

## TALABALARDA NAMOYON BO'LADIGAN VIRTUAL QARAMLIKNING NAZARIY ASOSLARI

Madraximova Shoiri Amanbayevna

Urganch davlat universiteti Psixologiya(faoliyat turlari bo'yicha)

1-bosqich magistranti

**Annotatsiya:** Ushbu maqola talabalarda namoyon bo'ladigan virtual qaramlikning psixologik asoslari mavzusiga bag'ishlangan. Maqolada talabalarda virtual qaramlikning psixologik oqimini oshirish, ularga qulayliklar va imkoniyatlar yaratish, o'qitish jarayonini o'rganish va o'quv natijalarini oshirishga qaratilgan ilmiy asoslar bilan ko'rsatadi

**Kalit so'zlar:** talabalar, virtual qaramlik, psixologik asoslar, o'qitish jarayoni, o'quv natijalari, imkoniyatlar, oqim.

## ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ВИРТУАЛЬНОЙ ЗАВИСИМОСТИ, ПРОЯВЛЯЮЩЕЙСЯ У СТУДЕНТОВ

**Аннотация:** Эта статья посвящена теме психологических основ виртуальной зависимости, проявляющейся у студентов. В статье показано увеличение психологического потока виртуальной зависимости у студентов, предоставление им удобств и возможностей с научным обоснованием, направленным на изучение процесса обучения и улучшение результатов обучения

**Ключевые слова:** студенты, виртуальная зависимость, психологические основы, процесс обучения, результаты обучения, возможности, поток.

## THEORETICAL FOUNDATIONS OF VIRTUAL DEPENDENCE MANIFESTED IN STUDENTS

**Annotation:** This article is devoted to the topic of the psychological foundations of virtual dependence, which are manifested in students. The article shows students with scientific foundations aimed at increasing the psychological flow of virtual dependence, providing them with facilities and opportunities, studying the teaching process and increasing educational results

**Keywords:** students, virtual dependence, psychological foundations, learning process, learning outcomes, opportunities, flow.

## KIRISH

O'quv jarayonida o'zgarishlar, texnologiyalarning rivojlanishi bilan birga, talabalarning oqish uslublari va o'rganganlarini baholash ko'rsatkichlarini oshirishga intilish kelmoqda. Virtual qaramliklar bu o'zgarishlarning muhim qismi bo'lib, talabalarning o'qish jarayonini o'zgartirishda katta ahamiyatga ega. Bu maqolada

talabalarda namoyon bo'ladigan virtual qaramlikning psixologik asoslari o'rganib, ularga qulayliklar va imkoniyatlar yaratishda qanday ta'sir qilishi, o'qitish jarayonini qanday o'zgartirishi mumkinligi va o'quv natijalarini oshirishda qanday rol o'ynashi katta e'tibor qaratiladi.

Oxirgi 5 yil ichida internet foydalanuvchilari 50 mln kishiga yetgan. 2019 yilda 4,1 % odamlar internetdan foydalanish imkoniyatiga ega bo'lishgan. Bu statistikalar o'z navbatida bugungi kunda internet tarmog'ini jadal rivojlanib borayotganligini bildiradi. Uyali telefonlar hayotimizga shu qadar jadallik bilan kirib kelganki, u siz bir kunimizni hatto tasavvur qilishimiz qiyindir. Biz ish faoliyatimizdada, turli xil bazm va tadbirlarda xattoki o'quv jarayonlarida ayniqsa talabalarda o'quv jarayonlarida mukkasidan ketib foydalanayotganligini guvohi bo'lishimiz tabiiy holga aylanib bormoqda. Talabalarda namoyon bo'ladigan virtual qaramlikning psixologik asoslarini o'rganish hozirgi globallashuv davrining mavzu. Virtual qaramlik, kompyuter yoki smartfon orqali o'qituvchi va talabalar o'rtasidagi uzluksiz aloqani ta'minlaydigan bir qator kommunikatsiya vositalarini o'z ichiga oladi. Bu tarz o'qish usullari va o'qitish texnologiyalari o'zining o'ziga xos psixologik ta'sirga ega bo'lishi mumkin. Qaramliklar odatda qonunlar tomonidan belgilanadi. Qonunlar va huquqiy hujjatlar to'plamida ma'lum bir mavzuga oid tartibni cheklovchi qoidalarni, jazo va mukofotlarni shaxslarning va tashkilotlarning huquqiy himoyalanganligi yoki boshqa huquqiy muammolarni belgilaydi. Qaramlik bu insonning barcha say harakatlarini o'zi qaram bo'lgan obyektga erishish uchun yo'naltirish holatidir. Bu holatda insonlar o'z irodalarini va vaziyatni sog'lom baholash qobiliyatini yo'qotganday bo'ladilar. Qaram bo'lgan insonlar o'zaro aloqalari va yqainlari bilan teng ravishda ba'zan esa hatto undan ko'ra ko'proq aziyat chekishadi.

Internetga qaramlik: internetdan foydalanishga bo'lgan xulq-atvor buzuqlik istagi va undan ortiqcha foydalanishni ifodalaydi. Internetga qaramlik tibbiy jihatdan aniqlangan ruhiy kasallik emas, ammo video o'yinlarga qaramlik va onlayn qimor o'yinlariga qaramlikni o'z ichiga oladi. Internetga qaramlikning turli turlari mavjud, masalan, obsesif veb-surfing, virtual muloqotga va virtual tanishlarga qaramlik, o'yinlarga qaramlik, moliyaviy ehtiyojga qaramlik, kino ko'rishga qaramlik kabi.

Shifokorlar internetga qaramlikni tan olishda kompyuterda vaqt o'tkazishga g'ayritabiiy bog'liqligini tan olishadi. Internetga qaramlikning tasnifi, sabablari va belgilari mavjud. Internetga qaramlikning psixologik diagnostikasi uchun bir qator anketalarning oldini olish usullari ham mavjud.

Virtual qaramlikning psixologik asoslari quyidagilarni o'z ichiga oladi:

Aloqaga kirishning osonligi: Virtual qaramlik, talabalarga o'z vaqtlarida va joylarida o'rganish imkonini beradi. Bu, o'qituvchilar va talabalar o'rtasidagi aloqani osonlashtiradi va o'rgangan materialni o'zlashtirishga imkon beradi.

Ko'rsatuvchanlik: Virtual qaramlikni ishlatish, o'qituvchilarga o'quvchilar bilan birga o'zlashtirish, ma'lumotlarni vizualizatsiya qilish, interaktiv darslar tashkil qilish kabi ko'rsatuvchanlik imkoniyatlarini beradi. Bu talabalarning o'rganish jarayonini qiziqarliroq qilishi mumkin. Individual o'rganish: Virtual qaramlik, talabalarga bireysel ravishda o'rganish imkonini ta'minlaydi. O'qituvchilar talabalarning o'zlashtirish darajasini va

o'rganishning ulkanligini baho bilan baholashlari va bireysel yo'nalishlarga qarab yordam berishi mumkin.

Aloqa va ijtimoiy aloqa: Virtual qaramlik, talabalarining o'qituvchilar bilan, o'quvchilar bilan va boshqa talabalar bilan aloqalarini ta'minlaydi. Bu ijtimoiy aloqalarni o'zlashtirish va o'rganishda boshqa talabalar bilan ham fikrlar almashish imkonini beradi.

Qulaylik va erkinlik: Virtual qaramlik, o'qituvchilar va talabalar uchun vaqt va joyning erkinligini beradi. Bu o'qitish va o'rganishning qulay va moslashtirilgan rejimini ta'minlaydi. Bunday psixologik asoslar virtual qaramlikning o'qitish jarayonini o'zgartirishi, talabalarining motivatsiyasini oshirishi, o'rganishni qiziqishga aylantirishi va aloqalarini kuchaytirishi mumkin. Bunda esa o'qituvchilar va talabalar o'rtasidagi tajribalar va o'rgangan materialni yaxshilash imkoniyatlari mavjud. Psixologik asoslar va virtual qaramlik (virtual reality) o'rtasidagi bog'lanishni o'rganish juda muhimdir. Virtual qaramlik, real dunyoga o'xshash yaratilgan virtual muhit orqali insonlarga interaktiv tajriba imkonini beradi. Bu muhitda insonlar o'ziga xos virtual dunyoda harakat qilib, obyektlarni ko'rish, ular bilan muloqot qilish va turli asosiy tajribalarni yasashadi.

Psixologiya va virtual qaramlik o'rtasidagi bog'lanishning bir necha yo'nalishlari mavjud:

Davolash va terapiya: Virtual qaramlik, psixologik davolash va terapiyada foydalanish uchun keng qo'llaniladi. Misol uchun, klinik fobi, traumalar, aniq turdagi xursandlik va ko'plab boshqa xayollar orqali insonlar virtual dunyoda o'zining qo'rqulariga duch kelish, ular bilan muloqot qilish va ularni bartaraf qilish imkoniyatiga ega bo'ladi.

Davr-baza psixologik tadqiqotlar: Virtual qaramlik, psixologik tadqiqotlarni amalga oshirishda da foydalaniladi. Virtual muhit orqali o'zgaruvchan tajribalar yaratiladi va ularning insonlar ustida bo'ladigan ta'sirini o'rganish uchun foydalaniladi. Bu, o'zgaruvchan muhitda harakat qilish, stressga duch kelish, g'alaba qilish, o'z-o'zini bartaraf qilish va boshqa psixologik jarayonlarni o'rganish imkonini beradi.

Sotsial psixologiya: Virtual qaramlik, sotsial psixologiyada ham muhim ahamiyatga ega. U insonlarning o'zaro aloqalarini, guruhlar orasidagi munosabatlarini, tarzlarini va xarakterlarini o'rganish imkonini beradi. Virtual muhit, sotsial tajribalarni yaratish, interaktiv muloqotlar va ko'z yoshini oshirishni o'rgatish uchun keng qo'llaniladi.

O'quv va tarbiya: Virtual qaramlik, o'quv muhitini kuchaytirishda ham foydalaniladi. Virtual o'qish markazlari, sinflar, laboratoriyalar va tadqiqotlar o'rishlarini yaratishda va o'quvchilarga interaktiv tajribalar taqdim qilishda foydalaniladi. Bu, o'quvchilarning tanqid qilish, maslahat berish, amaliyotlarni bajarish va sa'y-sarflarni o'rganish imkonini beradi.

Virtual qaramlik va psixologik asoslar o'rtasidagi bog'lanishga oid tadqiqotlar va rivojlanishlar hozirgi kunda davom etmoqda. Bu sohada qo'llanadigan texnologiyalar va tajribalar o'z-o'zini rivojlantirish bilan, insonlarga psixologik yordam berish, o'quv muhitini kuchaytirish va o'zgaruvchan tajribalar yaratish uchun keng imkoniyatlarni o'tkazib beradi. Biroq, virtual qaramlikning cheklovlarini tushuntirish va tegishli etik qoidalarni amalga oshirish juda muhimdir, chunki u insonlarning ma'lumotlari va hissiyotlarini o'z ichiga oladi.

Xulosa: Virtual qaramliklar talabalarda namoyon bo'lishida katta ahamiyatga ega bo'lib, ularga qulayliklar va imkoniyatlar yaratishda o'qitish jarayonini o'zgartirishda katta

rol o'ynaydi. Ushbu maqolada talabalarda namoyon bo'ladigan virtual qaramlikning psixologik asoslari nazariyalari berib o'tilgan. Turli xil o'quv markazlari va o'qituvchilar virtual qaramliklardan foydalanishda talabalar uchun qulayliklar va o'zlashtirishning psixologik jihatlarini tushuntirishlari kerak. Ushbu maqolada talabalarning o'qish motivatsiyasini oshirish, o'qitish jarayonini yaxshilash va o'quv natijalarini oshirishda virtual qaramlikni bartaraf etishga oid bilimlardan foydalanishning muhimligini ko'rsatadi.

#### FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Ботвин И. В. Интернет-зависимость как фактор преступного поведения несовершеннолетних // Барнаульский Юридический институт МВД России — 2017.
2. Городишенина В. Л. Особенности формирования Osobennosti formirovaniya Интернет-зависимость у студентов // ВГУ имени П. М. Машерова. — 2017.
3. Пан А.С.. Укрощение цифровой обезьяны, 2000 экз, М.: АСТ, 2014. ISBN 978-5-17-081642-2.