

УДК: 326.9004.738.5:82-272.4.

DOI: 10.35254/bhu.2019.47.15

Кожогелдиева К.М. к.психол.н., доц.
Иманалиева М.М.
КТУ им. И. Арабаева

ӨСПҮРҮМДӨРДҮН ИНТЕРНЕТКЕ КӨЗ КАРАНДЫЛЫК КӨЙГӨЙҮНҮН ПСИХОЛОГИЯЛЫК-ПЕДАГОГИКАЛЫК АЙРЫМАЧЫЛЫКТАРЫ (ӨЗГӨЧӨЛҮКТӨРҮ)

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ИНТЕРНЕТ ЗАВИСИМОГО ПОДРОСТКА

PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL FEATURES OF THE INTERNET DEPENDENT TEENAGER

Аннотация: Бул макалада өспүрүмдөрдүн интернетке көз карандылык көйгөйүнүн психологиялык өзгөчөлүктөрү каралган. Көз карандылыктын себептери, белгилери жана анын өспүрүмдүн инсандык сапаттарына тийгизген таасири кеңири көрсөтүлдү. Ошондой эле ата-энелер үчүн өспүрүмдөрдүн интернетке болгон кызыгуусун азайтууга багытталган бир канча сунуштар жана эрежелер жөнүндө сөз кылынды.

Түйүндүү сөздөр: интернетке көз карандылык, интернет-мейкиндиги, өспүрүмдүн чөйрөсү, аддикция.

Аннотация: В данной статье раскрыты психологические особенности проблемы интернет-зависимости у подростков. Рассмотрены причины зависимости и ее влияние на личность подростка. Описаны признаки и последствия интернет зависимости. Также изложены рекомендации для родителей и правила, способствующие снижению тяги подростков к интернету.

Ключевые слова: интернет-зависимость, интернет-пространство, подростковая среда, аддикция.

Annotation: This article reveals the psychological characteristics of the problem of Internet addiction in adolescents. The causes of dependence and its influence on the personality of a teenager are considered. The signs and effects of Internet addiction are described. It also sets out recommendations for parents and rules that help reduce the craving of teenagers to the Internet.

Keywords: Internet addiction, Internet space, adolescent environment, addiction.

Өспүрүм - бул өзү үчүн абдан маанилүү «Мен киммин?», «Кимге керекмин?», «Мен ким болгум келет?», «Мен кандай адаммын?» ж.б. суроого жооп издеп өнүгүп келе жаткан инсан. Индивид жыныстык жактан жетилүүнүн натыйжасында социалдык позициясынын сапаттык жаңы деңгээлине өтөт, бул мезгилде анын өзүнө коомдун мүчөсү катары аң-сезимдүү мамиле кылуусу калыптанат. Анын социалдык жана баалуулук багыт алуусу, социалдык жактан калыптанышы, мотивация системасы өзгөрүүгө учурашы мүмкүн. [1. 112-116-б.].

Глобалдык тармактар көп учурда инсанга жана коомго терс таасирин тийгизет. Интернет мейкинди-

гинде өзгөчө балдар жана өспүрүмдөр корголбогон болуп баратат. Ар дайым глобалдык тармакта болуусу, ата-энелер тарабынан көзөмөлдүн жоктугу, балдардын маалыматтык маданияты жаатында маалыматтын жетишсиздиги көп учурда өспүрүмдөрдүн интернетке көз карандылыгынын себеби болуп калышы мүмкүн.

Интернетке-көз карандылык (интернет-аддикция – бул интернетти пайдаланууга ашкере азгырылуу, тармакта узакка созулган убакытты өткөрүү менен мүнөздөлгөн психикалык бузулуш. Көз карандылыктын себептери көп учурда баланын психикалык айырмаланган өзгөчөлүктөрү жана ар кандай иш-ара-

кеттерге ийкемдүү болушу менен байланышкан. Бүгүнкү күндө интернетте абдан чоң жана ар тараптуу, көптөгөн онлайн оюндары камтылган, алардын арасында балдарга өзгөчө кумар оюндары, ошондой эле атышуу оюндары жана баарлашуунун ар кандай ыкмалары кызыкчылык жаратат.

Ата-энелер жана педагогдор тарабынан жеткиликтүү, талапка ылайык көзөмөлдөөнүн жетишсиздиги, үй-бүлөлүк көйгөйлөр жана чыр-чатактар көп учурда балдардын интернет-көз карандылыгынын өнүгүүсүнүн себептери болуп калат. Ошондой эле көз карандылыктын дагы бир себеби болуп баладагы баарлашуунун жетишсиздиги, кандайдыр бир маалымат, сүрөттөр менен алмашууга болгон каалоолордун болуусу эсептелет. Мындай көз карандылыкка көп учурда адамды көрбөстөн баарлашууну жактырган адамдар дуушар болушат. Өспүрүм күнүмдүк жашоодон алаксууну жана колдоону «виртуалдык жашоодон» издейт.

Балдардын жана өспүрүмдөрдүн интернетке көз карандылыгынын кесепеттери төмөндөгү белгилерде көрсөтүлүшү мүмкүн [2. С. 32-58.]:

- бала адамдар менен баарлашуудан, активдүү жашоо образынан баш тартып, бош убактысын компьютерде отуруп өткөрөт;

- айланасындагы болуп жаткан окуяларга кызыгуусу жоголот;

- тамакка болгон табити төмөндөйт;

- уйкусу бузулат;

- эмоцияналдык туруксуздук пайда болот;

- компьютер же гаджеттерди мажбурлап өчүртүүдө кыжырдануусу жана ачууга алдыруусу пайда болот.

Албетте, ар бир иш-аракет тигил же бул керектөөлөрдү канааттандырууга багытталган. Азыркы учурдагы өспүрүмдүн негизги керектөөлөрүнүн диапозону жетиштүү түрдө кенен, ал өзүнө төмөнкүлөрдү камтыйт: физиологиялык өнүгүүнү, коопсуздукту, сүйүүнү жана өзүн-өзү таанууну, өнүктүрүү жана өзүн-өзү көрсөтүүнү [3. с. 24-29.]. Изилдөөлөр көрсөткөндөй, жаш муун ошондой эле интернет аркылуу төмөндөгү керектөөлөрүн канааттандыра алат: автономиялуулукка умтулуу; өзүн-өзү алдыга жылдыруу, коомдо таанылгандыкка жетишүү, бийликке умтулуу, ж. б. Санариптик дүйнөдө жашоо жагдайга карата толук көзөмөлдөө жана аны ээлөө сезиминин элесин жаратат.

Интернет-көз-карандылыкка көмөктөшүүчү факторлору болуп тынчсыздануунун жогорку дэңгээли, агрессивдүүлүгү, копинг стратегиялары, эмоционалдык көйгөйлөрү, коммуникативдик жөндөмдүүлүктөрдүн төмөндүгү, коргоочу психологиялык механизмдери сыяктуу өспүрүмдөрдүн инсандык өзгөчөлүктөрү болушу мүмкүн. [4. 205-219.]. Бул жагынан алып караганда, инсандык көйгөйлөрү бар өспүрүмдөр интернеттин таасирине оңой берилип кетүүсү мүмкүн. Өз кезегинде интернетке чексиз кызыгып, ага байланып калуусу бир катар психологиялык кесепеттерге алып келиши мүмкүн: чыр-чатактуу жүрүм-турумга, өнөкөт депрессияга, жашоону виртуалдаштырууга, социумга адаптациялануу кыйынчылыктарына, убакытты көзөмөлдөө жөндөмдүүлүгүнүн жоголуусуна, эмоцияналдык жана мотивациялык чөйрөлөрдүн бузулуусуна ж. б.

Өспүрүмдөргө «ойлонуп» жана «окуп» отурбай, көп убакыт коротпой, даяр материалды «издеп жана табуу» оңой. Алар маанисин түшүнүү үчүн чондордон жана мугалимдерден сурап отурбай, интернеттен таап алууну артык көрүшөт. Мында алар табылган жана башкаларга жиберилген материалдар үчүн жоопкерчиликти алууну каалашпайт жана өздөрүн бардыгын жасоого уруксаты бар экендигин жана жазалоосуз экендигин сезишет. Кырдаалдын мындай абалы алардын руханий жактан өнүгүшүнө жана нравалык-инсандык потенциалына терс таасирин тийгизет. Интернет-көз-карандылык өспүрүмдөрдө укук бузууларга, түнт болууга, суициддик аракеттерге жакындай тургандыгын күчөтүшү мүмкүн. Алар «тузакка түшүп», чыныгы жашоодо олуттуу кесепеттердин чөйрөсүндө калышы мүмкүн.[5. С 100-131].

Интернет-көз-карандылыктын терс кесепеттерин таанып, окумуштуулар интернет ишмердүүлүгүнүн төмөнкүдөй түрлөрүн бөлүп көрсөтүшөт:

1. Инновациялык интернет технологияларын, программаларды, иш ыкмаларын, онлайн окутууну ж.б. таанып-билүү менен байланышкан таанып-билүүчүлүк ишмердүүлүк. Бул түшүнүктү хакерчилик деген түшүнүк менен билдириүүгө болот.

2. Интернет аркылуу кызыктуу оюндарга байланыштуу оюн ишмердүүлүгү. Болбосо, бул көрүнүштү игромания деп атоого болот.

3. Интернет колдонуучулар ортосундагы онлайн өз ара байланыш жана баарлашуу менен байланышкан коммуникативдик ишмердүүлүк. Мындай абалды сүрөттөө үчүн интернет - аддикция сөзү колдонулат.

Баланы узакка компьютерде «отуруп калуудан» сактай турган бир катар ыкмалар бар. Бул көйгөйдү чечүү үчүн ушул көз карандылыкты пайда кылган себептерди жоюуга чоң көңүл буруу керек.

Ата-энелер өз баласынын кызыгуулары кандай экендигин толук билип, алар менен көбүрөөк сүйлөшүп жана аны менен бирге көбүрөөк убакыт өткөрүшү керек. Өз иштери менен алектенген ата-энелер социалдык тармактарда баарлашууга жана ал жактан колдоону издөөгө балдарына өздөрү түрткү беришет. Ата-энелерге окуудан сырткары бош убакта баланын эмне менен алек болоорун ойлонуусу зарыл. Бул үчүн аны менен сүйлөшүп, аңгемелешүүнүн жүрүшүндө баланын эмне иштегиси келээрин билип, кызыгып, ошого жараша ар кандай курстарга окутууга берүүлөрү тийиш. Өспүрүмдөрдүн интернет көз карандылыгынын алдын алуу иштерин баланын компьютердик технологияларга кызыгуусу пайда боло элек мезгилде жүргүзүү зарыл.

Төмөнкү эрежелерди сактоо менен интернетке болгон тартылууну төмөндөтүп, жардам берүүгө болот: физикалык көнүгүүлөр менен алектенүү, эртең менен жана кечкисин чуркоо, таза абада сейилдөө, фитнес клубдарга, тренажердук залдарга катышуу, сапарларды уюштуруу, кызыктуу жерлер, жаңы адамдар менен таанышуу, баарлашуу борборлоруна баруу, китептерди окуу жана библиотерапия жүргүзүү. Мындай ыкмалар адамга баалуулук багыт алууларына, максаттарын жана өзүнүн жашоо-турумушун пландаштырууну кайрадан карап чыгууга жардам берет.

Бүгүнкү күндө интернет - зарыл болгон маалыматтын негизги булактарынын бири болуп саналат.

Окууну, интернеттен сырткаркы бардык кызыкчылыктарды таштап, өспүрүмдөрдүн өздөрүн виртуалдык жашоого толугу менен берилип кетпөөсү үчүн, баланын келечеги, жашоосу ар тараптуу болуу үчүн ата-энелер убакыт бөлүп, баланын кызыкчылыктарына көңүл буруусу керек.

Адабияттар

1. Балонов И.М. *Компьютер и подросток*. - М., 2002. стр.32-58.

2. Войскунский А. Е. *Феномен зависимости от Интернета*. -М., 2000. С 100-131.

3. Ефимова, И.Ю. *Роль родителей в обеспечении информационной безопасности учащихся при использовании интернета*. -Магнитогорск, 2015. – С. 205-219.

4. Чудова И.В. *Особенности образа "Я" Жителя Интернета* // Психологический журнал. 2002. Т.22. No 1. С.112-116.

5. Янг К.С. *Диагноз — Интернет-зависимость* // Мир Интернет. — 2000. №2. С.24-29.