

Raqamli texnologiyalar davrida o'quvchilarning psixologik xavfsizligini ta'minlash muammolari

Adibaxon Shavkat-qizi Eshkabilova

Ilmiy maslahatchi: D.D.Oribboyeva

Toshkent shahridagi Kimyo xalqaro universiteti Namangan filiali

Annotatsiya: Maqolada raqamli texnologiyalarning rivojlanishi sharoitida o'quvchilarning psixologik xavfsizligi masalalari tahlil qilingan. Internet, ijtimoiy tarmoqlar va raqamli platformalardan foydalanish yoshlar uchun bilim olishni osonlashtirsa-da, ular kiberbulling, zararli kontent, raqamli qaramlik, shaxsiy ma'lumotlar xavfsizligi va ekstremistik ta'sirlarga duchor bo'lish xavfi bilan ham bog'liq. Global statistika va tadqiqotlar orqali yoshlarning internetdan faol foydalanishi va unga bog'liq tahdidlar yoritilgan. Shuningdek, maktablarda psixologik xizmatlarni kuchaytirish, ota-ona va pedagoglar nazorati va raqamli savodxonlikni rivojlantirish zaruriyati ta'kidlangan.

Kalit so'zlar: psixologik xavfsizlik, raqamli texnologiyalar, kiberbulling, raqamli qaramlik, shaxsiy ma'lumotlar xavfsizligi, raqamli savodxonlik, yoshlar

Problems of ensuring the psychological safety of students in the era of digital technologies

Adibaxon Shavkat-qizi Eshkabilova

Ilmiy maslahatchi: D.D.Oribboyeva

Kimyo International University in Tashkent Namangan Branch

Abstract: The article analyzes the issues of students' psychological safety in the context of the development of digital technologies. The use of the Internet, social networks, and digital platforms facilitates learning for young people but is associated with risks such as cyberbullying, harmful content, digital addiction, personal data security, and extremist influences. Global statistics and research highlight the active use of the Internet by youth and the related threats. The article also emphasizes the need to strengthen psychological services in schools, parental and teacher supervision, and the development of digital literacy.

Keywords: psychological safety, digital technologies, cyberbullying, digital addiction, personal data security, digital literacy, youth

Raqamli texnologiyalar jadal rivojlanib borayotgan hozirgi davrda ta'lim tizimi tubdan o'zgarib bormoqda. Internet, ijtimoiy tarmoqlar, mobil qurilmalar va turli raqamli platformalar o'quvchilarning bilim olish jarayonini yengillashtirish bilan birga, ularning psixologik holatiga ham sezilarli ta'sir ko'rsatmoqda. Shu sababli o'quvchilarning psixologik xavfsizligini ta'minlash zamonaviy ta'limning dolzarb muammolaridan biri hisoblanadi.

Avvalo, raqamli muhitda o'quvchilar turli axborot oqimiga duch keladi. Bu axborotlar har doim ham ishonchli yoki foydali bo'lavermaydi. Noto'g'ri, zo'ravonlikni targ'ib qiluvchi yoki salbiy mazmundagi kontent o'quvchilarning ruhiy holatiga salbiy ta'sir etib, ularda qo'rquv, tashvish, agressiya yoki tushkunlikni keltirib chiqarishi mumkin. Ayniqsa, yosh bolalar bunday axborotni tanqidiy baholash ko'nikmasiga ega bo'lmagani uchun yanada ko'proq xavf ostida bo'ladi.

Yana bir muammo sifatida kiberbullyingni alohida e'tirof etish kerak. Ijtimoiy tarmoqlar va messenjerlar orqali amalga oshiriladigan haqorat, tahdid, masxara qilish kabi holatlar o'quvchilarning o'ziga bo'lgan ishonchini pasaytiradi, ularni ijtimoiy izolyatsiyaga olib keladi va hatto depressiya holatlariga sabab bo'lishi mumkin. Kiberzo'ravonlik ko'pincha yashirin tarzda sodir bo'lgani uchun uni aniqlash va oldini olish qiyinlashadi.

Bundan tashqari, bugungi kunda ko'pchilikni tashvishga solayotgan muammolardan biri bu raqamli qaramlikdir. Ko'plab insonlar vaqtining katta qismini telefon, kompyuter yoki planshet qarshisida o'tkazishga odatlanib ulgurdir. Bu esa ularning jismoniy faolligini kamaytirib uyqu rejimini buzadi va real ijtimoiy munosabatlarning cheklanishiga olib keladi. Natijada ular stress, charchoq va diqqatning pasayishini kuzatadilar.

Raqamli faoliyatimizning kengayib borishi shaxsiy ma'lumotlar xavfsizligi bilan bog'liq muammolarni ham keltirib chiqaradi. Bunda raqamli platformalarga va ijtimoiy tarmoqlarga o'zlari haqidagi ma'lumotlarni (ism, manzil, telefon raqami, fotosuratlar) ehtiyotsizlik bilan joylab borishadi. Bu esa firibgarlik, shaxsiy hayot daxlsizligining buzilishi va boshqa xavfli holatlarga olib kelishi mumkin.

Bugun 15-24 yoshdagi kishilar internetdan boshqa aholiga nisbatan ko'proq foydalanadilar, biroq so'nggi to'rt yil davomida avlodlar o'rtasidagi bu farq asta-sekin kamayib bormoqda. Yangilangan statistik ma'lumotlarga ko'ra, 2025 yilda 15-24 yoshdagi aholining taxminan 82 foizi internetdan foydalangan.

Ushbu imkoniyatlar bilan birga, jiddiy xavf-xatarlar ham yuzaga kelmoqda. Kiberbullying va tengdoshlar tomonidan amalga oshiriladigan boshqa zo'ravonlik shakllari yoshlarni har safar ular ijtimoiy tarmoqlar yoki tezkor xabar almashish platformalariga kirganlarida ta'sir qilishi mumkin. Bugungi kunda dunyoda 30 ta davlatda yoshlarning uchdan biridan ortig'i kiberbullyingga duch kelganini e'tirof etgan, har besh nafar yoshdan biri esa shu sababli maktabga borishni istamay qolgan.

Internetda faoliyat olib borayotgan bolalar va o'smirlar nafrat qo'zg'atuvchi va zo'ravonlikka oid kontentlarga duch kelishi mumkin. Bunday materiallar orasida o'z-o'ziga zarar yetkazishga va hatto o'z joniga qasd qilishga undovchi xabarlar ham uchraydi. Shu bilan birga, yosh internet foydalanuvchilari ekstremistik va terroristik guruhlar tomonidan yollanish xavfiga ham duchor bo'lishadi.

Raqamli platformalar dezinformatsiya va turli fitna nazariyalarini tarqatish uchun ham faol qo'llanilmoqda. Bu esa bolalar va o'smirlarning dunyoqarashi va ruhiy holatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Eng katta xavotir uyg'otadigan muammolardan biri internetdagi jinsiy ekspluatatsiya va zo'ravonlik tahdidlaridir. Internetning chegarasizligi yoshlarni onlayn muhitda himoya qilishni global vazifaga aylantiradi.

Shu bois Birlashgan Millatlar Tashkiloti bolalar va yoshlarni internetdan himoya qilish bo'yicha turli dasturlar va tashabbuslarni amalga oshiradi.

Jahon miqyosida UNESCO maktablarda zo'ravonlik va ta'qibga qarshi xalqaro kunni, jumladan kiberbullyingga qarshi kurash kunini har yil noyabr oyining birinchi payshanbasida nishonlaydi. Ushbu tadbir maktab va onlayn makonda o'quvchilar xavfsizligini ta'minlash bo'yicha sa'y-harakatlarni kuchaytiradi.

UNICEF internetda bolalarning jinsiy ekspluatatsiyasini oldini olish va unga qarshi kurashish bo'yicha milliy va global darajada faoliyat olib boradi. Bu jarayonda WePROTECT global alyansi modeli asos qilib olinadi va joylardagi mutaxassislarning jabrlanuvchilarga yordam ko'rsatish salohiyati mustahkamlanadi.

BMT Bola huquqlari qo'mitasi raqamli muhitda bolalar va yoshlar bilan qanday munosabatda bo'lish va ularning huquqlarini himoya qilishni belgilaydi. Qo'mita davlatlarga bolalarni zararli va chalg'ituvchi kontentdan himoya qilish uchun qonunchilik choralari ko'rishni tavsiya qiladi.

Mazkur muammolarni hal etish uchun bir qator chora-tadbirlar zarur. Avvalo, o'quvchilarda raqamli savodxonlikni shakllantirish lozim. Ular internetdan to'g'ri foydalanish, xavfli axborotni ajrata bilish va shaxsiy ma'lumotlarini himoya qilish ko'nikmalariga ega bo'lishlari kerak. Shu bilan birga, ota-ona va pedagoglar nazorati va to'g'ri yo'naltirish muhimdir. Maktablarda psixologik xizmatni kuchaytirish, profilaktik suhbatlar va treninglar o'tkazish samarali hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Бузанов К.Э. Виртуальная реальность и активное долголетие [Электронный ресурс] // Лаборатория «технологий виртуальной реальности». 2022. (дата обращения: 18.08.2022).
2. Зотова О.Ю., Тарасова Л.В., Карапетян Л.В. Психологическая безопасность пожилых людей // Ярославский педагогический вестник. 2019. № 5(110). С. 88—98. DOI:10.24411/1813-145X-2019-10527

3. К проблеме экспертизы безопасного использования VR-технологий в образовательной среде / А.В. Литвинова, Т.Н. Березина, А.В. Кокурин, В.И. Екимова // Психологическая безопасность образовательной среды: проблемы, ресурсы, профилактика: монография / Под общ. ред. А.В. Литвиновой, А.В. Кокурина. М.: РУСАЙНС, 2022. С. 48—59.

4. Котенева А.В., Литвинова А.В. Психологическая безопасность личности как фактор биопсихологического возраста магистрантов // Человеческий капитал. 2021. № 12(156). Том 1. С. 125—135. DOI:10.25629/НС.2021.12.12

5. Литвинова А.В. Психологическая безопасность личности как ресурс биопсихологического возраста // Человеческий капитал. 2020. № 12(144). С. 166—176. DOI:10.25629/НС.2020.12.16.

6. Kamolova, A. O. Q., & Murodullayev, A. (2026). Lider va tashkilotchi yoshlarni ijtimoiy-pedagogik qo‘llabquvvatlash. *Science and Education*, 7(2), 220-223.

7. Приходько И.И. Психодиагностический инструментарий определения психологической безопасности личности специалиста экстремального вида деятельности // Мир науки, культуры, образования. 2013. № 3(40). С. 28—31. Ibragimova, M., & Kamolova, A. (2026). Mustaqillik yillarida O‘zbekiston Respublikasi ta’lim tizimi. *Science and Education*, 7(2), 264-267.

8. A systematic scoping review and textual narrative synthesis of physical and mixed-reality simulation in pre-service teacher training / G.O. Ade-Ojo, M. Markowski, R. Essex, M. Stiell, J. Jameson // *Journal of Computer Assisted Learning*. 2022. Vol. 38. № 3. P. 861—874. DOI:10.1111/jcal.12653

9. Ориббоева, Д. Д., & Мирзаахмедова, Д. М. (2024). Болаларда ижтимоий кўникмаларни ривожлантиришнинг аҳамияти. *Science and Education*, 5(2), 595-599.

10. Oribboyeva, D. D. (2020). Social competence as an integral part of the teacher's professional maturity. *Scientific and Technical Journal of Namangan Institute of Engineering and Technology*, 2(11), 347353.

11. Ориббоева, Д. Д. (2019). The influence of social competens on professional choice. *Scientific and Technical Journal of Namangan Institute of Engineering and Technology*, 1(9), 256-261.

12. Oribboyeva, D. D., & Botirova, Z. (2024). Kichik yoshdagi maktab o‘quvchilarida tashkilotchilik qobiliyatlarini rivojlantirish xususiyatlarining rivojlanishi. *Science and Education*, 5(3), 541-544.

13. Dilshoda, I., & Oribboeva, D. D. (2024). AUTIZM NAMOYON BOLISHINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI. *Journal of new century innovations*, 63(3), 74-77.

14. Ikromaliyevna, K. N., Muhammedovich, B. M., Alimjan, K. T., & Dadamirzayevna, O. D. (2020). Eastern thinkers about the phenomena of self-awareness. *Journal of Critical Reviews*, 7(2), 254-256.

15. Dilshoda, I., & Oribboyeva, D. D. (2024). ALALIYA NUTQ NUQSONLARI VA UNING TURLARI. *Journal of new century innovations*, 63(3), 70-73.

16. Орифбоева, Д. Д. (2017). ОПТИМИЗАЦИЯ УЧЕБНО-ПОЗНАВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА В СРЕДНЕЙ ШКОЛЕ. *Форум молодых ученых*, (6 (10)), 1320-1323.

17. Abdurashidova, D. A. Q., & Oribboyeva, D. (2025). Nutqida nuqsoni bor bolalarning psixologiyasi. *Science and Education*, 6(10), 579-583.

18. Орифбоева, Д. Д., & Адашалиева, М. М. (2025). ВОПРОСЫ ВНЕДРЕНИЯ И РАЗВИТИЯ ИНКЛЮЗИВНОГО