INTERNATIONAL SCIENTIFIC
INNOVATION RESEARCH CONFERENCE
Volume 03, Issue 05, 2026

YOSHLARNING SMARTFONGA TOBELIGI VA AKADEMIK O‘ZLASHTIRISH KO‘RSATKICHLARI O‘RTASIDAGI KORRELYATSION BOG‘LIQLIK: RAQAMLI MUHITNING TA'LIM SAMARADORLIGIGA TA'SIRI

Òzbekiston milliy pedagogika unversiteti

Milliy g‘oya ma'naviyat talim va huquq asoslari

101 guruh kechki ta’lim Islomova Mohizar

Annotatsiya. Mazkur maqolada zamonaviy raqamli transformatsiya sharoitida yoshlar orasida smartfonlardan foydalanish intensivligining ortib borishi, mobil qurilmalarga psixologik va xulq-atvor jihatidan tobelik shakllanishi hamda ushbu jarayonning akademik o‘zlashtirish ko‘rsatkichlariga ta'siri kompleks ilmiy-nazariy jihatdan tahlil etiladi. Smartfondan foydalanishning ta'limiy imkoniyatlari bilan bir qatorda, undan me'yoridan ortiq foydalanish natijasida yuzaga kelishi mumkin bo‘lgan kognitiv zo‘riqish, diqqatning fragmentatsiyalashuvi, vaqt resurslarining samarasiz taqsimlanishi, uyqu rejimining buzilishi va o‘quv motivatsiyasining pasayishi kabi omillar yoritiladi. Shuningdek, smartfonga tobelik va akademik natijadorlik o‘rtasidagi ehtimoliy korrelyatsion munosabatlarning psixologik, pedagogik va ijtimoiy mexanizmlari ochib beriladi. Muammoni bartaraf etish yuzasidan raqamli gigiyena, o‘zini o‘zi boshqarish, pedagogik nazorat va ongli texnologik iste'mol madaniyatini shakllantirishga doir ilmiy-amaliy takliflar ilgari suriladi.

Kalit so‘zlar: smartfon, raqamli tobelik, akademik o‘zlashtirish, ta'lim samaradorligi, kognitiv jarayonlar, diqqat, raqamli gigiyena, o‘quv motivatsiyasi, raqamli kompetensiya, media savodxonlik.

Kirish

XXI asrda axborot-kommunikatsiya texnologiyalarining jadal rivojlanishi inson faoliyatining deyarli barcha sohalarida tub o‘zgarishlarni yuzaga keltirdi. Xususan, ta'lim tizimida raqamli texnologiyalarning keng joriy etilishi bilim olish, axborotni izlash, qayta ishlash, saqlash va uzatish jarayonlarining yangi mexanizmlarini shakllantirdi. Mazkur transformatsion jarayonning eng muhim

komponentlaridan biri bo‘lgan smartfonlar yoshlarning kundalik hayotida nafaqat kommunikatsiya vositasi, balki ta'limiy resurs, axborot manbai, ijtimoiy muloqot platformasi va ko‘ngilochar faoliyat vositasi sifatida ham muhim o‘rin egallamoqda.

Biroq texnologik imkoniyatlarning kengayishi ulardan foydalanish madaniyati va me'yorlarini shakllantirish masalasini ham dolzarb qilib qo‘ymoqda. Ayniqsa, yoshlarning smartfonlardan maqsadsiz va nazoratsiz foydalanishi natijasida raqamli tobelik alomatlarining shakllanishi, ularning o‘quv faoliyati, intellektual rivojlanishi va akademik natijadorligiga ta'siri zamonaviy pedagogika hamda psixologiyaning muhim tadqiqot yo‘nalishlaridan biriga aylanmoqda.

Mazkur muammoning dolzarbligi shundaki, smartfon bir vaqtning o‘zida ikki xil funksional xususiyatni namoyon etadi: bir tomondan, u ta'lim resurslaridan foydalanish imkoniyatlarini kengaytiradi, ikkinchi tomondan esa, doimiy bildirishnomalar, ijtimoiy tarmoqlar, qisqa videolar va interaktiv ko‘ngilochar kontent orqali o‘quvchining diqqatini asosiy faoliyatdan chalg‘itishi mumkin. Demak, muammo smartfonning mavjudligida emas, balki undan foydalanish maqsadi, davomiyligi, intensivligi va individual o‘zini o‘zi boshqarish qobiliyatining qay darajada shakllanganligidadir.

1. Smartfonga tobelik tushunchasining nazariy-metodologik asoslari

Smartfonga tobelik tushunchasi ilmiy adabiyotlarda mobil qurilmadan foydalanish ustidan nazoratning susayishi, undan foydalanishga nisbatan kuchli psixologik ehtiyojning shakllanishi va ushbu faoliyatning kundalik hayotdagi boshqa muhim vazifalarga xalaqit bera boshlashi bilan tavsiflanadi.

Mazkur hodisani oddiygina telefondan ko‘p foydalanish bilan tenglashtirish ilmiy jihatdan to‘g‘ri emas. Chunki ayrim yoshlar smartfondan uzoq vaqt davomida ta'limiy maqsadlarda foydalanishi mumkin, biroq bu holatning o‘zi tobelik mavjudligini anglatmaydi. Aksincha, nisbatan qisqa foydalanish davomiyligida ham doimiy ravishda telefonni tekshirish, bildirishnomalarga javob berishga kuchli ehtiyoj sezish yoki qurilmadan uzoqlashganda bezovtalik his qilish kabi xulq-atvor belgilari namoyon bo‘lishi mumkin.

Smartfonga tobelikni quyidagi tarkibiy komponentlar asosida tahlil qilish mumkin:

1. **Xulq-atvor komponenti** — telefondan foydalanish vaqtining nazoratdan chiqishi, takroriy ravishda qurilmani tekshirish va boshqa faoliyatlarni smartfon bilan almashtirish.

2. **Kognitiv komponent** — fikr va diqqatning muntazam ravishda telefon, ijtimoiy tarmoqlar yoki kelayotgan xabarlar bilan band bo‘lishi.

3. **Emotsional komponent** — telefondan foydalana olmaganda bezovtalik, noqulaylik yoki psixologik zo‘riqishning yuzaga kelishi.

4. **Ijtimoiy komponent** — real ijtimoiy munosabatlar, oilaviy muloqot va ta'limiy majburiyatlarning virtual faoliyat hisobiga cheklanishi.

Ushbu komponentlar o‘zaro uzviy bog‘langan bo‘lib, ularning kuchayishi yoshlarning kundalik faoliyatini tashkil etish tizimiga sezilarli ta'sir ko‘rsatishi mumkin.

2. Smartfondan foydalanishning akademik o‘zlashtirishga ta'sir etuvchi psixologik mexanizmlari

Akademik o‘zlashtirish ko‘rsatkichi o‘quvchining bilim, ko‘nikma va kompetensiyalarni egallash darajasini ifodalovchi kompleks pedagogik mezondir. U faqat yakuniy baholar bilan cheklanmay, bilimlarni uzoq muddatli xotirada saqlash, mustaqil fikrlash, muammoli vaziyatlarni hal etish va o‘zlashtirilgan bilimlarni amaliyotda qo‘llash qobiliyatlarini ham qamrab oladi.

Smartfondan me'yoridan ortiq foydalanish mazkur jarayonlarga bir necha mexanizm orqali ta'sir ko‘rsatishi mumkin.

Birinchidan, diqqatning fragmentatsiyalashuvi. Ta'lim jarayonida bilimlarni chuqur o‘zlashtirish uzluksiz diqqat va kognitiv faollikni talab qiladi. Biroq telefon orqali keluvchi xabarlar, ijtimoiy tarmoq bildirishnomalari va boshqa raqamli signallar diqqatning tez-tez boshqa obyektlarga ko‘chishiga sabab bo‘lishi mumkin. Natijada o‘quv materialini izchil tahlil qilish, murakkab axborotlar o‘rtasidagi mantiqiy aloqalarni anglash va uzoq muddatli xotirada mustahkamlash jarayoni qiyinlashadi.

Ikkinchidan, kognitiv yuklamaning ortishi. Insonning ishchi xotirasi cheklangan imkoniyatlarga ega. Bir vaqtning o‘zida dars materialini o‘rganish, xabarlarga

javob berish va ijtimoiy tarmoqlarni kuzatish kognitiv resurslarning bir nechta faoliyat o‘rtasida taqsimlanishiga olib keladi. Bunday sharoitda asosiy o‘quv vazifasiga yo‘naltirilgan intellektual resurslar kamayishi ehtimoli ortadi.

Uchinchidan, vaqt resurslarining samarasiz taqsimlanishi. Smartfon foydalanuvchisi ko‘pincha qurilmadan qisqa muddat foydalanishni rejalashtiradi, biroq algoritmik tavsiyalar va uzluksiz kontent oqimi tufayli bu faoliyat rejalashtirilgan vaqtdan uzoqroq davom etishi mumkin. Natijada mustaqil ta'lim, kitob mutolaasi, topshiriqlarni bajarish va takrorlash uchun ajratiladigan vaqt qisqaradi.

To‘rtinchidan, uyqu sifatining pasayishi. Ayniqsa, kechki va tungi vaqtlarda smartfondan foydalanish uyqu vaqtining kechikishiga, uyqu davomiyligi va sifatining buzilishiga olib kelishi mumkin. Yetarli uyquning mavjud emasligi esa diqqat, xotira, emotsional barqarorlik va yangi axborotni o‘zlashtirish jarayonlariga salbiy ta'sir ko‘rsatishi ehtimolini oshiradi.

Shu jihatdan qaraganda, smartfonga tobelik va akademik natijadorlik o‘rtasidagi munosabat bevosita va bir yo‘nalishli emas, balki bir nechta psixologik hamda pedagogik omillar vositasida shakllanuvchi murakkab munosabat hisoblanadi.

3. Smartfondan foydalanish va akademik o‘zlashtirish o‘rtasidagi korrelyatsion munosabat

Mazkur muammoni ilmiy jihatdan o‘rganishda asosiy e'tibor smartfondan foydalanish intensivligi va akademik o‘zlashtirish ko‘rsatkichlari o‘rtasidagi statistik bog‘liqlikni aniqlashga qaratilishi lozim.

Bunda korrelyatsion tahlil usuli muhim metodologik vosita hisoblanadi. U ikki yoki undan ortiq o‘zgaruvchi o‘rtasidagi bog‘liqlikning yo‘nalishi va kuchini aniqlash imkonini beradi.

Masalan, tadqiqotda quyidagi o‘zgaruvchilar ajratilishi mumkin:

- Mustaqil o‘zgaruvchi: smartfondan foydalanish davomiyligi va muammoli foydalanish darajasi.
- Bog‘liq o‘zgaruvchi: akademik o‘zlashtirish ko‘rsatkichi.

- Oraliq o‘zgaruvchilar: diqqat barqarorligi, uyqu sifati, o‘quv motivatsiyasi va vaqtni boshqarish qobiliyati.
- Nazorat o‘zgaruvchilari: yosh, ta'lim bosqichi, ijtimoiy-iqtisodiy sharoit va avvalgi akademik natijalar.

Agar smartfondan muammoli foydalanish darajasi ortishi bilan akademik natijalar pasayishi kuzatilsa, ular o‘rtasida manfiy korrelyatsion bog‘liqlik mavjud bo‘lishi mumkin.

Biroq ilmiy xolislik nuqtayi nazaridan korrelyatsiya sabab-oqibat munosabatini to‘liq isbotlamasligini ta'kidlash zarur. Masalan, akademik natijalari past bo‘lgan yoshlar stress, motivatsiya yetishmasligi yoki ta'limiy qiyinchiliklar sababli smartfondan ko‘proq foydalanishi ham mumkin. Demak, munosabatning yo‘nalishini aniqlash uchun uzoq muddatli va ko‘p omilli tadqiqotlar talab etiladi.

4. Smartfonning ta'limiy imkoniyatlari va undan foydalanishdagi ziddiyatli jihatlar

Smartfonlardan foydalanishni faqat salbiy hodisa sifatida baholash bir tomonlama yondashuv hisoblanadi. Chunki mobil qurilmalar zamonaviy ta'lim tizimida katta didaktik imkoniyatlarga ega.

Xususan, elektron kutubxonalar, masofaviy ta'lim platformalari, elektron lug‘atlar, videodarslar, interaktiv testlar va sun'iy intellekt vositalari yoshlarning bilim olish imkoniyatlarini kengaytiradi. Ular o‘quv jarayonini individuallashtirish, mustaqil ta'lim olish va axborotga tezkor kirish imkonini beradi.

Muammoning asosiy mohiyati smartfondan foydalanishning maqsadli va maqsadsiz shakllari o‘rtasidagi tafovutda namoyon bo‘ladi.

Maqsadli foydalanishda smartfon o‘quv faoliyatini qo‘llab-quvvatlovchi vosita vazifasini bajaradi. Maqsadsiz foydalanishda esa ko‘ngilochar kontent, ijtimoiy tarmoqlar va uzluksiz virtual muloqot ta'limiy faoliyatning muhim vaqt resurslarini egallashi mumkin.

Shunday ekan, ta'lim tizimi oldidagi asosiy vazifa smartfonlardan foydalanishni mutlaq cheklash emas, balki ulardan oqilona, maqsadli va pedagogik jihatdan samarali foydalanish mexanizmlarini ishlab chiqishdan iborat.

5. Muammoni o‘rganishning ilmiy-amaliy metodologiyasi

Yoshlarning smartfonga tobeligi va akademik o‘zlashtirish ko‘rsatkichlari o‘rtasidagi bog‘liqlikni empirik jihatdan aniqlash uchun kompleks tadqiqot metodologiyasidan foydalanish maqsadga muvofiq.

Tadqiqot quyidagi bosqichlarda tashkil etilishi mumkin:

1. So‘rovnoma metodi. Respondentlarning smartfondan foydalanish davomiyligi, asosiy foydalanish maqsadlari, dars vaqtida telefonni tekshirish chastotasi va qurilmadan uzoqlashgandagi psixologik holati o‘rganiladi.

2. Akademik natijalarni tahlil qilish. Respondentlarning fanlar bo‘yicha baholari, oraliq nazorat va yakuniy imtihon natijalari tahlil qilinadi. Bunda shaxsiy ma'lumotlar maxfiyligi ta'minlanishi zarur.

3. Psixodiagnostik metodlar. Smartfondan muammoli foydalanish darajasini aniqlash uchun ilmiy tadqiqotlarda qo‘llanadigan validatsiyalangan psixometrik shkalalardan foydalanish mumkin.

4. Statistik tahlil. Pearson yoki Spearman korrelyatsiya koeffitsiyentlari, ko‘p omilli regressiya va guruhlararo taqqoslash usullari yordamida o‘zgaruvchilar o‘rtasidagi munosabatlar baholanadi.

5. Qiyosiy tahlil. Smartfondan ta'limiy maqsadlarda foydalanadigan, undan ko‘ngilochar maqsadlarda ko‘p foydalanadigan va muammoli foydalanish belgilari kuzatiladigan respondentlar guruhlari o‘rtasidagi tafovutlar o‘rganiladi.

Mazkur metodologiya tadqiqot natijalarining ilmiy asoslanganligini oshirishga yordam beradi. Bunda respondentlarning yoshi, avvalgi o‘zlashtirish darajasi, ijtimoiy-iqtisodiy sharoiti va ta'lim muassasasidagi o‘quv muhiti kabi omillarni ham hisobga olish lozim.

6. Ta'lim jarayonida raqamli gigiyena va profilaktik mexanizmlarni takomillashtirish

Smartfonga tobelikning oldini olish va akademik o‘zlashtirish samaradorligini oshirishda ta'lim muassasalari, pedagoglar, ota-onalar hamda yoshlarning o‘zaro hamkorligi muhim ahamiyat kasb etadi.

Birinchidan, ta'lim muassasalarida raqamli gigiyena madaniyatini shakllantirish zarur. Bunda o‘quvchilarga raqamli qurilmalardan foydalanishning me'yoriy chegaralari, axborot xavfsizligi, internetdagi xulq-atvor madaniyati va diqqatni boshqarish usullari o‘rgatilishi lozim.

Ikkinchidan, dars jarayonida smartfonlardan foydalanishning aniq pedagogik mezonlarini ishlab chiqish maqsadga muvofiq. Telefonlardan faqat o‘quv maqsadiga xizmat qiladigan vaziyatlarda foydalanish, boshqa hollarda esa diqqatni chalg‘ituvchi omillarni kamaytirish tavsiya etiladi.

Uchinchidan, yoshlarning o‘zini o‘zi boshqarish kompetensiyalarini rivojlantirish lozim. Vaqtni rejalashtirish, o‘quv vazifalarini ustuvorlashtirish, bildirishnomalarni cheklash va raqamli tanaffuslardan foydalanish samarali profilaktik yondashuvlar hisoblanadi.

To‘rtinchidan, ota-onalar va pedagoglar tomonidan haddan tashqari taqiqlovchi nazoratdan ko‘ra, tushuntirish, maslahat berish va shaxsiy namuna ko‘rsatishga asoslangan yondashuv ustuvor bo‘lishi kerak.

Beshinchidan, smartfonlardan foydalanishning ta'limiy imkoniyatlarini kengaytirish bilan birga, kitobxonlik, jamoaviy muhokama, mustaqil izlanish va bevosita muloqotga asoslangan ta'lim shakllarini rivojlantirish muhimdir.

Xulosa

Yuqoridagi nazariy va metodologik tahlillar shuni ko‘rsatadiki, yoshlarning smartfondan foydalanish xususiyatlari va akademik o‘zlashtirish ko‘rsatkichlari o‘rtasidagi munosabat zamonaviy ta'lim tizimida alohida ilmiy-amaliy ahamiyat kasb etadi. Smartfonlar bilim olish imkoniyatlarini kengaytiruvchi muhim raqamli vosita bo‘lishi bilan bir qatorda, ulardan me'yoridan ortiq va nazoratsiz foydalanish diqqatning susayishi, vaqt resurslarining samarasiz taqsimlanishi, uyqu sifatining buzilishi va o‘quv motivatsiyasining pasayishi kabi holatlar bilan bog‘liq bo‘lishi mumkin.

Mazkur muammoni tahlil qilish jarayonida smartfondan foydalanish davomiyligining o‘zi yetarli mezon emasligi, balki undan foydalanish maqsadi, mazmuni, chastotasi va yoshlarning o‘zini o‘zi boshqarish qobiliyati ham muhim ahamiyatga egaligi namoyon bo‘ladi.

Shu sababli ta'lim muassasalarida raqamli gigiyena madaniyatini rivojlantirish, yoshlarning media va axborot savodxonligini oshirish, mustaqil ta'lim olish ko‘nikmalarini takomillashtirish hamda smartfonlardan maqsadli foydalanish bo‘yicha pedagogik mexanizmlarni ishlab chiqish zarur.

Yakuniy xulosa sifatida ta'kidlash joizki, zamonaviy ta'limning ustuvor vazifasi yoshlarni texnologiyalardan butunlay uzoqlashtirish emas, balki ularda texnologiyalarni ongli ravishda boshqarish, raqamli imkoniyatlardan samarali foydalanish va virtual muhit bilan real hayot o‘rtasidagi muvozanatni saqlash kompetensiyasini shakllantirishdan iborat. Zero, texnologiyaning ta'limdagi haqiqiy samarasi undan foydalanish davomiyligi bilan emas, balki uning inson intellektual salohiyati va bilim olish faoliyatiga qo‘shgan hissasi bilan belgilanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2011). Online Social Networking and Addiction—A Review of the Psychological Literature. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 8(9), 3528–3552.
2. Lepp, A., Barkley, J. E., & Karpinski, A. C. (2015). The Relationship Between Cell Phone Use, Academic Performance, Anxiety, and Satisfaction with Life in College Students. *Computers in Human Behavior*, 31, 343–350.
3. Rosen, L. D., Carrier, L. M., & Cheever, N. A. (2013). Facebook and Texting Made Me Do It: Media-Induced Task-Switching While Studying. *Computers in Human Behavior*, 29(3), 948–958.
4. Ward, A. F., Duke, K., Gneezy, A., & Bos, M. W. (2017). Brain Drain: The Mere Presence of One’s Own Smartphone Reduces Available Cognitive Capacity. *Journal of the Association for Consumer Research*, 2(2), 140–154.

5. Wilmer, H. H., Sherman, L. E., & Chein, J. M. (2017). Smartphones and Cognition: A Review of Research Exploring the Links Between Mobile Technology Habits and Cognitive Functioning. *Frontiers in Psychology*, 8, 605.