



IJTIMOIIY-GUMANITAR SOHADA ILMIIY-INNOVATION TADQIQOTLAR

ILMIY METODIK JURNALI

ISSN 3060-5059



VOL.3 № 5

2026

SHAXSDA ONLAYN QIMOR O‘YINLARIGA MOYILLIK: PSIXOLOGIK OMILLAR VA OLDINI OLIISH MEXANIZMLARI

Umriniso Shobduraximova Toxirova
Andijon davlat pedagogika instituti, PhD, dotsent

Annotatsiya

Mazkur maqolada shaxsda onlayn qimor o‘yinlariga moyillikning psixologik asoslari, uning shakllanishiga ta’sir etuvchi omillar va salbiy oqibatlarini tahlil qilinadi. Shuningdek, ushbu muammoning oldini olish va profilaktika qilishning samarali mexanizmlari ilmiy asosda yoritilgan.

Kalit so‘zlar: onlayn qimor, addiksiya, psixologik moyillik, impulsivlik, emotsional holat, profilaktika, yoshlar, raqamli texnologiyalar, psixologik mexanizm, qimor o‘yinlariga qaramlik, moyillikni shakllantiruvchi psixologik omillar, kognitiv omillar, ijtimoiy omillar.

СКЛОННОСТЬ ЛИЧНОСТИ К ОНЛАЙН-ГЕМБЛИНГУ: ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ И МЕХАНИЗМЫ ПРОФИЛАКТИКИ

Умринисо Шобдуррахимова Тохировна
Андижанский государственный педагогический институт, PhD, доцент

Аннотация

В данной статье анализируются психологические основы зависимости человека от онлайн-азартных игр, факторы, влияющие на её формирование, и её негативные последствия. Также рассматриваются эффективные механизмы профилактики и лечения этой проблемы на научной основе.

Ключевые слова: азартные игры в интернете, зависимость, психологическая предрасположенность, импульсивность, эмоциональное состояние, профилактика, молодежь, цифровые технологии, психологический механизм, игровая зависимость, психологические факторы, формирующие предрасположенность, когнитивные факторы, социальные факторы.

INDIVIDUAL PROPENSITY TO ONLINE GAMBLING: PSYCHOLOGICAL FACTORS AND PREVENTION MECHANISMS

Umriniso Shobduraximova Toxirova
Andijan State Pedagogical Institute, PhD, Associate Professor

Abstract

This article analyzes the psychological foundations of a person's addiction to online gambling, the factors influencing its formation, and its negative consequences. It also discusses effective mechanisms for preventing and treating this problem on a scientific basis.

Keywords: online gambling, addiction, psychological predisposition, impulsivity, emotional state, prevention, youth, digital technologies, psychological mechanism, gambling addiction, psychological factors shaping the predisposition, cognitive factors, social factors.

Raqamli texnologiyalarning jadal rivojlanishi inson hayotiga ko‘plab qulayliklar bilan bir qatorda yangi xavf-xatarlarni ham olib kirdi. Shulardan biri — onlayn qimor o‘yinlarining keng tarqalishidir. Ayniqsa, yoshlar orasida ushbu faoliyatga qiziqishning ortib borishi psixologik va ijtimoiy muammo sifatida dolzarb ahamiyat kasb etmoqda. Bugungi globallashuv va raqamli texnologiyalar rivoji insonlar hayotining deyarli barcha sohalariga o‘z ta’sirini o‘tkazmoqda. Internetning ommalashishi ko‘plab qulaylik va imkoniyatlarni yuzaga keltirdi. Biroq bu imkoniyatlar bilan bir qatorda turli ijtimoiy va psixologik muammolar ham shakllanmoqda. Ayniqsa, onlayn qimor o‘yinlari va ularning salbiy ta’siri hozirgi davrning dolzarb muammolaridan biriga aylandi. Onlayn qimor o‘yinlari nafaqat ko‘ngilochar faoliyat, balki tavakkalchilikka asoslangan o‘ziga xos iqtisodiy va psixologik mexanizmga aylangan bo‘lib, bu o‘yinlarda qatnashuvchi shaxslarning psixologik xususiyatlari va ehtiyojlarini chuqur tahlil qilish zaruratini tug‘dirmoqda.

Onlayn qimor o‘yinlariga moyillik shaxsning psixologik holati, ijtimoiy muhit va individual xususiyatlari bilan bevosita bog‘liq bo‘lib, u asta-sekin addiktiv xulq-atvor shakliga aylanishi mumkin.

Adabiyotlar tahlili. Onlayn qimor o‘yinlarida ishtirok etayotgan insonlarning psixologik holatini

chuqur o'rganish natijalari shuni ko'rsatadiki, qimor o'yinlari orqali hosil bo'ladigan rag'bat va zavq (adrenalin, dopamin ajralishi) tezda qaramlik mexanizmlarini shakllantiradi. Psixolog olimlar P. Delfabro va M. Griffithsning tadqiqotlariga ko'ra, odamlar qimor o'yinlarida yutqazgan mablag'larini tezda qaytarib olishga intilib, tavakkal qiluvchi qarorlarni qabul qilishda davom etadilar [3]. Bu holatda o'yinchi miya mukofot tizimining haddan tashqari faollashuvi tufayli o'yin davomida o'z xatti-harakatlarini nazorat qilishni yo'qotadi. Shu bilan birga, bu jarayon faqat biologik mexanizmlarga emas, balki ijtimoiy omillarga ham bog'liqdir. Masalan, G. Jacobs va J. Derevenskiyning tadqiqotlari ijtimoiy bosim va oilaviy munosabatlarning qimor o'yinlariga moyillikni oshirishdagi rolini ta'kidlaydi [4]. Oilada yoki do'stlar o'rtasida qimor o'yinlari bo'yicha ijobiy munosabat yoki tavakkalchilikni qadrlashga asoslangan madaniyat mavjud bo'lsa, bu yoshlar uchun xavfli omil hisoblanadi. Yoshlar, odatda, psixologik motivatsiya, yangi tajriba izlash yoki adrenalinning yuqori darajasi sabab qimor o'yinlariga qiziqish bildiradilar. Shu bilan birga, xorijiy olimlar yoshlar va kattalar o'rtasidagi qimor o'yinlariga qaramlikning sabablari va oqibatlari farqlarini o'rganganlar. Yoshlar ko'pincha o'yinda hayajon izlashni maqsad qilsa, kattalar iqtisodiy manfaatlarini ko'zlaydi. Bunday farqlar, o'z navbatida, muammoni hal etishda turli xil yondashuvlarni qo'llashni talab etadi.

Tadqiqot metodologiyasi. Onlayn qimor o'yinlariga moyillik — bu shaxsning internet orqali pul tikish, kazino o'yinlari yoki boshqa tavakkalchilikka asoslangan faoliyatlarga haddan tashqari qiziqishi va nazoratni yo'qotishi bilan tavsiflanadigan psixologik holatdir. Jeffrey L. Derevensky “Yoshlar qimor o'yinlariga yangi tajriba izlash va hayajon olish istagi tufayli jalb qilinadi”. Derevensky yoshlar orasida qimor o'yinlariga qaramlikning psixologik sabablarini chuqur tahlil qiladi. U yoshlarning yangi tajriba izlash, o'z-o'zini sinab ko'rish va hayajon olishga intilishi ularni qimor o'yinlariga jalb etuvchi asosiy omillardan biri ekanligini ko'rsatadi [4]. Yoshlar, odatda, o'yin davomida muvaffaqiyatli natijaga tezda erishaman, degan noto'g'ri taxminlarga ega bo'lishadi. Bu ularda tanqidiy fikrlash qobiliyatini zaiflashtiradi va yutqazish xavfini yetarlicha anglab yetmaslikka olib keladi. Derevensky bu muammoning oldini olish uchun ta'lim va xabardorlik dasturlarini ishlab chiqish, yoshlar uchun sog'lom alternativ faoliyatlarni rivojlantirish lozimligini ta'kidlaydi. Profilaktika tadbirlari orqali yoshlar qimor o'yinlarining real oqibatlarini anglashga o'rganadilar.

David C. Hodgins “O'z-o'zini boshqarish strategiyalari qimor o'yinlariga qaramlikdan xalos bo'lishda muhim ahamiyatga ega”.

Hodgins qimor o'yinlariga qaramlikdan qutulishda o'z-o'zini boshqarish strategiyalarining muhimligini tahlil qiladi. Uning tadqiqotlari shuni ko'rsatadiki, qaramlikka uchragan odamlar o'z xatti-harakatlarini anglab, ularni boshqarishni o'rganish orqali tiklanish jarayonini tezlashtirishi mumkin. Hodgins odamlarning muammolarini hal qilishda o'z ichki resurslariga tayangan holda o'ziga nisbatan ishonchni oshirish muhimligini ta'kidlaydi. Shuningdek, u psixoterapevtik yordam va maslahat xizmatlari o'z-o'zini boshqarish jarayonini qo'llab-quvvatlashi kerakligini qayd etadi. Bu jarayonda o'z-o'zini anglash, xatti-harakatlarni nazorat qilish va salbiy tasavvurlarni ijobiy fikrlashga almashtirish kabi qadamlar muhim ahamiyatga ega.

Moyillikni shakllantiruvchi psixologik omillar [6]:

- individual-psixologik omillar — impulsivlik darajasi yuqoriligi;
- past o'z-o'zini nazorat qilish — tavakkalchilikka moyillik, emotsional beqarorlik;
- emotsional omillar — stress va xavotir, depressiv holatlar, yolg'izlik hissi, qoniqmaslik

tuyg'usi.

Kognitiv omillar:

- noto'g'ri ishonch va illuziyalar;
- yutish ehtimolini oshirib baholash;
- “yo'qotilgan pulni qaytarish” fikri.

Ijtimoiy omillar:

Oila nazoratining sustligi.

Tengdoshlar ta'siri.

Internet muhitining ochiqligi.

Onlayn qimor o'yinlarining salbiy oqibatlari. Onlayn qimor o'yinlariga qaramlik quyidagi salbiy oqibatlarga olib keladi:

Moliyaviy muammolar.

- ruhiy buzilishlar (stress, xavotir, depressiya);
- ijtimoiy aloqalarning buzilishi;

- o'qish va ish faoliyatining pasayishi.

Natijalar va muhokama. Tahlillar shuni ko'rsatadiki, onlayn qimor o'yinlariga moyillik ko'p omilli psixologik hodisa bo'lib, uni bartaraf etish kompleks yondashuvni talab etadi. Profilaktika choralari o'z vaqtida amalga oshirilsa, ushbu muammoning oldini olish mumkin.

Oldini olish va profilaktika mexanizmlari

Psixologik profilaktika:

- psixologik treninglar o'tkazish;
- stressni boshqarish ko'nikmalarini rivojlantirish;
- emotsional intellektni shakllantirish.

Tadqiqotlar ko'rsatib turibdiki, onlayn qimor o'yinlari asosan qisqa muddatli yutuqlar evaziga o'yinchini qayta-qayta tavakkal qilishga undaydi. Ushbu jarayon davomida inson miyasi doimiy ravishda qoniqish va mukofot olish mexanizmlariga asoslanib ishlaydi. O'yin davomida tez-tez muvaffaqiyat qozonish yoki muvaffaqiyatsizlikka uchrash hissiy barqarorlikka zarar yetkazadi, shaxsda impulsivlik kuchayadi va o'z-o'zini nazorat qilish qobiliyati susayadi. Buning oqibatida qimor o'yinlariga qaramlik shakllanib, o'yinchi real hayotdagi muammolardan qochish yoki qisqa muddatli stressni bartaraf etish uchun o'yinga yanada ko'proq bog'lanib qoladi.

Xulosa. Onlayn qimor o'yinlariga moyillik zamonaviy jamiyatda tobora dolzarb tus olayotgan murakkab psixologik, ijtimoiy va tarbiyaviy muammolardan biri hisoblanadi. Raqamli texnologiyalar, internet platformalari va mobil ilovalarning keng tarqalishi qimor o'yinlariga kirish imkoniyatini osonlashtirib, ayniqsa yoshlar va psixologik jihatdan beqaror shaxslar orasida bunday salbiy odatlarning shakllanish xavfini kuchaytirmoqda. Onlayn qimor o'yinlari dastlab ko'ngilochar mashg'ulot sifatida qabul qilinsa-da, vaqt o'tishi bilan shaxsda qaramlik, emotsional beqarorlik, impulsiv qaror qabul qilish, moliyaviy mas'uliyatsizlik, ijtimoiy aloqalarning susayishi hamda o'zini nazorat qila olmaslik kabi salbiy holatlarni keltirib chiqarishi mumkin. Mazkur muammoning oldini olishda faqat taqiqlovchi choralar bilan cheklanib qolish yetarli emas. Eng avvalo, shaxsning psixologik barqarorligini oshirish, stressga chidamlilik, o'zini boshqarish, vaqtni to'g'ri taqsimlash, tanqidiy fikrlash va ongli tanlov qilish ko'nikmalarini shakllantirish muhim ahamiyatga ega. Shuningdek, oilada sog'lom ma'naviy-psixologik muhit yaratish, ot-onalar tomonidan farzandlarning internetdagi faoliyatini pedagogik nazorat qilish, ularga raqamli xavfsizlik va zararli virtual odatlardan himoyalanih bo'yicha tushunchalar berish zarur.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Griffiths M. Gambling Addiction and Its Treatment. – London, 2015.
2. Blaszczynski A., Nower L. A pathways model of problem gambling. – 2002.
3. G'oziev E. G'. Umumiy psixologiya. – Toshkent, 2019.
4. Young K. S. Internet Addiction. – New York, 1998.
5. Lesieur H. R. The Chase: Career of the Compulsive Gambler. – 1984.
6. American Psychiatric Association. DSM-5. – 2013.
7. Ланцет общественного здравоохранения. Азартные игры и общественное здравоохранение: нам нужны политические действия для предотвращения вреда // The Lancet Public Health. – 2017. – Vol. 2, No. 10. – С. 451.
8. Кинг Д. Л., Дельфаббро П. Х., Капсис Д., Цваанс Т. Подростки симулируют азартные игры через цифровые и социальные сети: новая проблема // Компьютеры в поведении человека. – 2014. – Т. 31. – С. 305–313.
9. Деревенский Дж. Л., Гупта Р. Подростки с проблемами азартных игр: краткий обзор наших текущих знаний // Электронный журнал по проблемам азартных игр. – 2004. – С. 10.
10. Гриффитс М. Д., Парк Дж. Азартные игры в Интернете среди подростков: обзор // Международный журнал подростковой медицины и здоровья. – 2010. – Т. 22, № 1. – С. 59–75.