



RAQAMLI AUTIZM PSIXOLOGIK MUAMMO SIFATIDA

Narmetov Yulduz Karimovna

Toshkent davlat tibbiyot universiteti dotsenti,
psixologiya fanlari doktori (DSc)

Anvarov Salohiddin Anvar og'li

Toshkent davlat tibbiyot universiteti talabasi,
1-davolash ishi fakulteti

<https://doi.org/10.5281/zenodo.17977240>

ARTICLE INFO

Qabul qilindi: 10-dekabr 2025 yil
Ma'qullandi: 14-dekabr 2025 yil
Nashr qilindi: 18-dekabr 2025 yil

KEYWORDS

raqamli autizm, internetga
qaramlik, psixologik ta'sir,
bolalar psixologiyasi,
emotsional rivojlanish,
kommunikativ ko'nikmalar,
ijtimoiy izolyatsiya, raqamli
texnologiyalar

ABSTRACT

Ushbu maqolada raqamli texnologiyalar, xususan, smartfonlar, planshetlar va internet tarmoqlaridan ortiqcha foydalanish natijasida yuzaga kelayotgan raqamli autizm holatining psixologik oqibatlarini tahlil qilinadi. Tadqiqotda bolalar va o'smirlar ongida yuz berayotgan ijtimoiy izolyatsiya, e'tibor va emotsional aloqa buzilishlari, shuningdek, kognitiv faoliyatning susayishi holatlari yoritilgan. Raqamli autizmning rivojlanishiga olib keluvchi omillar, uning oldini olish yo'llari hamda psixologik korreksiya usullari tahliliy tarzda ko'rib chiqiladi. Maqolada oila, maktab va psixologlarning o'zaro hamkorligi raqamli autizmning oldini olishdagi muhim omil sifatida baholanadi.

Bugungi kunda inson hayoti raqamli texnologiyalarsiz tasavvur etib bo'lmaydi. Axborot-kommunikatsiya vositalarining rivojlanishi, internet tarmoqlarining kengayishi, ijtimoiy tarmoqlarning hayotimizga chuqur kirib kelishi jamiyatda yangi ijtimoiy va psixologik holatlarni yuzaga keltirmoqda. Shunday hodisalardan biri — **raqamli autizm**dir. Bu atama oxirgi yillarda ko'plab psixologlar va pedagoglar e'tiborini tortayotgan muhim ijtimoiy-psixologik muammolardan biriga aylangan.

Raqamli autizm tushunchasi va uning kelib chiqish sabablari

Raqamli autizm — bu inson, ayniqsa bola yoki o'smir, raqamli qurilmalarga haddan ortiq bog'lanib qolishi natijasida real hayotdagi ijtimoiy aloqalarni chetlab o'tishi, emotsional va kommunikativ ko'nikmalarining sustlashuvi bilan kechadigan holatdir. U autizm sindromiga o'xshash xususiyatlarga ega bo'lib, lekin genetik yoki biologik sabab emas, balki **raqamli muhitga psixologik moslashuvning buzilishi** natijasida paydo bo'ladi.

Raqamli autizmga olib keluvchi asosiy omillar quyidagilardir:

- Smartfon, planshet va kompyuterdan ortiqcha foydalanish;
- Virtual muloqotni real muloqotdan afzal ko'rish;
- Ijtimoiy tarmoqlarda o'tkaziladigan vaqtning keskin ortishi;
- Ota-onalar tomonidan bolaning internetdagi faoliyatini nazorat qilmaslik;
- O'quv jarayonida raqamli vositalardan haddan ortiq foydalanish.

Ayniqsa, yosh bolalarda bu holat sezilarli bo'ladi. Bola telefondan doimiy foydalanishi natijasida real insoniy aloqa — mimika, ovoz ohangi, hissiyotlarni sezish kabi tabiiy jarayonlar o'rganilmay qoladi.

Raqamli autizmning psixologik ta'siri

Raqamli autizm inson ruhiyatiga chuqur ta'sir ko'rsatadi. Uning asosiy oqibatlari quyidagilardir:

1.Emotsional sovuqlik va hissiy befarqlik.

Raqamli dunyoda yashaydigan inson real his-tuyg'ularga javob bera olmaydi. U video, o'yin yoki sun'iy obrazlar orqali "emotsiyani" qabul qiladi, ammo haqiqiy insoniy aloqada o'zini yo'qotadi.

2.jtimoiy izolyatsiya.

Bunday odamlar boshqalar bilan muloqot qilishda qiynaladilar, suhbat davomida ko'z bilan aloqa o'rnatish olmaydilar, jamoaviy ishga moslashish qobiliyatlari past bo'ladi.

3.E'tibor va diqqatning susayishi.

Doimiy ekran o'zgarishlari miyada tezkor, ammo yuzaki axborot qabul qilish odatini shakllantiradi. Natijada bola chuqur o'ylay olmaydi, uzoq vaqt bir narsaga diqqatni jamlay olmaydi.

4.Kognitiv rivojlanishning sekinlashuvi.

Raqamli qurilmalardan ortiqcha foydalanish bola tafakkurini toraytiradi, og'zaki nutq, tasavvur va ijodiy fikrlash darajasini pasaytiradi.

5.Psixologik qaramlik.

Internet va o'yinlarga haddan tashqari bog'lanish giyohvandlikka o'xshash ruhiy holatni yuzaga keltiradi. Bu insonning o'zini boshqara olmasligi, hayotdan lazzatlanish qobiliyatining yo'qolishiga olib keladi.

Oilaviy va ijtimoiy muhitning o'rni

Raqamli autizmning keng tarqalishida oila muhiti muhim rol o'ynaydi. Ba'zi ota-onalar farzandlarini tinchlantirish maqsadida ularga telefondan foydalanishga ruxsat beradilar. Bu esa bola uchun ekran — "emosional tayanish manbai"ga aylanadi. Natijada bola ota-onasi bilan muloqot qilish o'rniga raqamli dunyoga sho'ng'iydi.

Maktab va tarbiyaviy muassasalarda ham bu masalaga e'tibor qaratilishi lozim. Psixolog, pedagog va ota-onalar o'rtasida hamkorlikda raqamli tarbiya masalalarini yo'lga qo'yish raqamli autizmning oldini olishda muhim omil bo'lib xizmat qiladi.

Oldini olish va psixologik korreksiya yo'llari

Raqamli autizmnin bartaraf etishda quyidagi chora-tadbirlar muhim ahamiyatga ega:

- Bolaning raqamli qurilmalardan foydalanish vaqtini cheklash;
- Ochiq havoda o'yinlar, sport mashg'ulotlari, ijodiy faoliyatlarni ko'paytirish;
- Ota-onalarning o'z farzandlari bilan hissiy muloqotni kuchaytirishi;
- Maktab psixologlari tomonidan raqamli gigiyena va muloqot madaniyati bo'yicha treninglar o'tkazish;
- Media savodxonlikni oshirish orqali yoshlarning ongida texnologiyalarni to'g'ri ishlatish madaniyatini shakllantirish.

Xulosa

Raqamli autizm zamonaviy davrning yangi psixologik muammolaridan biridir. U insonning ijtimoiy, emotsional va kognitiv rivojlanishiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Shuning uchun

bu muammoni erta bosqichda aniqlash, profilaktik chora-tadbirlar ko'rish, ota-ona va pedagoglarning o'zaro hamkorligini kuchaytirish muhimdir. Raqamli texnologiyalar inson hayotini yengillashtirishi kerak, lekin ular insonni hayotdan begonalashtiruvchi omilga aylanishiga yo'l qo'yilmasligi lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. G'ulomov A. "Psixologiya asoslari". – Toshkent: O'zbekiston, 2022.
2. To'xtayev S. "Axborot texnologiyalari va yoshlar ongiga ta'siri". – Toshkent: Fan va texnologiya, 2021.
3. World Health Organization (WHO). Digital Media and Child Development, 2020.
4. Turdiyeva M. "Raqamli avlod: imkoniyatlar va xavf-xatarlar". – "Ma'naviyat" jurnali, 2023.
5. American Psychological Association. Effects of Screen Time on Mental Health, 2022.
6. Axmedova, M. T., & Narmetova, Y. K. (2023). BOLALARDA OLIY NERV FAOLIYATI TIPLARINING XUSUSIYATLARI VA ULARNI TARBIYALASH. Academic research in educational sciences, 4(TMA Conference), 707-712.
7. Karimovna, N. Y. (2022). Autism and the importance of communication with patients of this disease. Gospodarka i Innowacje, 23, 8-10.
8. Karimovna, N. Y. (2022). Yoshlarda Internetga Tobelik Muammolari. Ta'Lim Va Rivojlanish Tahlili Onlayn Ilmiy Jurnal, 2(12), 96-99.
9. Ахмедова, М. Т., & Нарметова, Ю. К. (2022). "МУОШАРАТ ОДОБИ" ОРҚАЛИ ЎҚУВЧИЛАРДА УСТОЗ-ШОГИРД МУНОСАБАТЛАРИНИ ШАКЛЛАНТИРИШ. Central Asian Academic Journal of Scientific Research, 2(5), 336-340.
10. Сайфутдинов, Ш. С., & Нарметова, Ю. К. (2022). МАКТАБГАЧА ЁШ ФЕНОМЕНИ. Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies (CARJIS), 2(2), 250-253.
11. Askarova Nargiza Abdivaliyevna. (2024). INFLUENCE OF PSYCHOPATHIC QUALITIES OF PARENTS ON MENTAL DISORDERS IN CHILDREN. American Journal Of Social Sciences And Humanity Research, 4(10), 367–371
12. Abdivaliyevna, A. N., & Fatima, J. (2025). FEATURES OF THE APPLICATION OF GESTALTHERAPY. International Journal of Advance Scientific Research, 5(01), 37-42.
13. Abdivaliyevna, A. N., & Jasurjon, R. (2025). O 'QITUVCHI PEDAGOGIK FAOLIYATIDA KASBIY REFLEKSIYA O 'RNI VA TARBIYA JARAYONIDAGI MAHORATI.