

Elnarə Əkbər qızı İsayadə,
Azərbaycan Dövlət Pedaqoji Universitetinin
Pedaqoji psixologiya kafedrasının müəllimi
<https://orcid.org/0009-0000-4255-6654>
E-mail: elnare.i0171@gmail.com
[https://doi.org/10.69682/arti.2025.92\(4\).204-207](https://doi.org/10.69682/arti.2025.92(4).204-207)

GƏNCLİK YAŞ DÖVRÜNDƏ İNTERNET ASILILIĞININ PSIXOLOJİ ASPEKTLƏRİ

Elnara Akbar Isazada,
lecturer of the department of the Pedagogical psychology
at Azerbaijan State Pedagogical University

PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF INTERNET ADDICTION IN YOUTH

Эльнара Акбар гызы Исазаде,
преподаватель кафедры Педагогической психологии
Азербайджанского Государственного Педагогического Университета

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ У МОЛОДЕЖИ

Xülasə. Elmi məqalədə gənclik yaş dövründə internet asılılığının psixoloji xüsusiyyətləri və aspektləri işıqlandırılmışdır. Məqalədə kompüter asılılığının mənfi və müsbət təzahürləri, kompüter asılılığının amilləri öyrənilmişdir. internet mühitində ünsiyyət mənalı xarakter daşıyır, bu müddət ərzində iştirakçılar real həyatda ünsiyyət prosesini müəyyən dərəcədə təkrarlayaraq qarşılıqlı əlaqədə ola və bir-birinə təsir edə bilirlər.

Açar sözlər: gənclik yaş dövrü, internet asılılığı, ünsiyyət prosesi, sosial təhlükə, risk faktorları

Abstract. The scientific article covers psychological characteristics and aspects of Internet addiction in adolescence. The article studies negative and positive manifestations of computer addiction, factors of computer addiction. Communication in the Internet environment is of a meaningful nature, during which participants can interact and influence each other, to a certain extent repeating the process of communication in real life.

Key words: adolescence, internet addiction, communication process, social danger, risk factors

Аннотация. В научной статье освещаются психологические особенности и аспекты интернет-зависимости в подростковом возрасте. В статье изучаются негативные и позитивные проявления компьютерной зависимости, факторы компьютерной зависимости. Общение в интернет-среде носит содержательный характер, в ходе которого участники могут взаимодействовать и влиять друг на друга, в определенной степени повторяя процесс общения в реальной жизни.

Ключевые слова: подростковый возраст, интернет-зависимость, процесс общения, социальная опасность, факторы риска

Kompüter asılılığının yayılması sosial təhlükə daşıyır, ona görə də gənclərin şəxsiyyəti üçün təzahürün ən tipik formalarını, risk faktorlarını və mənfi nəticələrini nəzərə almaq məsləhətdir. Bir sıra mənbələrin təhlili əsasında psixoloqların bu problemlə bağlı fikirlərini ümumiləşdirdik. Bir sözlə, kompüter asılılığının əsas mənfi təzahürlərinə aiddir: [1, s.409].

1. Sosial şəbəkədə həddindən artıq onlayn ünsiyyət. Sosial şəbəkələr internet vasitəsi-

lə müxtəlif növ məlumat mübadiləsi üçün yaranan böyük insan qruplarının sosial münasibətlərinin və ya əlaqələrinin xüsusi bir növüdür. Burada heç bir iyerarxiya, formal öhdəliklər yoxdur, yalnız ünsiyyət qurmaq üçün şəxsi istək var. Gənclər əvvəlcə bu asılılığı hiss etmirlər, lakin sosial şəbəkəyə girişi itirən kimi onlarda dərhal asılılıq əlamətləri yaranır: yuxu ilə bağlı problemlər, narahatlıq və ya qorxu hissi, narazılıq, əsəbilik, əhval-ruhiyyənin dəyişməsi və s.

Sosial şəbəkələri funksionallığına görə təsnif etmək olar: ünsiyyət və əyləncə üçün insanlar tapmaq, xüsusi sosial qrupların və insanların kateqoriyalarının (funksional məhdudiyyətləri olan insanlar, kiçik uşaqları olan valideynlər, qeyri-ənənəvi cinsi oriyentasiyalı insanlar, proqramçılar və s.) tematik ünsiyyəti üçün ixtisaslaşmış sosial şəbəkələr. Gənc üçün sosial təhlükə birbaşa ünsiyyətin virtual ilə əvəz edilməsində özünü göstərir. Gənclərin potensial ünsiyyət üçün qeyri-məhdud auditoriyası və özünü ifadə etmək üçün böyük imkanları vardır. Onlar üçün zərər real ünsiyyəti həyata keçirə bilməməkdə, ondan qorxmaqda, illüziyalar aləminə qaçmaqda ifadə olunur. Başqa bir təhlükə isə ondan ibarətdir ki, bu şəbəkələrdə kibercinayətkarlar, ruhi xəstələr və özünü həmyaşd kimi göstərən, ünsiyyətdə və görüşdə israr edən pozğunlarla ünsiyyət qurmaq mümkündür. Yeniyetmə və gənclər risk altında olanlardır, çünki onlarda özünü təsdiq etmək, həmyaşdları ilə ünsiyyət qurmaq, yeni emosiyalar axtarmaq, özünü nümayiş etdirmək, təcrübəsizlik və risk etmək istəyi ən aktual tələbatdır [2, s.92].

2. Məlumat axtarışına maraq. Sosial təhlükə maraqlı məlumatların axtarışında qeyri-məhdud vaxt itkisində özünü göstərir. İnternetdən asılı olmanın xüsusi təhlükəsi kompüter şəbəkələrinin dünya ilə əsas ünsiyyət vasitəsinə çevrildiyi şəxsləri gözləyir. Fərd üçün zərər məqsədsiz olaraq faydalı görünən məlumatların toplanmasında, yersiz vaxt itkisində, yuxu rejiminin pozulmasında və s.də özünü göstərir. Gənc üçün məlumatlara nəzarətsiz daxil olmaq təhlükəlidir. Bunlar qeyri-insani və pornoqrafik məzmunlu materiallar, zorakılıq və narkotiklərin təbliğatıdır. Bir gənc üçün bu, maraq və özünü təsdiqləməni təmin etmək üçün lazım olan böyük yüklərin həyatı elementlərini ehtiva edən yeni məlumatlardır. Bu, özünüdərkə qüsurlara, sosial təhlükəli məlumatların mənimsənilməsinə, etibarsız faktlara gətirib çıxara bilər.

3. Kompüter oyunlarına aludəçilik – insanın müəyyən növ kompüter oyunlarına həddən artıq fiksasiya yolu ilə psixi vəziyyətini dəyişmək məqsədilə daim kompüter arxasında vaxt keçirməyə olan patoloji həvəsidir.

Onu şərti olaraq qumar və qumarsız oyunlara bölmək olar [3, s.39]. Qumar elə bir oyun növüdür ki, udmaq və uduzmaq əsasən şansdan, bəxtədən və daha az oyunçunun bacarığından ası-

lıdır və bir qayda olaraq udmaq və ya uduzmaq məzmununu pul təşkil edir. Buna misal olaraq kart oyunlarının kompüter versiyaları, rulet, lotereya, slot maşınlarının simulyatorları, yəni kazino oyun repertuarının kompüter versiyaları göstərilə bilər. Sosial təhlükə oyun üçün maddi xərclərin artması və uduzma riski, reallıqdan qaçmaq, real həyatı oyunun qeyri-real dünyası ilə əvəz etmək, şəxsi oyun üçün lazım olan vəsaiti əldə etmək üçün istənilən vasitə (o cümlədən cinayətə) sövq etmək, real psixi pozutlular (qumar xəstəliyi – patoloji ehtiras) təhlükəsindədir.

Qeyri-qumar kompüter oyunları şərti olaraq rollu və rollu olmayan oyunlara bölünür. Rol oyunları oyunçunun psixikasına böyük təsir göstərir, oyun fəaliyyəti üçün motivasiya ilə xarakterizə olunur. Oyunçu kompüter xarakterli rolunu öz üzərinə götürmür, yəni asılılığın formalaşması və oyunların insanın şəxsiyyətinə təsiri o qədər də əhəmiyyətli deyil [4,s.144]. Kompüter oyunlarının əsas motivləri bunlardır: məqsədlərə çatmaq həyəcanı, həyəcanlandırma arzusu, özünü təsdiq etmək üçün oyun keçmək, əyləncə, maraq, modaya riayət etmək istəyi.

Kompüter asılılığına meyl bir çox amillərin səbəb olduğu bir fenomenlə müəyyən edilir. Ancaq bir-biri ilə əlaqəli amillər sistemi yalnız müəyyən şərtlərdə asılılığın səbəbi ola bilər. Beləliklə, qarşıya qoyulan problemlərin həm nəzəri, həm də praktiki təhlilinin əsas vəzifəsi kompüter aludəçiliyinin səbəbkarı rolunu hansı amillər sisteminin və hansı şərtlərlə bağlı olduğunu müəyyən etməkdir [5, s.195].

Kompüter asılılığının amilləri ənənəvi olaraq aşağıdakılara bölünür:

- *psixoloji amillər* (xarakterin vurğulanma növü, hisslərin və yaranan təcrübələrin cəlb ediliyi, sosial maraqların olmaması, özünü təsdiq etmək istəyi);

- *sosial amillər* (məsuliyyət dərəcəsi, həmyaşdqların təsiri);

- *bioloji amillər* (irsiyyət, xroniki xəstəliklər, orqanik beyin zədələnməsi və s.) [6, s.69].

Bəzi müəlliflərə görə, oyunçu üçün kompüter asılılığından yaranan sosial təhlükə aşağıdakılarla xarakterizə olunur:

- bu oyunlarda qəddarlığın olması, çoxlu miqdarda qan və mənəvi dəyərlərin yenidən qiymətləndirilməsi (qərar qəbul edə və məsuliyyətdən qorxmamaq) səbəbi ilə artan təcavüz. Bu iş-

tirəkçilik prosesi və oyunçunun qəhrəmanla aktiv eyniləşdirilməsi səbəbindən baş verir;

- ictimai faydalı fəaliyyətlər (təhsil, idman, ünsiyyət) üçün lazım olan vaxt itkisi və öz vəzifələrini yerinə yetirməsi (ailə, dostluq, peşəkarlıq) real həyatda problemlər yaradır. Şəxslər arasında münasibətlərdə çətinliklər, işdə və təhsil müəssisələrində nizam-intizamın pozulması, münaqişələr, boşanmalar yaranır.

- bir müddət kompüter oyunu oynamaq imkanı olmadıqda, oyunçuda narahatlıq, özündən şübhələnmək, depressiya;

- oyundan kənarda müsbət emosiyalar və həzz ala bilməmək, zəruri varlığın dolğunluğu hissini əldə etmək üçün real dünyanı virtual dünyaya dəyişmək istəyi.

- ailə, təhsil və peşə vəzifələrini yerinə yetirə bilmək üçün kompüterdə keçirdiyi vaxtın gündüz və axşam gecə saatlarından köçürülməsi ilə əlaqədar yuxu pozğunluğu, xroniki yorğunluq, artan əsəbilik. Yuxusuzluğu aradan qaldırmaq üçün oyunçular tez-tez qəhvə, güclü çay, siqaret və digər tonik maddələr, o cümlədən narkotik maddələrdən həddindən artıq istifadə edirlər;

- *fizioloji dəyişikliklər* (qan dövranının pozulması, təzyiqin düşməsi, baş ağrıları), dayaq-hərəkət sistemində, mədə-bağırsaqda xəstəliklərin baş verməsi (artıq çəki, iştahasızlıq, nizam-sız qidalanma) və ya kompüterdə uzun müddət statik qalma səbəbindən onların kəskinləşməsi. Baxışın monitor ekranında cəmləşməsi və düzgün işıqlandırılmaması oyunçunun görmə qabiliyyətinə mənfi təsir göstərir [7, s.279].

Elmi ədəbiyyatda gənclərin şəxsiyyətinə müsbət təsirin əsasını iki komponent təşkil edir: 1) sürətli və çoxistiqamətli rabitənin təmin edilməsi; 2) İnternetdən istifadə etmək bacarığı – idrakın inkişafı üçün bir mühitdir.

Birinci komponent həmyaşıdları ilə ünsiyyətin çox vacib olduğu gənclik yaş dövrünün

əsas fəaliyyət növünə uyğundur. Bu yaşda şəxsiyyət valideynlər və böyükklər ilə ünsiyyətdən həmyaşıdları ilə ünsiyyətə istiqamətləndiyindən İnternet ünsiyyəti böyükklərin onlara demədiyi şeylər haqqında məlumat əldə etmək üçün bir kanala çevrilir [8,s.25]. Həmyaşıdları ilə ünsiyyət prosesində yeniyetmə və gənclər yeni əlaqələr yaratmaq imkanı əldə edirlər ki, bu da D. Elkoninin fikrincə, onların sosial inkişafı üçün çox vacibdir.

Beləliklə, internet mühitində ünsiyyət mənalı xarakter daşıyır, bu müddət ərzində iştirakçılar real həyatda ünsiyyət prosesini müəyyən dərəcədə təkrarlayaraq qarşılıqlı əlaqədə ola və bir-birinə təsir edə bilirlər. İnternet mühitində ünsiyyətin əsas müsbət cəhəti yeniyetmə və gənclər arasında ünsiyyət imkanlarının mövcudluğu və sərhədsizliyidir.

İnternet mühitinin təsirinin **ikinci müsbət komponenti** internet mühitindən koqnitiv inkişaf üçün, xüsusən də idrak, öyrənmə və özünütəhsil prosesi üçün istifadə etmək bacarığıdır [9, s.181].

Yeniyetmə və gəncin müstəqillik arzusunun nəzərə alsaq internet mühiti təhsil proqramları və informasiya platformaları yaratmaq üçün əlverişlidir. Tədqiqatın nəticələrinə görə, internet mühitində işləyərkən gənclər zövq, sürpriz, sevinc, maraq yaradan bütün müsbət emosiyaları yaşamağa meyllidirlər. Belə vəziyyət onu göstərir ki, internet mühiti fərdin idrak inkişafına müsbət təsir göstərə və marağı təmin edə bilər.

Problemə aktuallığı. Tədqiqatın aktuallığı gənclər arasında internet asılılığının psixoloji xüsusiyyətlərini, aspektlərini araşdırmaqdır.

Problemə elmi yeniliyi. Elmi məqalədə internet asılılığının aspektləri və xüsusiyyətləri araşdırılır.

Problemə praktik əhəmiyyəti. Məqalədə ali və orta ixtisas məktəblərinin müəllimləri, tələbələr, magistrantlar və doktorantlar istifadə edə bilirlər.

Ədəbiyyat

1. Выдровская В.В. Психологические особенности развития памяти подростков с интернет-зависимостью. // В сборнике: Векторы психологии: психолого-педагогическая безопасность личности в современной образовательной среде. Сборник материалов III Международной заочной научно-практической конференции. Редколлегия: Т.Г. Шатюк (гл. ред.) [и др.]. - Гомель, -2021. -с. 409-413.
2. Гуренко Е.В. Профилактика интернет-зависимости подростков. В сборнике: Будущее науки - 2021. // Сборник научных статей 9-й Международной молодежной научной конференции. В 6-ти томах. Отв. редактор А.А. Горохов. -Курск, 2021. -с. 92-95.

3. Иванова Т.В. Психологические особенности подростков с интернет-зависимостью. // Провинциальные научные записки. 2018. № 1. -с. 39-44.
4. Ласкажевская А.А. Личностные особенности и психическое состояния у подростков с интернет-зависимостью. // В сборнике: Актуальные психолого-педагогические исследования. Сборник научных трудов. -Магнитогорск, 2018. -с. 144-147.
5. Нагорная В.О. Психологические особенности межличностных отношений подростков, склонных к интернет-зависимости от онлайн-общения. // В сборнике: Современная педагогика и психология: проблемы и перспективы. материалы Международной студенческой научно-практической конференции: в 2-х томах. Редакторы: И.Д. Лельчицкий, О.О. Гонина. -2018. -с. 195-199.
6. Харламова О.А. Особенности психологического пространства личности подростков, склонных к разным формам отклоняющегося поведения. // Педагогический вестник. -2021. № 18, -с. 69-72.
7. Шишова Е.О., Хафизова А.Р. Социально-психологические особенности подростков с разным уровнем компьютерной активности. // Е.О. Шишова, А.Р. Хафизова. // Вестник Удмуртского университета. Серия Философия. Психология. Педагогика. -2022. № 3, -с. 279-288.
8. Хуторянская Т.В., Петрова Л.Г., Нургалиева А.М. Социально-психологические особенности подростков с разной степенью интернетзависимости. / Т.В. Хуторянская, Л.Г. Петрова //Мир науки. Педагогика и психология.- 2019. № 3, -с. 25.
9. Хамади Г.И. Интернет-зависимость у подростков. // В сборнике: European Scientific Conference. Сборник статей X Международной научно-практической конференции. В 2 частях. Ответственный редактор Гуляев Герман Юрьевич. - 2018. -с. 181-183.

Redaksiyaya daxil olub: 19.05.2025.