

O‘SMIRLARDA TAVAKKALCHILIK BILAN BOG‘LIQ ONLAYN QIMOR O‘YINLARIGA MOYILLIGINI OLDINI OLISHDA OILANI O‘RNI

Andijon davlat pedagogika instituti
Pedagogika va psixologiya kafedrası
(PhD) dotsent U.T.Shobduraximova

<https://doi.org/10.5281/zenodo.19351040>

Annotatsiya: *ushbu o‘smirlarda tavakkalchilik bilan bog‘liq onlayn qimor o‘yinlariga moyilligini oldini olishda oilani o‘rni yoritilgan. Shuningdek, o‘smirlik davrida onlayn qimor o‘yinlariga tobeklik shakllanishi va uni oldini olishda oilaning ahamiyati bayon qilingan.*

Kalit so‘zlar: *onlayn qimor o‘yinlari, tavakkalchilik xulqi, oila, o‘smirlik psixologiyasi, qaramlik, kognitiv buzilishlar, emotsional regulatsiya, ijtimoiy izolyatsiya, psixologik va kognitiv rivojlanish, komorbidlik.*

Аннотация: *В статье подчеркивается роль семьи в предотвращении развития у подростков склонности к рискованным азартным играм в интернете. Также описывается важность семьи в развитии и профилактике зависимости от азартных игр в интернете в подростковом возрасте.*

Ключевые слова: *азартные игры в интернете, рискованное поведение, семья, подростковая психология, зависимость, когнитивные расстройства, эмоциональная регуляция, социальная изоляция, психологическое и когнитивное развитие, коморбидность.*

Abstract: *The role of the family in preventing adolescents from developing a tendency to engage in risky online gambling is highlighted. The importance of the family in the development and prevention of online gambling addiction during adolescence is also described.*

Key words: *online gambling, risk-taking behavior, family, adolescent psychology, addiction, cog*

nitive disorders, emotional regulation, social isolation, psychological and cognitive development, comorbidity.

Zamonaviy texnologiyalar va raqamli axborot vositalarining keng tarqalishi natijasida o‘smirlarning kundalik hayoti sezilarli darajada o‘zgarib bormoqda. Internetga kirish imkoniyatining ortishi bilan yosh avlodning bo‘sh vaqtini o‘tkazish shakllari ham yangi yo‘nalishda rivojlanmoqda. Ijtimoiy tarmoqlar, virtual o‘yinlar va onlayn qimor o‘yinlari bugungi kunda o‘smirlarning asosiy qiziqish ob’ektlaridan biriga aylanmoqda. Bu jarayon nafaqat ularning bo‘sh vaqtini qanday o‘tkazishini belgilaydi, balki psixologik, emotsional va ijtimoiy rivojlanishiga ham muhim ta’sir ko‘rsatmoqda.

Ayniqsa, tavakkalchilikka asoslangan o‘yinlar o‘smirlar orasida tezda ommalashib, ularning qimor o‘yinlariga qaram bo‘lib qolish ehtimolini oshiradi. O‘smirlik davri shaxsning shakllanish jarayonida eng muhim bosqichlardan biri bo‘lib, bu yoshda insonning hayotga, jamiyatga va o‘z imkoniyatlariga bo‘lgan qarashlari shakllanadi. Shu bilan birga, bu davrda o‘z-o‘zini anglash, xavf-xatarni baholash va qaror qabul qilish qobiliyatlari hali to‘liq rivojlanmagan bo‘ladi. Natijada, qisqa muddatli zavq va qiziqish hissi ularning uzoq muddatli oqibatlarni hisobga olmasdan, impulsiv qarorlar qabul qilishiga sabab bo‘lishi mumkin.

Qimor o‘yinlariga qaramlikning shakllanishida bu omil asosiy psixologik sabablaridan biri hisoblanadi. O‘smirlar ko‘pincha tavakkal qilish orqali o‘zlarini sinab ko‘rishga, omad va imkoniyatlar chegaralarini tekshirishga harakat qiladilar. Ba’zi hollarda bu tabiiy qiziqish bo‘lsa-da, ba’zida esa chuqurroq psixologik ehtiyojlarning natijasi sifatida namoyon bo‘ladi. Xususan, o‘ziga bo‘lgan ishonchi past, ijtimoiy bosim ostida qolgan yoki oila tomonidan etarlicha qo‘llab-

quvvatlanmagan o‘smirlar qimor o‘yinlarini qochish vositasi sifatida ko‘radilar. Ular ushbu o‘yinlar orqali hayotda yo‘qotgan nazorat hissini qayta tiklashga yoki qisqa muddatli muvaffaqiyat hissidan zavqlanishga harakat qiladilar.

Shuningdek, qimor o‘yinlariga qaramlikning shakllanishiga o‘smirning shaxsiy-psixologik xususiyatlari ham ta’sir ko‘rsatadi. Impulsiv shaxslar o‘zlarini nazorat qilishda qiyinchiliklarga duch keladilar, natijada tezkor va puxta o‘ylamasdan qaror qabul qilishga moyil bo‘ladilar. Emotsional beqarorlik va stress darajasi yuqori bo‘lgan o‘smirlar qimor o‘yinlari orqali o‘zlarini vaqtincha taskin topgandek his qilishlari mumkin. Ba’zan bu jarayon ularning tashqi dunyodagi muammolaridan vaqtinchalik qochishiga sabab bo‘ladi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, o‘z-o‘zini nazorat qila olmaslik va irodaviy sifatlarning sustligi ham qimor o‘yinlariga bog‘lanib qolish ehtimolini oshiradi. Bundan tashqari, ba’zi o‘smirlar uchun qimor o‘yinlari ularga ijtimoiy muhitda o‘zlarini namoyon qilish imkoniyatini beradi, ular do‘stlari orasida o‘zining mahoratini ko‘rsatish yoki muvaffaqiyatga erishish istagi bilan ushbu faoliyatga kirishib ketadilar.

Oila muhiti ham o‘smirlarning qimor o‘yinlariga qaramlik rivojlanishida muhim omillardan biri hisoblanadi. Agar oilada bolalar bilan etarlicha muloqot qilinmasa, ularning qiziqishlari nazorat qilinmasa yoki aksincha haddan tashqari qat’iy tarbiya usullari qo‘llansa, o‘smirlar o‘zlarini psixologik jihatdan yolg‘iz his qilishlari mumkin. Bu esa ularni internet va onlayn o‘yinlar orqali qoniqish hissini topishga undaydi. Ba’zi hollarda, oilada iqtisodiy qiyinchiliklar mavjud bo‘lsa, o‘smir qimor o‘yinlarini pul topishning eng oson yo‘li sifatida qabul qilishi mumkin. Internetda keng targ‘ib qilinayotgan “Tez boyish” g‘oyasi ham ularning ushbu xatti-harakatlarini qo‘llab-quvvatlaydi[2].

Shu sababli, o‘smirlarning qimor o‘yinlariga qaramligini shakllantiruvchi omillarni kompleks tarzda o‘rganish va ularning oldini olish strategiyalarini ishlab chiqish muhim ahamiyat kasb etadi. Bu jarayonda ota-onalar, o‘qituvchilar va psixologlar o‘smirlarning ruhiy holatini tushunishlari, ularning ehtiyojlarini inobatga olgan holda, tavakkalchilikning sog‘lom alternativ shakllarini rivojlantirishga ko‘maklashishlari lozim. O‘smirlar uchun sport, ijodiy faoliyat, intellektual o‘yinlar kabi faoliyatlar qimor o‘yinlariga bo‘lgan ehtiyojni kamaytirish va ularga o‘z salohiyatlarini sog‘lom yo‘nalishda rivojlantirish imkonini yaratishi mumkin[1]. Shu tariqa, tavakkalchilikka bo‘lgan ehtiyojni ijobiy faoliyatga yo‘naltirish orqali qimor o‘yinlariga qaramlikning oldini olish mumkin.

O‘smirlik davrida shaxsning psixologik rivojlanishida turli omillar o‘ziga xos rol o‘ynaydi. Ayniqsa, tavakkalchilikka moyillik va qimor o‘yinlariga bog‘lanib qolish jarayoni o‘smirlarning shaxsiy-psixologik xususiyatlari bilan chambarchas bog‘liqdir. Psixologik tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, qimor o‘yinlariga qaramlikni shakllantiruvchi asosiy omillardan biri impulsivlikdir. Impulsiv shaxslar odatda o‘z qarorlarini oldindan puxta o‘ylab chiqmaydi, ular hozirgi paytdagi zavq va hayajonni uzoq muddatli oqibatlardan ustun qo‘yishadi. Ayniqsa, o‘smirlik yoshidagi shaxslar uchun bu xususiyat yanada yaqqol namoyon bo‘ladi, chunki bu davrda prefrontal korteks – ya’ni ongli qaror qabul qilish va o‘zini nazorat qilish uchun javobgar miya qismi hali to‘liq rivojlanmagan bo‘ladi. Shuning uchun, qimor o‘yinlarining ta’siri ostida bo‘lgan o‘smirlar natijalarni oldindan baholay olmaydi va tezkor qarorlar qabul qilishga moyillik sezadi.

Bundan tashqari, emotsional beqarorlik ham qimor o‘yinlariga bog‘lanib qolishning muhim omillaridan biri hisoblanadi. Ko‘pgina o‘smirlar hayotlarida stress, yolg‘izlik, tushkunlik yoki o‘zlarini jamiyatdan ajralgan his qilish kabi muammolar bilan duch kelishadi. Agar bunday holatlar vaqtida bartaraf etilmasa, ular o‘zlariga tasalli beruvchi manbalarni qidira boshlaydilar va bunday manbalardan biri qimor o‘yinlari bo‘lishi mumkin. O‘smir ushbu o‘yinlarni tashvish yoki salbiy emotsiyalarni bartaraf etish vositasi sifatida qabul qiladi, natijada ushbu faoliyatdan o‘zini tiyish qiyinlashib boradi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, depressiya va xavotirga moyil shaxslar qimor

o‘yinlariga tezroq mukkasidan ketishadi, chunki bu ularning o‘z muammolaridan vaqtinchalik qochishiga yordam beradi. Ammo uzoq muddatli perspektivada bu muammolarni yanada chuqurlashtiradi va o‘smirni qaramlik domiga tortadi.

Shaxsning o‘zini nazorat qilish darajasi ham qimor o‘yinlariga bog‘lanib qolish ehtimoliga katta ta’sir qiladi. O‘zini nazorat qila olmaslik, ya’ni irodaviy sifatlarning etishmovchiligi natijasida o‘smir qimor o‘yinlarining tuzog‘iga tushib qolishi mumkin. Iroda va o‘zini boshqarish insonning intellektual rivojlanishi va shaxsiy hayotiy tajribasiga bog‘liq bo‘lib, bu yoshda hali etarli darajada shakllanmagan bo‘ladi[3]. Natijada, qimor o‘yinlaridan oladigan zavq, hayajon va yutuq hissi ularni yanada qiziqtirib, tezkor mukofot tizimiga bog‘lanib qolishiga sabab bo‘ladi. Bunday holatlar uzoq muddat davom etsa, o‘smirning kundalik hayotidagi muhim faoliyatlari – o‘qish, sport, do‘stlar bilan muloqot qilish va oilaviy munosabatlar orqa fonda qolib ketadi.

Qimor o‘yinlariga qaramlik rivojlanishining yana bir muhim omili – shaxsning o‘ziga past baho berishidir. Ayrim o‘smirlar o‘z jamiyatidagi mavqeidan, tengdoshlar orasidagi e’tibor va e’tirofdan norozi bo‘lib, ushbu o‘yinlar orqali o‘zlarini isbotlashga harakat qilishadi. Ular qimor o‘yinlari orqali yutuqqa erishib, o‘zlarining ijtimoiy muhitdagi o‘rnini mustahkamlashga yoki o‘z shaxsiyatlarini tasdiqlashga urinishadi. Qimor o‘yinlaridagi g‘alaba ularga o‘zlarini muhim va qobiliyatli inson sifatida his qilish imkonini beradi, biroq bu hissiyot vaqtinchalik bo‘lib, ularning psixologik qaramligini yanada chuqurlashtiradi. Tadqiqotlarga ko‘ra, o‘zini past baholovchi o‘smirlar ko‘pincha qimor o‘yinlariga bog‘lanib qolishga moyil bo‘lishadi, chunki ular ushbu o‘yinlar orqali o‘zlarining jamiyatda kerakli ekanligini isbotlashga harakat qilishadi.

Shunday qilib, qimor o‘yinlariga qaramlikning shakllanishi o‘smirlarning psixologik holatiga va ularning shaxsiy xususiyatlariga bevosita bog‘liqdir. Impulsivlik, emotsional beqarorlik, o‘z-o‘zini nazorat qilishning sustligi va o‘ziga past baho berish kabi omillar ushbu qaramlikning rivojlanishiga xizmat qiladi. Bu jarayon vaqt o‘tishi bilan yanada chuqurlashib borib, o‘smirning ijtimoiy hayoti va psixologik holatiga jiddiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Shu boisdan, ushbu muammoga e’tibor qaratish, uning oldini olish va o‘smirlarni qimor o‘yinlaridan himoya qilish uchun kompleks yondashuv zarur. Ota-onalar, o‘qituvchilar va psixologlar yoshlarning psixologik ehtiyojlarini tushunishlari, ularni sog‘lom faoliyat turlariga yo‘naltirishlari hamda ularning hayotida muhim rol o‘ynashlari lozim. Faqat shu yo‘l bilan biz o‘smirlarning qimor o‘yinlariga mukkasidan ketishining oldini olishimiz va ularni sog‘lom ijtimoiy rivojlanish yo‘liga yo‘naltirishimiz mumkin. O‘smirlarning qimor o‘yinlariga qaramlikka tushib qolishida oilaviy va ijtimoiy omillar muhim ahamiyat kasb etadi. Shaxsning hayotda to‘g‘ri yo‘nalish olishi, uning tarbiyasi va ijtimoiy moslashuv darajasi ko‘p jihatdan oilaviy muhitga bog‘liq. Agar oilada farzand bilan etarlicha muloqot qilinmasa, uning qiziqishlari va hissiy kechinmalari e’tiborsiz qoldirilsa, u o‘ziga boshqa yo‘nalishda qoniqish topishga harakat qiladi. Ba’zan ota-onalarning haddan tashqari bandligi yoki noto‘g‘ri tarbiya uslublari natijasida bolalar o‘zlarini yolg‘iz his qilishadi va internetdagi turli o‘yinlar, shu jumladan, qimor o‘yinlari ularga vaqtincha bo‘lsa ham emotsional qoniqish beruvchi manba bo‘lib xizmat qiladi. Ayrim hollarda esa, oilaviy tarbiya haddan tashqari qat’iy yoki bosim ostida olib borilganda, o‘smirlar o‘zlarini real hayotda erkin his qila olmaydi va mustaqillik istagida xavfli faoliyatlarga moyillik sezishi mumkin. Tahlillar shuni ko‘rsatadiki, oilada iqtisodiy qiyinchiliklar mavjud bo‘lsa yoki ota-onalar moliyaviy barqarorlikka erishishning noto‘g‘ri usullarini tanitishsa, o‘smirlar qimor o‘yinlariga tezroq qiziqib qolishadi. Ayniqsa, o‘smir o‘z tengdoshlari orasida moliyaviy jihatdan kamsitilganini his qilsa, u internet orqali pul topishning eng tezkor yo‘llarini izlay boshlaydi. Shunda qimor o‘yinlari unga yaxshi imkoniyat sifatida ko‘rinishi mumkin. Ba’zan internetda ushbu o‘yinlar tez boyish vositasi sifatida targ‘ib qilinishi ham bu jarayonni kuchaytiradi. Ota-onalar farzandlarini ushbu xatarli xatti-harakatdan asrash uchun ularning moliyaviy ta’limini mustahkamlashlari, pul topish va uni boshqarish bo‘yicha

to‘g‘ri tushunchalarni shakllantirishlari lozim. Aks holda, qimor o‘yinlari orqali daromad topish mumkinligi haqidagi noto‘g‘ri tasavvur yoshlar orasida yanada keng tarqaladi. Ijtimoiy muhit ham o‘smirning qimor o‘yinlariga qaramlikka moyilligiga bevosita ta’sir qiladi. Yoshlar o‘z tengdoshlari orasida qabul qilingan me’yorlar va qadriyatlarga moslashishga intiladi, bu esa ba’zan salbiy odatlarning tarqalishiga sabab bo‘ladi. Agar do‘stlari yoki internetdagi tanishlari orasida qimor o‘yinlarini o‘ynaydiganlar bo‘lsa, o‘smir buni oddiy va zararli bo‘lmagan mashg‘ulot sifatida qabul qilishi mumkin. Ayniqsa, onlayn platformalarda qimor o‘yinlariga bo‘lgan qiziqishning sun’iy ravishda oshirilishi, yutuqlar va sovrinlar orqali foydalanuvchilarni jalb qilish usullari yoshlarning ongida bu faoliyatga nisbatan ijobiy munosabat shakllantiradi. Bu jarayonda media va internet reklamalari ham katta rol o‘ynaydi, chunki ular qimor o‘yinlarini nafaqat qiziqarli mashg‘ulot, balki daromad topishning “O‘son” yo‘li sifatida ko‘rsatadi[4]. O‘smirlar esa ushbu targ‘ibotga nisbatan tanqidiy fikrlay olmaydi va natijada ushbu o‘yinlarga qaram bo‘lib qolish ehtimoli oshadi. Shu nuqtai nazardan, oilaviy va ijtimoiy ta’sirlar o‘smirning qimor o‘yinlariga qaramlikka tushib qolishida asosiy omillardan biri hisoblanadi. Agar oila o‘z farzandining qiziqishlariga e’tibor bermasa yoki uni to‘g‘ri tarbiyaviy yo‘nalishda rivojlantirmasa, yosh bola o‘z hayotini o‘zi boshqarishga intiladi va ba’zan noto‘g‘ri yo‘nalishda qarorlar qabul qiladi. Shu bilan birga, jamiyatdagi qimor o‘yinlariga nisbatan munosabat va ularning ommaviy axborot vositalarida targ‘ib qilinishi ham yoshlarning ushbu faoliyatga qiziqishiga sabab bo‘lishi mumkin. Shu sababli, ota-onalar va pedagoglar farzandlarning vaqtlarini qanday o‘tkazayotganini nazorat qilishlari, ularga ijtimoiy hayotda sog‘lom alternativ mashg‘ulotlar taklif qilishlari va qimor o‘yinlarining zararli ta’sirini tushuntirishlari zarur. Faqat shu yo‘l bilan biz yoshlarni ushbu xavfdan himoya qilishimiz va ularning salbiy oqibatlariga duch kelishining oldini olishimiz mumkin. Onlayn qimor o‘yinlariga qaramlikning o‘smirlar hayotiga salbiy ta’siri ko‘p qirrali bo‘lib, bu jarayon nafaqat ularning shaxsiy rivojlanishiga, balki ijtimoiy va akademik faoliyatiga ham bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Birinchi navbatda, qimor o‘yinlariga mukkasidan ketgan o‘smirlarning o‘qishga bo‘lgan e’tibori pasayadi, natijada ularning akademik natijalari sezilarli darajada yomonlashadi. Ushbu jarayon bosqichma-bosqich kechib, avval darslarga bo‘lgan qiziqishning susayishi, keyinchalik esa umuman befarqlikka aylanadi. O‘smirlar qimor o‘yinlari orqali tezkor va oson muvaffaqiyat hissini his qilishadi, bu esa ularda uzoq muddatli mehnat va harakat qilish zaruriyatini rad etish tendensiyasini shakllantiradi. Ular an’anaviy ta’lim tizimining ahamiyatiga shubha bilan qaray boshlaydi va bilim orttirish o‘rniga qisqa fursatda daromad topish yoki yutuqqa erishish kabi noto‘g‘ri qadriyatlarni o‘z hayot tamoyiliga aylantirishi mumkin. Akademik muvaffaqiyatsizlikning ortidan psixologik muammolar ham kuchayadi. O‘yin jarayonida tavakkalchilik va adrenalinning oshishi qisqa muddatli hayajon hissini berishi mumkin, lekin uzoq muddatda bu jarayon kishining ruhiy barqarorligini izdan chiqaradi. Qimor o‘yinlarida yutqazish natijasida stress, tushkunlik va hatto depressiya holatlari yuzaga kelishi kuzatiladi. O‘smirlarning psixologik barqarorligi hali to‘liq shakllanmagan bo‘lgani uchun ular bu kabi muammolar bilan mustaqil kurashishga qiyinlanadilar. O‘yinlarda yutqazish holati o‘z-o‘zini ayblash va tushkunlikka tushish hislarini keltirib chiqarishi mumkin, bu esa uzoq muddatli ruhiy muammolarning shakllanishiga zamin hozirlaydi. O‘smirlar orasida stress darajasining oshishi ularning kundalik hayotiga, oilaviy va do‘stlari bilan bo‘lgan munosabatlariga ham ta’sir qiladi. Natijada, ular o‘z yaqinlari bilan ochiq muloqot qilishdan qochadi va vaqt o‘tishi bilan ijtimoiy munosabatlari zaiflashadi. Ijtimoiy moslashuvning buzilishi qimor o‘yinlariga bog‘lanib qolgan o‘smirlar orasida keng tarqalgan muammolardan biridir[5]. Ular real hayotdagi faoliyatga bo‘lgan qiziqishlarini yo‘qota boshlaydi, do‘stlari va oila a’zolari bilan bo‘lgan munosabatlarini cheklaydi va ko‘proq onlayn dunyoda yashashni afzal ko‘radi. Ko‘p hollarda bunday o‘smirlar yolg‘izlik hissini chuqur his qilishadi, lekin buni to‘g‘ri anglamagan holda yana qimor o‘yinlari orqali bu

bo‘shliqni to‘ldirishga urinadilar. Vaqt o‘tishi bilan bu jarayon ular uchun doimiy odatga aylanib, real dunyo bilan bog‘lanish imkoniyatlarini yanada kamaytiradi. Jamiyatdan ajralish va ijtimoiy aloqalarning sustlashuvi esa ularning shaxsiy rivojlanishiga va kelajakdagi muvaffaqiyatlariga salbiy ta’sir qiladi.

Xulosa qilib aytganda, o‘smirlarning qimor o‘yinlariga qaramlikka tushib qolishi murakkab psixologik, ijtimoiy va iqtisodiy omillar bilan bog‘liq bo‘lib, bu muammoni hal qilish uchun kompleks yondashuv zarur. Faqatgina ta’lim muassasalari yoki ota-onalar emas, balki butun jamiyat bu jarayonga mas’uliyat bilan yondashishi lozim. Ota-onalar farzandlarining qiziqishlarini nazorat qilishlari, ularga ijtimoiy hayotda o‘z o‘rinlarini topishlariga ko‘maklashishlari va hissiy qo‘llab-quvvatlashni ta’minlashlari lozim. Maktab va universitetlar esa yoshlarning tavakkalchilik bilan bog‘liq qiziqishlarini sog‘lom yo‘nalishlarga yo‘naltirish, ularga hayotdagi muammolarni hal qilish ko‘nikmalarini singdirish orqali ularning qimor o‘yinlariga mukkasidan ketishining oldini olishlari kerak. Davlat esa qimor o‘yinlarining ommaviy axborot vositalari orqali targ‘ib qilinishini cheklash va yoshlarni bunday faoliyatlardan himoya qilish bo‘yicha qat’iy qonunchilik chora-tadbirlarini amalga oshirishi lozim. Faqat shu yo‘l bilan biz o‘smirlarni ushbu xavfdan himoya qila olamiz va ularning kelajakda ijtimoiy-psixologik jihatdan sog‘lom rivojlanishlarini ta’minlashimiz mumkin.

Foydalangan adabiyotlar

1. Jo‘rayev M. Yosh psixologiyasi va ijtimoiy adaptatsiya. – Toshkent: Fan, 2020.
2. Mamatqulova R. O‘smirlarning kognitiv faoliyati va ta’lim jarayoni. – Toshkent: Innovatsiya nashriyoti, 2019.
3. Xudoyberdiyeva D. Addiktiv xulq va yoshlar psixologiyasi. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2022.
4. King, D. L. Adolescent Online Gambling and Emotional Vulnerability. Journal of Youth Studies. 2017-yil.
5. Potenza, M. N. Adolescent Neurodevelopment and Gambling Disorder. American Journal of Psychiatry. 2019-yil.