktori, professor.*

SAIDOVA Galina Karimovna – *iqtisodiyot fanlari doktori, professor.*

SHOUMAROV G'ayrat Baxramovich – *psixologiya fanlari doktori, professor.*

ABDURAMANOV Xamid Xudaybergenovich (*Bosh muharrir o'rinbosari*) – *iqtisodiyot fanlari doktori, professor.*

BEKMURADOV Adham Sharipovich – *iqtisodiyot fanlari doktori, professor.*

MA'RUFOVA Gulnora Mahmudovna – *Oliy Majlis Senatining Xotin-qizlar va gender tenglik masalalari qo'mitasi a'zosi, senator.*

MUSURMANOVA Aynisa Musurmanovna – *pedagogika fanlari doktori, professor.*

RAHIMOVA Nigina Xayrullayevna – *iqtisodiyot fanlari doktori, professor.*

SAIDOV Akmal Xolmatovich – *yuridik fanlari doktori, professor.*

YAKUBJANOVA Dilobar Batirovna – *pedagogika fanlari doktori, dotsent.*

TASHMUXAMEDOVA Diloram Gafurjanovna – *tibbiyot fanlari nomzodi.*

ZOXIDOV Azamat Azamjonovich – *iqtisodiyot fanlari doktori, professor.*

ZIYAYEV Azamad Xamidovich – *tarix fanlari doktori, professor.*

ABDUSAMATOV Xasanboy Usmonjon o'g'li – *psixologiya fanlari doktori.*

TO'RAQULOV Ulug'bek Xolbutayevich – *pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)*

ПРЕДСЕДАТЕЛЬ РЕДАКЦИОННОЙ КОЛЛЕГИИ:

Эгамбердиева Нодира Мелибаевна (*Главный редактор*) – *доктор педагогических наук, профессор.*

ЧЛЕНЫ РЕДАКЦИОННОЙ КОЛЛЕГИИ:

Нарбаева Танзила Камаловна – *доктор социологических наук, профессор.*

Сандова Галина Каримовна – *доктор экономических наук, профессор.*

Шоумаров Гайрат Бахрамович – *доктор психологических наук, профессор.*

Абдураманов Хамид Худайbergenovich (*Заместитель главного редактора*) – *доктор экономических наук, профессор.*

Бекмуратов Адхам Шарипович – *доктор экономических наук, профессор.*

Маъруфова Гулнора Махмудовна – *сенатор, член Комитета Сената Олий Мажлиси по вопросам женщин и гендерного равенства.*

Мусурманова Айниса Мусурмановна – *доктор педагогических наук, профессор.*

Рахимова Нигина Хайруллаевна – *доктор экономических наук, профессор.*

Сандов Акмал Холматович – *доктор юридических наук, профессор.*

Якубжанова Дилобар Батировна – *доктор педагогических наук, доцент.*

Ташмухамедова Дилорам Гафуржановна – *кандидат медицинских наук.*

Зохилов Азамат Азамjonovich – *доктор экономических наук, профессор.*

Зияев Азамат Хамидович – *доктор исторических наук, профессор.*

Абдусаматов Хасанбой Усмонjon угли – *доктор психологических наук.*

Туракулов Улугбек Холбутаевич – *доктор философии педагогических наук (PhD)*

THE CHAIRMAN OF THE EDITORIAL BOARD:

Egamberdiyeva Nodira Melibayevna
(*Editor-in-Chief*) – *Doctor of Pedagogical sciences, Professor.*

MEMBERS OF THE EDITING BOARD:

Narbayeva Tanzila Kamalovna – *Doctor of Sociological sciences, Professor.*

Saidova Galina Karimovna – *Doctor of Economic sciences, Professor.*

Shoumarov Ghayrat Bakhramovich – *Doctor of Psychological sciences, Professor.*

Abduramanov Khamid Khudaybergenovich (*Deputy Editor-in-Chief*) – *Doctor of Economic sciences, Professor.*

Bekmuradov Adkham Sharipovich – *Doctor of Economic sciences, Professor.*

Marufova Gulnora Makhmudovna – *Senator, Member of the Senate Committee of the Oliy Majlis on Women and Gender Equality.*

Musurmanova Aynisa Musurmanovna – *Doctor of Pedagogical sciences, Professor.*

Rakhimova Nigina Khayrullayevna – *Doctor of Economic sciences, Professor.*

Saidov Akmal Kholmatovich – *Doctor of Juridical sciences, Professor.*

Yakubjanova Dilobar Batirovna – *Doctor of Pedagogical sciences, Associate Professor.*

Tashmukhammedova Diloram Ghafurjanovna – *Candidate of Medical sciences.*

Zokhidov Azamat Azamjonovich – *Doctor of Economic sciences, Professor.*

Ziyayev Azamad Khamidovich – *Doctor of Historical sciences, Professor.*

Abdusamatov Khasanboy Usmonjon ugli – *Doctor of Psychological Sciences.*

Torakulov Ulugbek Holbutayevich – *Doctor of Philosophy in Pedagogical Sciences (PhD)*

XALQARO TAHRIR HAY'ATI:

Doktor Rashmini Koparkar,
Rossiya va Markaziy Osiyoni o'rganish markazi dotsenti
Xalqaro tadqiqotlar maktabi,
Javoharlal Neru universiteti,
Nyu-Dehli, Hindiston

Artamonova Yekaterina Iosifovna,
Chelyabinsk davlat madaniyat instituti,
pedagogika fanlari doktori, professor

Doktor Priti Kesavan,
Texnologiya fakulteti boshlig'i,
London biznes va moliya maktabi,
Singapur

МЕЖДУНАРОДНАЯ РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ:

Доктор Рашмини Копаркар,
Доцент Центра исследований России и Центральной Азии,
Школа международных исследований,
Университет Джавахарлала Неру,
Нью-Дели, Индия

Артамонова Екатерина Иосифовна,
Челябинский государственный институт культуры,
доктор педагогических наук,
профессор

Доктор Прити Кесаван,
Руководитель Технологического факультета
Лондонская школа бизнеса и финансов, Сингапур

INTERNATIONAL EDITORIAL BOARD:

Dr. Rashmini Koparkar
Assistant Professor
Centre for Russian and Central Asian Studies
School of International Studies
Jawaharlal Nehru University
New Delhi, India

Artamonova Yekaterina Iosifovna
Chelyabinsk State Institute of Culture
Doctor of Pedagogical Sciences,
Professor

Dr. Preethi Kesavan
Head, School of Technology
London School of Business and Finance, Singapore

MENEJMENT

Иноятова С.Р. Сравнительный анализ эффективности тренинговой программы по усовершенствованию профессионально-важных качеств у лидеров молодежи.....	4
--	---

SOTSILOGIYA

Butayeva X.Y. Yetim va ota-ona qaramog'isiz qolgan bolalarni oilaviy bolalar uyi sharoitiga moslashtirishning sotsiologik xususiyatlari	10
Kadirova Z.A., Gaziyeva S.S. Intellektual migratsiyani tadqiq etishning konseptual asoslari	14
Norboyeva S.M. Talabalarda ma'naviy kompetensiyalarni rivojlantirishda gender tenglik va farqlarni hisobga olishning nazariy asoslari.....	21

OILA VA JAMIYAT

Xatamov B.Q. O'smirlar ijtimoiylashuvda virtual olam vositalaridan foydalanishga qaratilgan kompetensiyaviy yondashuv mezonlari	26
Rahimova M. Oilaga kelinning moslashish jarayonini psixologik jihatdan tadqiq etish	32
Sadullayev Sh. Ayollarda oila-ish balansini ko'rsatkichini shakllantirishning metodologik jihatlari	37

PSIXOLOGIYA

Султанова А.А. Стоит ли замалчивать о проблемах суицида в Узбекистане?	44
Ismaylova R. Oilaviy zo'ravonlikdan jabrlangan shaxslar bilan ishlashda kognitiv xulq-atvor terapiyasi texnikalarining imkoniyatlari	51
Sharapova D.B. 'Housewife syndrome' as a psychological problem	57
Axmedova D.O. Migranlarning yangi sharoitlarga ijtimoiy-psixologik moslashuvining nazariy tahlili	68
Nurbayeva X.U. Gender identifikatsiyaning etnomadaniy xususiyatlari	74

ILMIY YANGILIKLAR VA TAHLILLAR

Ochilova B.M. Ta'lim – gender tengligini ta'minlashda kuchli vosita.....	79
Djoldasova S. Ayollarning biznesdagi huquq va imkoniyatlarini kengaytiruvchi biznes modellar.....	88
Komilova X.T. Xotin-qizlarni ilm-fan taraqqiyotidagi faoliyati mazmuni va tahlil.....	96
Suvankulov M. O'zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasining ichki ishlar organlari va fuqarolarning o'zini o'zi boshqarish organlariga oid normalari tahlili.....	102
Nurdinova Sh. Migratsiyaning feminizatsiyalashuvi va uning iqtisodiy-ijtimoiy ta'siri	108
Nurmatova N.U. Vitagen ta'lim texnologiyasi asosida o'quvchi qizlarning ijtimoiy faolligini rivojlantirish	115



Xatamov Boburjon Qosimjon o'g'li,
Oila va gender ilmiy-tadqiqot instituti tayanch doktoranti
xatamovboburjon@gmail.com

O'SMIRLAR IJTIMOIYLASHUVIDA VIRTUAL OLAM VOSITALARIDAN FOYDALANISHGA QARATILGAN KOMPETENSIYAVIY YONDASHUV MEZONLARI

Annotatsiya. O'smirlik davrida bola qaysi mashg'ulot bilan ko'p shug'ullansa, ulg'ayganda ham shu mashg'ulot bilan shug'ullanish ehtimoli yuqori bo'ladi. Virtual olam vositalaridan to'g'ri foydalanish kompetensiyalarini shakllantirish bugungi jamiyatimiz uchun muhim vazifa bo'lib turibdi. Ushbu maqolada ham mazkur masalalar o'rganilgan va tahlilga tortilgan.

Tayanch so'zlar: virtual olam vositlari, virtual olam vositalaridan to'g'ri foydalanish kompetensiyalari, kibermadaniyat, reja-jadval, ijtimoiylashuv, depressiya, o'smir, erta o'smirlik davri, ijtimoiy agentlar, kiberbulling.

Аннотация. Деятельность, которой ребенок занимается больше всего в подростковом возрасте, с наибольшей вероятностью будет заниматься ею во взрослом возрасте. Формирование компетенций по правильному использованию инструментов виртуального мира сегодня является важной задачей нашего общества. Эти вопросы изучаются и анализируются в данной статье.

Ключевые слова: инструменты виртуального мира, компетенции правильного использования инструментов виртуального мира, киберкультура, график, социализация, депрессия, подросток, ранний подростковый возраст, социальные агенты, кибербуллинг.

Annotation. The activities that a child engages in most during adolescence are the ones most likely to be engaged in as an adult. Formation of competences in the correct use of virtual world tools is an important task for our society today. These issues are studied and analyzed in this article.

Keywords: virtual world tools, competences of correct use of virtual world tools, cyber culture, schedule, socialization, depression, teenager, early adolescence, social agents, cyberbullying.

Kirish. O'smir yoshdagilar ayni shu davrda (o'smirlik davrida) o'ziga xos ijtimoiylashuv bosqichini boshdan kechiradi. Bu jarayonda ota-onalar va ijtimoiy agentlar ularga yordam berishlari va qo'llab-quvvatlashlari lozim. O'smirlik davrida bola qiziqib bajargan mashg'ulotlarni katta bo'lganida ham davom ettirish ehtimoli yuqori bo'ladi, shuning uchun ota-onalar

farzandlarining o'smirlik davridagi mashg'ulotlariga e'tiborli bo'lishlari lozim.

Maqsad va uni asoslash. Ushbu maqolada asosiy maqsad virtual olam vositalaridan "ta'tilga chiqish", "detoks" qilish o'smir kunlarining samaraliroq bo'lishiga xizmat qilishini isbotlashdir. Ijtimoiy tarmoqlar biz sarflagan e'tiborimiz, diqqatimiz hamda vaqtimizning evaziga bepul

faoliyat olib borishadi, aslida, ular tekin emas, ular bizning vaqtimiz evaziga faoliyat yuritishadi. Oilada bola tarbiyasi bilan kamida bir kishi doimiy shug'ullanishi lozim. Bolaning bo'sh vaqtlarini foydali mashg'ulotlar bilan band qilish zarur, bu jarayonda, albatta, bir tarbiyachi mashg'ul bo'lishi kerak. Inson miyasi doim bir mashg'ulot bilan shug'ullanishni istaydi, agar unga foydali mashg'ulot topib bermasak, u har qanday mashg'ulot bilan o'zini ovutishi mumkin.

Ilmiy muammoning tavsifi va yechimi.

O'smirlar o'zlari o'ylaganlaridan ko'proq vaqt virtual olam vositalariga vaqt ajratayotganini bilishmaydi, ya'ni ular hisoblagan vaqt aslidagidan kam bo'lib chiqadi. "Nima? O'sha o'n olti soatga sarflangan quvvat sakkiz soatlik o'qish faoliyatiga salbiy ta'sir qilishi mumkinmi? Unday emas. Aksincha, u ishga sarflanadigan o'sha sakkiz soatning samarasini oshiradi. Odamlar bilishi kerak bo'lgan asosiy narsalardan biri bu – aqliy qobiliyatlar uzluksiz ishlashga qodirligidir; ular qo'limiz yoki oyog'imiz kabi charchab qolmaydi. Ularning uyqudan boshqa paytdagi yagona istagi o'zgarishdir"¹. Virtual olam vositalaridan foydalanish vaqtlarini o'smirlardan so'raganimizda ular aytgan vaqtdan ko'ra 1-2 soat ko'proq foydalanganini ularning mobil telefonlari sozlamalaridagi "foydalanilgan ekran vaqti"ni ko'rish orqali bilib oldik. Bu o'smirlarning virtual olam vositalaridan foydalanishni to'xtatishga irodasi yetishmayotgani, "kamroq vaqt foydalanaman" deb hisoblagani, aslida, ko'proq ekani va hisoblashda adashishlar ko'pligini; o'smirlar tomonidan haqiqiy foydalanish vaqti ma'lumotlarini yashirish holatlari mavjudligini bildiradi. Bunga o'xshash tadqiqotlar oldin ham o'tkazilgan, masalan, "2013-yil Britaniya TV litsenziyalash boshqarmasi televizor tomosha qiluvchilarning odatlari bo'yicha so'rovnoma o'tkazgan. So'rovnoma qatnashgan 25–34 yosh oralig'idagilar haftasiga 15-16 soat televizor ko'rishlarini aytgan. Bu juda ko'pdek tuyulishi mumkin, lekin haqiqiy holat, aslida, undan ham ortiq bo'lib chiqqan. Teleradioeshittirishlar auditoriyasini o'rganish kengashi tegishli xonadonlarga hisoblagichlar o'rnatib chiqdi. Ushbu hisoblagichlar odamlarning aslida qancha vaqt televizor tomosha qilishini xolis qayd etdi. Haftasiga 15 soat TV tomosha qilaman deb o'ylagan

25–34 yoshdagilarning ko'rsatkichi 28 soat bo'lib chiqqan"² edi.

Biz nafaqat virtual olam vositalariga ajratgan vaqtimizni hisoblashda adashamiz, balki boshqa mashg'ulotlarimizga ajratayotgan vaqtni hisoblashda ham adashamiz. Bu adashishlarning oldini olish, vaqtimizni to'g'ri taqsimlash uchun o'smirlar kunlik bajarishni maqsad qilgan ishlari ro'yxatini tuzib, ularga ma'lum vaqtda bajarish cheklovini qo'yish zarur. Miyamiz biror ishni qilishga ma'lum vaqt ajratilgani va u vaqt qisqarayotganini sezib turishi ishimizning samaradorligini ta'minlaydi. Kunni rejali jadval asosida o'tkazish dastlabki kunlarda qiyin. Kunni jadvalda ko'rsatilganidek o'tkaza olmasligingiz mumkin, lekin siz qanchalik jadval asosida vaqtaringizni taqsimlab kun o'tkazishga harakat qilganingiz sari ish kuningizning samaradorligi oshib boradi. Bizning hayotimiz tasodiflarga to'la, bizning kunimiz biz belgilab qo'ygan reja-jadvalimiz asosida o'tmay qolishi ehtimollari mavjud. Shunday holatlarda rejani o'zgartirish, rejadagi va tasodifiy kelgan ishlarning muhimligiga qarab qayta rejalash kerak bo'ladi. Bu sizning rejalannagan va tartiblanmagan kuningizni virtual olam vositlariga sho'ng'ib ketib, ko'plab vaqtingizni yo'qotishingizdan samaraliroq. Hayoti davomida ko'plab muvaffaqiyatlarga erishgan olimlar, mashhur shaxslar ham kunlarini rejalaganini ularning hayot yo'llarini o'qib yoki ko'rib bilib olishingiz mumkin. Masalan, Shayx Muhammad Sodik Muhammad Yusuf hazratlari doim reja-tartib asosida yurishi, Alisher Navoiyning namozini doimo jamoat bilan o'z vaqtida o'qishi, ularning ilmiy faoliyatlariga salbiy emas, aksincha samarali va barakali hissa qo'shganiga tarix guvoh.

Shuningdek, reja-jadval o'z hayotingiz va jamiyatga foydali mashg'ulotlar bilan foydasiz mashg'ulotlarni ajratib olishingizga hamda foydasizlaridan voz kechishingizga yordam beradi. Reja-jadvalingizni buzadigan, siz uchun foydasi rejadagi ishingizdan kamroq bo'lgan ko'plab taklif va iltimoslarga rad javobini berishingiz osonlashadi.

Oramizda, ayniqsa, yoshi katta avlod vakillari yoshlarning virtual olam vositalarga qaramligidan ko'p nolishadi, o'zlarining sokin yoshlik davrlarini ko'p xotirlashadi hamda yoshlarga virtual olam vositalarining turli zararlari haqida isbotlangan-

¹ Arnold Bennet. How to live 24 hours a day. Tashkent: The Gale group, 2002. p. 13.

² Kel Nyuport. Diqqat: chalg'ituvchi dunyoda muvaffaqiyat sirlari. – Toshkent: "Nihol", 2020. – B. 193.

isbotlanmagan turli ma'lumotlarni, nasihatlarini gapirishdan charchashmaydi. Yoshlar esa bunday odamlarni zerikarlilikda, eski, qiziqarsiz hayotda yoshlarni ham yashashga majburlashda, zamonaviy texnologiyalar dushmanligida ayblaydi va zamonaviy texnologiyalar foydalari, qulayliklari haqida faktlarni birin-ketin sanab berishdan charchashmaydi. Ikki toifaning ham to'g'ri va adashgan jabhalari bor. Lekin shuni ta'kidlash lozimki, har qanday foydali narsani me'yorida ortiq iste'mol qilsa, zaharga aylanishi hech gap emas.

AQSh 2021-yilda yoshlarning ruhiy salomatligini himoya qilishga qaratilgan maslahatnoma chiqardi, unda ijtimoiy tarmoqlarning bolalarga ta'sirini o'rganish muhimligi tan olinadi. Virtual olam vositalaridan foydalanadigan yoshlarni virtual olamda "sog'lom ijtimoiylashuvga yordam beradigan ijtimoiy qo'llab-quvvatlash, onlayn suhbatdosh va hissiy yaqinlik uchun imkoniyatlar yaratadigan funksiyalardan samarali foydalanishlariga undash kerak". Virtual olam jamiyatlarining yoshlar uchun foydali taraflari ham bor. O'smirlar qachonki o'zlarini yolg'iz his qilganida, ruhiy tushkunlik paytida depressiyadan chiqishlarida virtual olam vositalarining o'rnini katta. Virtual olam vositalari ularni muammodan chalg'ishga, kayfiyatini biroz va qisqa muddatga bo'lsa-da, ko'tarishga xizmat qiladi. Lekin buning uzoq muddatli maqsad hamda vazifalarni bajarishga salbiy ta'sirlari, diqqat chalg'ishiga sabab bo'lishini ham aytib o'tish lozim. Shuningdek, o'smirlarning ruhiy holati onlayn ijtimoiy munosabatlardan, ayniqsa, ijtimoiy izolyatsiya davrida, depressiyani boshdan kechirganda o'zlariga o'xshash ruhiy holatlarni boshdan kechirgan yoki kechirayotgan onlayn suhbatdoshlar bilan aloqa o'rnatish orqali qiyin davrni yengib o'tish ular uchun foydali bo'lishi mumkin. Virtual olam o'ziga xos munosabat va xulq-atvorni ijtimoiylashtirish uchun katta imkoniyatlar ochib beradi, o'smirlarni boshqalarning fikri va ijtimoiy harakatlariga ergashishga undaydi. Chunonchi, "ijtimoiy pedagogika – ta'lim-tarbiya jarayonida bolaning jamiyatga, ijtimoiy muhitga kirib borishi, qo'shilishi (integratsiyasi) bilan bog'liq hodisalarni o'rganadigan fan. Bolaning jamiyatga "kirish" jarayoni, uning muayyan ijtimoiy tajribani egallashi (bilim, qadriyat, yurish-turish qoidalari

va boshqalar) ijtimoiylashuv deyiladi³. Agar o'smir virtual olamda yaxshi virtual jamiyatlarga qo'shilsa, uning shaxsiy rivojlanishida bu jamiyatlar ijobiy rol o'ynaydi. Masalan, kitobxonlik, zakovat kabi turli intellektual o'yinlar. Sog'lom ijtimoiy harakatlarning onlayn muhokamasi ijobiy oflayn faoliyatni va sog'lom natijalarni rag'batlantirishi yoki mustahkamlashi mumkin.

Virtual olam o'smirlar hayotida o'zlarining ota-onalari yoki tarbiyachilari bilan muhokama qilishga tortingan masalalarda virtual jamiyatlarning foydalari va zararlari ham mavjud. Bunda o'smirlar ma'lumot olayotgan virtual jamiyat a'zolarining axloqi, bilim va tajribasiga ko'p narsa bog'liq. Virtual olam vositalaridan foydalanish, xususiyatiga ko'ra tavsiflanish va tavsiya qilinish, ruxsatlar yoshlarning rivojlanish imkoniyatlariga moslashtirilishi kerak; kattalar uchun yaratilgan dizaynlar bolalar uchun mos kelmasligi mumkin.

Ba'zi funksiyalar (masalan, "yoqdi" tugmasi, turli stiker va emojilar tavsiya etiladigan kontent, cheklanmagan vaqt chegaralari, cheksiz aylantirish) va bildirishnomalar/ogohlantirishlar (masalan, maxfiylik siyosatiga kiritilgan o'zgartirishlar) o'smir foydalanuvchilarning ijtimoiy va kognitiv qobiliyatlariga moslashtirilgan bo'lishi kerak. Masalan, o'smirlarning virtual olamdagi xatti-harakatlari haqida ota-onalari ogohlantiruv xabari olishi, moddiy-tijoriy kelishuvlarda doim ota-ona roziligi olinishi zarur qilib, qayta dasturlanishi kerak. Albatta, mobil dasturlarga kiritiladigan yosh chegarasi borasida o'smir yolg'on ishlatishi mumkin, lekin ota-onasi tomonidan bu nazorat qilinsa, maqsadga muvofiq bo'ladi.

Erta o'smirlik davrida (ya'ni odatda 9–14 yosh) o'smirlarning virtual olam vositalaridan foydalanishini kattalar tomonidan nazorat qilish (kimlar bilan ko'proq xabar almashayotgani, virtual olam kontentlarini doimiy ko'rib chiqish, muhokama qilish va tarbiyalash) tavsiya etiladi; o'smirlarning yoshi va raqamli savodxonlik ko'nikmalari ortishi bilan bolaga asta-sekin erkinlik berib borish mumkin. Ota-onalar shuni yodda tutishlari kerakki, ularning nazorat qilish vazifalari yoshlarning shaxsiy hayotga va qiziqishlarga ega bo'lish huquqlarini cheklamasliklari kerak.

³ Vohidova N., Mirzayeva F. Ijtimoiy pedagogika (darslik). – Toshkent: Nizomiy nomidagi TDPU, 2021. – B. 4.

Erta o'smirlik davrida o'smir miyasi tobora sezgir bo'lib, hissiyotga beriluvchan bo'lib qoladi va o'zini o'zi nazorat qilish bilan bog'liq funksiyalar balog'at yoshiga qadar to'liq rivojlanmaydi. Shu sababli erta o'smirlik davrida ota-onalar tomonidan o'smirning virtual faoliyatiga chegara va foydalanish me'yorlarini o'rnatish uchun juda muhimdir.

Yoshi katta avlod vakillari o'zlarining o'smirlar va undan kichik bolalar oldida virtual olam vositalaridan haddan tashqari ko'p foydalanish holatlarini ham cheklash va nazorat qilishlari kerak bo'ladi. Zero, "Qush inida ko'rganini qiladi" maqoli bejizga aytilmagan. Ota-ona uyda ularni smartfon qarshisida ko'rgan bolaning qiziqishi smartfonlarga, ota-ona qo'lida kitob ko'rgan bola esa kitobga qiziqishi ortadi. Tadqiqotlar natijasi shuni ko'rsatadiki, ijtimoiy agentlarning (tarbiya qiluvchilarning) virtual olam vositalarga munosabati (masalan, o'z farzandlari bilan muloqot paytida foydalanish, ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish orqali shaxsiy muloqotdan chalg'itish) o'smirlarning virtual olam vositalaridan foydalanishiga salbiy ta'sir qilishi mumkin.

Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, virtual olam vositalaridan foydalanish vaqt cheklovlari, kattalar va bolalarning virtual olam vositalaridan foydalanish bo'yicha muhokamasi o'smirlarning shaxsiy, jismoniy va ma'naviy rivojlanishida ijobiy natijasini beradi. Lekin ta'qiqlar, doimiy nazorat o'smirlarning asabiga tegishi, noto'g'ri nazorat qilishlari yoki me'yordan oshib ketishlar ota-onalar va o'smirlar o'rtasida turli ziddiyatlar va tortishuvlarga sabab bo'lishi mumkin. O'tkazgan so'rovnoma davrida o'smirlarning virtual olam vositalaridan foydalanishlari ularning oilaviy munosabatlariga qanchalik ta'sir qilishini o'rganish maqsadida "Virtual olamdan (internet, ijtimoiy tarmoqlar, TV, video o'yinlar) foydalanish oilangiz ahilligiga qanday ta'sir qilmoqda?" savolini berdik. Bu savolga berilgan javoblar: 15,4 foiz respondent "ijobiy, oilaviy munosabatlarimizni mustahkamlayapti" deb; 16,2 foiz respondent "o'zaro oilaviy munosabatlarda yordamchi vosita, xolos" deb; 11,7 foiz respondent "salbiy, o'zaro bir-birimizga kam vaqt ajratishimizga sabab bo'lyapti" deb; 11,2 foiz respondent "juda salbiy, bir-birimiz bilan ziddiyatlarga, tortishuvlarga sabab bo'lmoqda" deb; 14,7 foiz respondent "ham ijobiy ham salbiy ta'sir qilmoqda" deb; 30,8 foiz respondentlar esa

"bilmayman" deb javob berishgan. Bu savolga berilgan variantlarni uch qismga ajratib olsak bo'ladi: virtual olam vositalaridan foydalanish oilaviy ahillikka ijobiy ta'sir ko'rsatyapti – 38,9 foiz; virtual olam vositalaridan foydalanish oilaviy ahillikka salbiy ta'sir ko'rsatmoqda – 30,2 foiz; virtual olam vositalarining oilaviy ahillikka ta'sirini aytishga qiynaladiganlar – 30,8 foiz, deb tavsiflasak bo'ladi. Demak, bu yerda xavf guruhiga 30,2 foiz respondent virtual olam vositalaridan noto'g'ri foydalanishni oilasidagi o'zaro munosabatlarning yomonlashuviga sabab sifatida baholashmoqda.

Ulug' ma'rifatparvar alloma Mahmudxo'ja Behbudiy yoshlarga murajaatnomasida, shunday yozadi: "...ushbu taraqqiy etgan zamonda ilmsiz, ma'rifatsiz, quruq taassub bilan yashab bo'lmaydi. Hozirgi zamonaviy taraqqiyot va rivojlanish shunday kuchli bo'lmoqdaki, ozgina fursat o'tar-o'tmas quruq va chirigan taassublarimizni ildizi bilan qo'porib tashlaydi. Shuning uchun barcha yoshlarimiz bu borada bir narsaga tayanishlari mumkin. Bu narsa ilm-u ma'rifatdir⁴". O'smirlarni virtual olam qaramligidan chiqarishda ilm-fanning o'rni ham muhim. O'smirlarni o'ziga jalb qilayotgan minglab olimlar odamlar e'tiborini o'z dasturiga qaratish uchun ishlayotgan vaqtda sog'lom fikrli olimlar va o'sha korporatsiyada ishlaydigan olimlarning o'zi ham virtual olam vositlarining insonlar, bolalarga zararli ta'sirlarini kamaytirishga harakat qilishlari lozim.

Kattalar hamda virtual olam turlarini ishlab chiquvchilar tomonidan o'smir va undan kichik bo'lgan bolalar ruhiyati uchun zararli bo'lgan kontentlar, xabarlariga ta'qiqlar qo'yilishi, cheklanishi; bunday zararli, noqonuniy kontent tayyorlovchilar qandaydir jazo olishi kerak. Virtual olamda shunday salbiy xabarlarni ko'rgan jamiyatlar uning yanada ko'proq odamlar, bolalarga tarqalmasligi uchun bu xabarni o'chirtirish maqsadida ilova menejerlariga xabar berishlari lozim. Zararli kontentni osongina aniqlash va uning ustuvorligini yoki olib tashlanishini ta'minlash uchun hisobot tuzilmalari yaratilishi kerak.

Virtual olam jamiyatlarida o'smirlarning kiberbulling, kiberzo'ravonlik, kiberfiribgarliklarga uchrash holatlari yildan yilga ortib bormoqda. Bu turli texnikaviy imkoniyatlarning paydo bo'lishi bilan birgalikda yangi kiberfiribgarlik usullari

⁴ "Oyna" jurnali, 1914-yil, 41-son. – Samarqand. – B. 971.

va kiberjinoyatchilar sonining ortishi bilan oshib bormoqda. Virtual olamdagi kiberjinoyatchilik turli hiylalar bilan o'z tuzoqlariga kiberimunitet hosil qilgan kattalardan ko'ra yoshlar va qariyalarni ovlash ular uchun ancha osonroq. Kiberfiribgarlik qurboni bo'lgan o'smir bu haqida ota-onaga xabar berishdan qo'rqadi. Ota-onasi o'smirning o'zini ham jazolashi mumkinligi ko'pchilik holatlarda o'smirning kiberjinoyatchi haqida ota-onaga xabar berishidan to'xtatib qoladi. Ba'zan ota-onasiga bu haqida yolg'on ishlatadi. Aldanganini jamiyatdan sir tutishi jamiyat oldida obro'sini saqlash usuli sifatida ko'riladi. Axir qaysi o'smir jamiyatdagi tengdoshlari orasida aldab ketilgan sodda, go'l rolda ko'rinish bergisi keladi?!

O'smirlar muntazam ravishda virtual olam vositalaridagi foydalanadigan kontentlar hamda vaqtni o'zlari tez-tez nazorat qilib turishlari kerak, bu ularning kundalik majburiyatlari va reja-vazifalari bajarilishini samarali qiladi.

Virtual olam vositalaridan foydalanishdagi nokompetentlikni quyidagilarda ko'rish mumkin: o'smirlar virtual olam vositalari o'zining hayoti uchun zarari ko'payib ketayotganini bilib, undan foydalanishni to'xtatish yoki keskin kamaytirishni xohlasa ham, bunga uning irodasi yetmayotgani; virtual olam vositalaridan foydalanish uning kundalik majburiyat va vazifalarini bajarishga xalaqit berayotgani; oilaviy munosabatlarda virtual olam vositalaridan ko'p foydalanishi yuzasidan ziddiyatlar va tortishuvlar bo'lib turishi; virtual olamdan foydalanish o'smirning bajarayotgan ish va ta'lim olishidan ko'p chalg'ishiga sabab bo'layotgani; virtual olamdagi faoliyati haqiqiy hayotdagi muammolar va majburiyatlarini unutishga, natijada o'z oldida turgan vazifalarni bajarilmasligiga sabab bo'lyotgani; virtual olam vositalaridan foydalanish vaqti va holati haqidagi savollarga yolg'on javob berishi yoki u yerdagi faoliyatini yaqinlaridan berkitishi; haqiqiy hayotdagi ijtimoiy munosabatlardagi muvaffaqiyatsizliklarini virtual olamdagi munosabatlarga almashtirishga, baxtni virtual olam jamiyatlaridan qidirishga harakat qilishi kabilar.

O'smirlarning uyqusi va jismoniy faoliyatiga xalaqit bermaslik uchun virtual olam vositalaridan foydalanish cheklangan bo'lishi kerak. Ko'pchilik olimlar o'smir har kecha 22:00 dan 03:00 lar oralig'ida, albatta, uyquda bo'lishi shartligini

va muntazam ravishda uyquga yotish hamda uyqudan uyg'onish vaqtini bir tartibda ushlashni tavsiya qiladi. Ilmiy tadqiqotlar xulosalari shuni ko'rsatadiki, ayniqsa, uyquga yotishdan avvalgi bir soat ichida texnologiyadan foydalanish, xususan, ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish uyqu buzilishi bilan bog'liq. Uyquning yetarli emasligi o'smirlar miyasida nevrologik rivojlanishning buzilishi oqibatida o'smirlarning hissiy faoliyati va o'z joniga qasd qilish xavfi oshadi.

O'smirlarning ijtimoiy tarmoqlardan foydalanishi ham o'smirlarning jismoniy faollik va jismoniy mashqlar qilish imkoniyatlariga xalaqit bermasligi yoki kamaytirmasligi kerak. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, jismoniy faollik ham jismoniy, ham ruhiy salomatlik uchun zarurdir (ya'ni depressiyaning past darajasi).

O'smirlar, ayniqsa, go'zallik yoki tashqi ko'rinish bilan bog'liq kontent atrofida o'zaro taqqoslash uchun ijtimoiy tarmoqlardan foydalanishini cheklash kerak. Ma'lumki, o'zini va boshqalarning tashqi ko'rinishlarini taqqoslash uchun ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish qiz bolalarda ko'proq uchraydigan holat. Ko'p holatlarda qizlar joylagan surat va videolar yigitlar tomonidan "yoqdi" kabi munosabatlar bilan mukofotlanadi. Endi o'z suratini ijtimoiy tarmoqqa joylagan qiz o'zining va dugonalarining suratlariga qancha "yoqdi" belgilari yig'ganini, qanday izohlar qoldirilganini taqqoslashi tabiiy. Bu nafaqat rasm, videolar, balki qo'yilgan har qanday postga nisbatan ham aytilishi mumkin. Bu esa kamroq munosabat yig'gan o'smirning ruhiyatiga salbiy ta'sir qilishi mumkin. Ko'p munosabat yig'gan akkaunt egasi esa kundan kunga odamlarning munosabatlariga o'zida ehtiyoj sezishi va yangi rasmlari orqali yangi "yoqdi"lar yig'ish quliga aylanib qoladi.

O'smirlarning virtual olam vositalaridan oqilona foydalanish bo'yicha kibermadaniyatga oid darslar, ko'rgazma va ma'lumotlar berish orqali o'smirda virtual olam vositalaridan foydalanish kompetensiyalarini shakllantrish lozim. Rivojlanayotgan ilm-fan onlayn meta olamlardagi insonlarning faoliyatiga oid ko'proq tadqiqotlar olib borishni talab etadi.

Yakuniy qism. O'smirda shakllanishi kerak bo'lgan virtual olam vositalaridan foydalanish kompetensiyalariga maqolaning yuqorisida aytilgan fikrlarni umumlashtirib quyidagilarni aytib

o'tish lozim: virtual olamdan qabul qilinayotgan har qanday ma'lumotni tanqidiy fikrlash usuli yordamida tahlil qilish; ma'lumotlarni tekshirish; ma'lumot tarqatayotgan profil egasi shaxsiyati haqida ko'proq ma'lumot bilishga harakat qilish; yolg'on, firibgarlik bilan bog'liq xabar yuboruvchilar qo'llaydigan taktikalarni bilish; xabarlar ostiga izoh yozishda boshqalarning fikrini hurmat qilish, tolerant munosabatda bo'lish, barcha odamlarni "ma'lum bir qolipda fikrlaydi" deb bir aybni barcha odamlar yoki ularning millati, tili, dini, jinsiga qarab diskriminatsiya qilishdan ehtiyot bo'lish; virtual olamdagi ishlatayotgan so'zlarni xuddi haqiqiy hayotda amal qiladigan muomala etikasiga rioya qilgan holda tanlab ishlatish; ijtimoiy taqqoslashlardan uzoqroq turish; muammoli ijtimoiy mediadan foydalanish sog'lom onlayn

munosabatlarni qanday qurish; turli guruhlarining manipulyativ xabarlaridan ehtiyot bo'lish; virtual olamga kirishdan oldin maqsadni aniqlab, uni bajarishga aniq bir vaqtni belgilab olish hamda vaqt tugagandan so'ng darhol virtual olamni tark etish; virtual olamdagi nizoli vaziyatlardan uzoqroq turish, nizoli vaziyatlardan chiqishga harakat qilish; virtual olamdagi barcha tanqidlarga ham jiddiy munosabatda bo'lmaslik; virtual olamning shaxs rivojlanishiga yordam beradigan kontentlaridan foydalanishga targ'ib qilish zarur. Masalan, onlayn darslar, videodarslar, masofaviy onlayn kasblar bilan shug'ullanish kabi. Yuqorida aytilgan tavsiyalarni bajarish oson bo'lmaydi lekin virtual olam vositalaridan surunkali foydalanish oqibatida undan keladigan zararlarning oqibatlari bilan kurashgandan ko'ra ularning oldini olgan afzal.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Arnold Bennet. How to live 24 hours a day. Toshkent: The Gale group, 2002. p. 13.
2. Kel Nyuport. "Diqqat: chalg'ituvchi dunyoda muvaffaqiyat sirlari. –Toshkent: "Nihol", 2020.
3. Vohidova N., Mirzayeva F. Ijtimoiy pedagogika (darslik). –Toshkent: Nizomiy nomidagi TDPU, 2021. –B. 4.
4. "Oyna" jurnali, 1914-yil, 41-son. – Samarqand. – B. 971.
5. Бегматова Дилноза. Оилада ёшларнинг касбий ижтимоийлашувини таъминлашнинг педагогик шарт-шароитлари. Пед. фан. бўйича фалс. док. ... дисс. – 201 б.

MUASSIS:

“Oila va gender” ilmiy-tadqiqot instituti

JURNAL TAHRIRIYATI:

Bosh muharrir: **Egamberdiyeva N.**
Bosh muharrir o‘rinbosari: **Musurmanova A.**
Mas’ul kotib: **Mavlonov B.**
Muharrirlar: **Yunusov U., Nomozova O’.,**
Razzakova N., Sobirova E.,
Jabborov U.
Sahifalovchi: **Umaraliyev Z.**
Dizaynerlar: **Abdullayev L., Sobirov F.**
Web dizaynerlar: **Yakubov O., Alimova Z.**

*Jurnaldagi materiallardan foydalanilganda mualliflik huquqini e’tiborga olgan
holda jurnalga havola berilishi shart.*

*Jurnalga kiritilgan maqola materiallari mazmuni mualliflarning shaxsiy
ilmiy-nazariy yondashuvi va qarashi sifatida talqin qilinadi.*



1940

Nashriyot ro‘yxat raqami № 1043191. 24.09.2021-y.

Bosishga ruxsat etildi: 29.07.2024.

“Times New Roman” garniturası. Qog‘oz bichimi: 60x84 1/8

Nashriyot bosma tabog‘i 7,2.

100000, Toshkent shahri, Mirzo Ulug‘bek tumani,
M.Ismoilıy ko‘chasi 1-G uy.

