



**"ZAMONAVIY ILMIY YONDASHUVLAR VA TEXNOLOGIK  
TARAQQIYOTNING USTUVOR YO'NALISHLARI" nomli Respublika  
ilmiy-amaliy masofaviy konferensiyasi  
VOLUME-1, ISSUE-2, 2026**

## **SOCIAL-PSYCHOLOGICAL FACTORS OF ADOLESCENTS' ADDICTIVE BEHAVIOR TO INTERNET GAMES**

**B. Eshnazarova**

**Abstract.** This scientific article examines the socio-psychological factors influencing adolescents' addictive behavior toward internet games. The study analyzes the role of family environment, peer influence, virtual communication, and digital technologies in the development of gaming addiction. Psychological consequences and preventive strategies are also discussed.

**Keywords:** internet games, addictive behavior, adolescents, social environment, psychological factors, gaming addiction, virtual communication.

### **O'SMIRLARNING INTERNET O'YINLARIGA BO'LGAN ADDIKTIV XULQ-ATVORINING IJTIMOIIY-PSIXOLOGIK OMILLARI**

**Annotatsiya.** Mazkur ilmiy maqolada o'smirlarning internet o'yinlariga qaramlik xususiyatlari, uning shakllanishiga ta'sir etuvchi ijtimoiy-psixologik omillar, oilaviy muhit, tengdoshlar ta'siri, virtual kommunikatsiya va zamonaviy axborot texnologiyalarining o'smir shaxsiga ko'rsatadigan ta'siri tahlil qilingan. Shuningdek, internet o'yinlariga addiktiv moyillikning psixologik oqibatlari hamda profilaktik choralar yoritilgan.

**Kalit so'zlar:** internet o'yinlari, addiktiv xulq-atvor, o'smirlar, ijtimoiy muhit, psixologik omillar, virtual kommunikatsiya, internet qaramligi.

**Аннотаци:** В данной научной статье рассматриваются социально-психологические факторы формирования аддиктивного поведения подростков к интернет-играм. Анализируются влияние семьи, сверстников, виртуального общения и цифровой среды на психику подростков. Также раскрываются психологические последствия игровой зависимости и методы профилактики.



**“ZAMONAVIY ILMIY YONDASHUVLAR VA TEXNOLOGIK  
TARAQQIYOTNING USTUVOR YO‘NALISHLARI” nomli Respublika  
ilmiy-amaliy masofaviy konferensiyasi  
VOLUME-1, ISSUE-2, 2026**

**Ключевые слова:** интернет-игры, аддиктивное поведение, подростки, социальная среда, психологические факторы, интернет-зависимость.

Bugungi globallashuv va raqamli texnologiyalar rivojlangan davrda internet o‘yinlari o‘smirlar hayotining ajralmas qismiga aylanib bormoqda. Zamonaviy o‘smirlarning aksariyati bo‘sh vaqtining katta qismini virtual o‘yinlar bilan o‘tkazmoqda. Bu holat ayrim ijobiy jihatlarga ega bo‘lsa-da, me‘yoridan ortiq foydalanish addiktiv xulq-atvorni yuzaga keltirishi mumkin. Addiktiv xulq-atvor insonning ma‘lum faoliyatga haddan tashqari bog‘lanib qolishi bilan xarakterlanadi. Internet o‘yinlariga qaramlik o‘smirning ijtimoiy munosabatlari, ta‘lim faoliyati, hissiy holati va oilaviy munosabatlariga salbiy ta‘sir ko‘rsatadi. Shu sababli mazkur muammoning ijtimoiy-psixologik omillarini ilmiy jihatdan tahlil qilish muhim ahamiyat kasb etadi.

Addiktiv xulq-atvor – bu shaxsning real hayotdagi muammolardan qochish maqsadida ma‘lum faoliyat yoki vositaga psixologik jihatdan bog‘lanib qolishidir. Internet o‘yinlari esa virtual muhitda amalga oshiriladigan interaktiv faoliyat bo‘lib, ular o‘smirlar uchun qiziqarli, hissiy jihatdan rag‘batlantiruvchi va kommunikativ maydon hisoblanadi.

Psixologik tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, internet o‘yinlari inson miyasida dopamin ajralishini kuchaytiradi. Bu esa o‘yin jarayonidan zavqlanish hissini yuzaga keltirib, takroriy ehtiyojni shakllantiradi. Natijada o‘smir o‘yinga qaram bo‘lib qolishi mumkin.

O‘smirlik davri inson hayotidagi murakkab va o‘tish bosqichi hisoblanadi. Ushbu davrda shaxsning mustaqillikka intilishi, hissiy beqarorligi, o‘zini namoyon qilish ehtiyoji kuchayadi. O‘smirlar tengdoshlar fikriga juda sezgir bo‘lib, virtual muhitdagi ijtimoiy maqomga katta ahamiyat beradi. Aynan shu omillar internet o‘yinlariga moyillikni kuchaytiradi. O‘yinlarda g‘alaba qozonish, yangi bosqichlarni egallash va



**“ZAMONAVIY ILMIY YONDASHUVLAR VA TEXNOLOGIK  
TARAQQIYOTNING USTUVOR YO‘NALISHLARI” nomli Respublika  
ilmiy-amaliy masofaviy konferensiyasi  
VOLUME-1, ISSUE-2, 2026**

virtual do‘stlar orttirish o‘smirda o‘ziga ishonch hissini oshiradi. Real hayotda yetishmayotgan e‘tibor va muvaffaqiyat virtual muhit orqali kompensatsiya qilinadi.

Oiladagi psixologik iqlim o‘smirning xulq-atvoriga kuchli ta‘sir ko‘rsatadi. Noto‘liq oilalar, ota-onaning e‘tiborsizligi, oilaviy nizolar va nazoratning sustligi internet o‘yinlariga qaramlikning muhim omillaridan biri hisoblanadi. Ba‘zi ota-onalar farzandining ko‘p vaqtini telefonda yoki kompyuterda o‘tkazishini oddiy holat sifatida qabul qiladi. Natijada o‘smir virtual dunyoga tobora chuqur kirib boradi. Aksincha, sog‘lom oilaviy munosabatlar, samimiy muloqot va nazorat qaramlikning oldini olishda muhim omildir.

Tengdoshlar guruhi o‘smir shaxsining shakllanishida katta rol o‘ynaydi. Ko‘pchilik internet o‘yinlari jamoaviy tarzda o‘ynalishi sababli o‘smir tengdoshlari bilan bir xil faoliyatda ishtirok etishga intiladi. Bu esa o‘yinga bo‘lgan qiziqishni kuchaytiradi. Shuningdek, internet klublari, ijtimoiy tarmoqlar va kibersport madaniyatining ommalashuvi ham addiktiv xulq-atvorning rivojlanishiga xizmat qilmoqda. O‘smirlar virtual yutuqlarni real muvaffaqiyat sifatida qabul qila boshlaydi.

Internet o‘yinlariga qaramlikning shakllanishida individual psixologik xususiyatlar muhim o‘rin tutadi. Past o‘z-o‘zini baholash, yolg‘izlik hissi, depressiv holatlar, tashvishlilik va stressga chidamlilikning pastligi o‘smirni virtual muhitga yetaklaydi. Ko‘plab tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, emotsional muammolarga ega bo‘lgan o‘smirlar internet o‘yinlarini psixologik himoya vositasi sifatida qabul qiladi. Ular virtual dunyo orqali real muammolardan vaqtincha uzoqlashadi. Internet o‘yinlariga ortiqcha berilish o‘smirning jismoniy va ruhiy salomatligiga salbiy ta‘sir ko‘rsatadi. Uyqu buzilishi, ko‘rish qobiliyatining pasayishi, jismoniy faollikning kamayishi kabi muammolar yuzaga keladi. Bundan tashqari, o‘quv motivatsiyasi pasayadi, agressivlik kuchayadi,



**“ZAMONAVIY ILMIY YONDASHUVLAR VA TEXNOLOGIK  
TARAQQIYOTNING USTUVOR YO‘NALISHLARI” nomli Respublika  
ilmiy-amaliy masofaviy konferensiyasi  
VOLUME-1, ISSUE-2, 2026**

ijtimoiy izolyatsiya holati yuz beradi. Ayrim hollarda o‘smirlar real hayotdan uzoqlashib, virtual muhitni afzal ko‘ra boshlaydi.

Internet o‘yinlariga qaramlikning oldini olishda oilaviy nazorat, psixologik yordam va sog‘lom ijtimoiy muhit muhim ahamiyatga ega. Ota-onalar farzandlari bilan samimiy muloqot olib borishi, bo‘sh vaqtni mazmunli tashkil etishi lozim. Maktablarda psixologik treninglar, ma‘naviy-ma‘rifiy tadbirlar va sport faoliyatlarini rivojlantirish ham muhim profilaktik choradir. Psixologlar tomonidan o‘smirlarda stressni boshqarish, kommunikativ ko‘nikmalarni rivojlantirish va o‘zini anglash bo‘yicha mashg‘ulotlar olib borilishi tavsiya etiladi.

Xulosa qilib aytganda, internet o‘yinlariga bo‘lgan addiktiv xulq-atvor zamonaviy jamiyatning dolzarb ijtimoiy-psixologik muammolaridan biridir. Mazkur muammo o‘smirlarning psixik rivojlanishi, ijtimoiylashuvi va ta‘lim faoliyatiga salbiy ta‘sir ko‘rsatadi. Addiktiv xulq-atvorning shakllanishida oilaviy muhit, tengdoshlar ta‘siri, individual psixologik xususiyatlar va virtual kommunikatsiya asosiy omillar sifatida namoyon bo‘ladi. Muammoni bartaraf etishda kompleks profilaktik choralar, psixologik yordam va sog‘lom ijtimoiy muhit yaratish muhim ahamiyat kasb etadi.

#### **Foydalanilgan adabiyotlar**

1. Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya. – Toshkent: O‘qituvchi, 2021.
2. G‘oziev E.G‘. Psixologiya. – Toshkent: Universitet, 2020.
3. Young K. Internet Addiction: Symptoms, Evaluation and Treatment. – New York, 2019.
4. Griffiths M. Online Gaming Addiction in Adolescents. Journal of Behavioral Addictions, 2020.
5. Davis R. Cognitive-Behavioral Model of Pathological Internet Use. Computers in Human Behavior, 2018.



**“ZAMONAVIY ILMIY YONDASHUVLAR VA TEXNOLOGIK  
TARAQQIYOTNING USTUVOR YO‘NALISHLARI” nomli Respublika  
ilmiy-amaliy masofaviy konferensiyasi  
VOLUME-1, ISSUE-2, 2026**

6. Bandura A. Social Learning Theory. – New Jersey, 2017.
7. Freud Z. Introduction to Psychoanalysis. – London, 2016.
8. Erikson E. Identity and Adolescence. – New York, 2018.
9. WHO. Gaming Disorder Classification Report, 2022.
10. UNICEF. Children in a Digital World Report, 2021.
11. Крайг Г. Психология развития. – Санкт-Петербург, 2019.
12. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. – Москва, 2018.
13. Берн Э. Игры, в которые играют люди. – Москва, 2020.
14. Абдурахмонов Ф. Ёшлар психологияси. – Тошкент, 2022.
15. Ismoilov S. O‘smirlar psixologiyasi va zamonaviy texnologiyalar. – Samarqand, 2023.