

UOT 159.9

Sənubər Abdurəhim qızı Məmmədova
fəlsəfə doktoru hazırlığı üzrə dissertant
Azərbaycan Respublikası Təhsil İnstitutu

YENİYETMƏLƏRDƏ KOMPÜTER OYUN ASILILIĞININ PSIXOLOGİYASI HAQQINDA

Sanubar Abdulragim gızı Mamedova
dissertant İnstitutuа Образования Азербайджанской Республики
по подготовке доктора философии

О ПСИХОЛОГИИ КОМПЬЮТЕРНОЙ ИГРЫ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Sanubar Abdulrahim Mammadova
doctoral student of the Institute of the Institute of Education of the Republic of Azerbaijan

ABOUT PSYCHOLOGY OF TEENAGERS COMPUTER GAMING ADDICTION

Xülasə: Uşaq və yeniyetmələrin tərbiyəsi müasir cəmiyyətin prioritet vəzifəsidir. Bu məqalədə kompüter oyunları oynayan yeniyetmələrin şəxsi keyfiyyətlərinin bəzi aspektləri tədqiq olunur. Məqalədə virtual və kompüter oyun asılılığının yeniyetmə şəxsiyyətinin formalaşmasına təsiri problemləri araşdırılır. Asılılığın yeni bir sahə-si olan kompüter oyunlarından asılılığının yaranma səbəbləri, xüsusiyyətləri və mənfi nəticələri göstərilmişdir.

Açar sözlər: *İnternet asılılığı, zorakılıq qurbanı, mənəvi - əxlaqi dəyərlər, asılılıq, kompüter oyunları asılılığı, kiberoynunlar, kiberməkan, kompüterdən patoloji istifadə*

Резюме: Воспитание детей и подростков является приоритетным обязательством современного общества. В данной работе изучены некоторые аспекты широкого проблемного поля, связанного с изучением личностных особенностей подростков играющих в компьютерные игры. В статье исследуются проблемы увлеченности подростков виртуальной игровой реальностью и в использовании этой реальности для их личностного роста. Указываются причины возникновения, особенности и негативные последствия зависимости от компьютерных игр, являющейся новой областью исследования аддиктологии.

Ключевые слова: *Интернет-зависимость, жертва насилия, духовно-нравственные ценности, зависимость, зависимость от компьютерных игр, киберигры, киберпространство, патологическое пользование компьютером*

Summary: Education of children and adolescents is a priority obligation of modern society. In this work, we study some aspects of a wide problem field, connected with the study of the personal characteristics of adolescents playing computer games. The article studies the problems of adolescents' enthusiasm for virtual game reality and the use of this reality for their personal growth. The causes, peculiarities and negative consequences of dependence on computer games, which is a new area of addictology research, are indicated.

Key words: *Internet addiction, the victim of violence, moral values, addiction, computer games addiction, pathological use of computers*

Hazırda yeni texnologiyalar və kompüter hər birimizin həyatının ayrılmaz tərkib hissəsinə çevrilib. Bəziləri ondan informasiya əldə etmək üçün, bəziləri isə ünsiyyət və hobbii məqsədilə istifadə edir. Şübhəsiz kompüter, smartfon,

planşet müasir həyatımızın, əsasən də yeniyetmə gənclərin zəruri kommunikativ atributlarına çevrilib. Lakin bununla belə, kompüter qarşısında keçirilən zaman norma həddini aşdıqda uşaq və yeniyetmələr sosial cəhətdən təcrid olunur və

onları ancaq virtual aləm maraqlandırır, nəticədə kompüter asılılığı yaranır. Bunların içərisində ən geniş yayılanı isə oyun asılılığıdır. Statistik məlumatlara əsasən dünya əhalisinin 5%-i oyun asılılığından əziyyət çəkir və bununla bağlı psixoloji yardıma ehtiyacı var. [24] Beləliklə, qloballaşan dünyamızda İKT vasitələri get-gedə insan fəaliyyətinin bütün sahələrinə daha geniş və dərin nüfuz etməyə başlayır. Bunun da nəticəsində insan fəaliyyəti, cəmiyyətin müxtəlif sferaları köklü dəyişikliklərə məruz qalır, tamamilə yeni sosial-psixoloji mühit formalaşır. Göründüyü kimi inkişaf edən texnologiya əsri və İnternet şəbəkəsinin sürətlə yayılması insanları yeni bir problemlə qarşı-qarşıya qoyub: kompüter oyun asılılığı

Kompüter oyunları asılılığı, İnternet asılılığının bir qolu olub, özündə asılılığın bütün simptomlarını ehtiva edir. Amerika Psixiatriya Assosiasiyasının (APA) rəyinə görə, bu asılılıq bütün dünyada ciddi bir xəstəlik kimi qəbul olunmasada, çox ciddi fəsadlara aparır. Çünki, oyun asılılığı insanı real həyatdan uzaqlaşdırır. Araşdırmalara görə, getdikcə daha geniş kütlə arasında populyarlıq qazanan kompüter oyunları, 11-35 yaş aralığında olan insanlara təsir edir. Onlar gündə 20 saata yaxın oyun oynayırlar. [25]

Qlobal miqyasda böyük təşviş yaratdığına görə bu problem dünya alim və psixoloqlarının diqqət mərkəzindədir. Müxtəlif psixoloji məktəb və cərəyanların nümayəndələri məsələnin mahiyyətini araşdırırlar. Filosof psixoloqlar: Z. Freyd, F. Şiller, K. Büler, K. Qross. Y. Xeyzinqa və başqaları oyunların nəinki uşaqların, hətta böyüklərin də həyatında müstəsna rol oynadığını psixoanaliz etmişlər. Bu problemin İnternet-asılılıqla sıx bağlı olaraq öyrənilməsi sahəsində A. Qoldberqin, K. Yanqın xüsusi əməyi vardır. A. Qoldberq və K. Yanq tərəfindən internet asılılığının diaqnostik meyarları tədqiq edilmişdir. M. Qriffits tərəfindən isə əsasən oyun asılılığı əsasında internet asılılığının formalaşma imkanları öyrənilmişdir. Rusiyada isə A.E. Voyskunski bu asılılığın təyini üçün öz meyarlarını işləyib hazırlanmışdır. Rus alimləri L. SVıqotski, D.B. Elkonin, S.L. Rubinşteyn və başqa tədqiqatçılar tərəfindən internetdən, o cümlədən kompüterdən addiktiv (asılı) istifadəçilərin xüsusiyyətləri tədqiq edilmişdir. Oyun asılılığının yaratdığı addiktiv davranışı fəaliyyət növü kimi

araşdıran A.B. Voysunski, Y.D. Babayeva, A.Q. Şmelev, S.K. Rıgenko və başqaları virtual oyunların uşaq və yeniyyətlərin “kövrək” psixologiyasında yaratdığı psixi pozğunluqları tədqiq etmiş və bunlardan xilas yollarını araşdırmışlar. [18]

İnternet şəbəkəsindən, kompüter oyunlarından asılılıq alkoqol və ya narkotik asılılıqdan heç də təhlükəsiz deyil, çünki, uşaqların və yeniyyətlərin hələ möhkəmlənməmiş psixikasına məhvedici təsir edir. Bir sıra alimlər öz tədqiqatlarında sübut etmişlər ki, beyinin bütün neyrokimyəvi sistemlərini və orqanizmin psixofiziki proseslərini əhatə edən, həmçinin mərkəzi sinir sisteminin (MSS) disfunksiyasına gətirib çıxaran addiksiyanın müxtəlif növləri uşaqların və yeniyyətlərin inkişaf prosesinə çox güclü təsir edir. Gent Universitetindən olan belçikalı alimlərin məlumatlarına görə isə, kompüter addiksiyası, öz növbəsində, beyində müəyyən sinir bağlantılarının fəaliyyətdən qalmasına gətirib çıxarır. Lakin bunlara rəğmən, ölkəmizdə asılı yeniyyətlərin psixoloji xüsusiyyətləri, eləcə də kompüter oyunlarından asılılığın istiqamətləri kifayət qədər öyrənilməmişdir. Respublikamızda bu asılılığın araşdırılması və onunla mübarizə sahəsində Əliquliyev R.M., Mahmudov R.Ş., Dəmirçiyeva M.D. və başqalarının çox əhəmiyyətli tədqiqatlarını qeyd etmək olar [1, 5].

Ümumiyyətlə, oyun prosesi insanın təbii fəaliyyətlərindən biridir, doğulduğu andan insan həyatında mövcud olur. [8] Hamı oynayır: uşaqlar bağçada, futbolçular meydançada, aktyorlar səhnədə və s. Lakin kompüterin yaranması ilə çox şey dəyişdi. Kompüter oyunları meydana çıxdı. Bu gün, İnternet kompüter şəbəkələrində videooyunlarla vaxt keçirilməsi daha geniş yayılmışdır. Sırr deyil ki, artıq iki yaşında körpə adi oyunları oynaya bilir. 8-12 yaşında uşaqlar isə İnternet-də daha çox aktiv olurlar. İnternetin dinamik interfeysi – yeniyyətə üçün rahat məkandır. İnternetdə o özünü balıq suda hiss edən kimi hiss edir. İnternet onun üçün rahatdır, bu həmçinin əyləncə vasitəsi və informasiya dünyasına çıxış vasitəsidir. Artıq bu yaşda onlar öz şəxsi İnternet-səhifələrini, hətta gündəlik-bloqlarını yaradırlar. Şəbəkədə onlar sinif yoldaşları, eləcə də virtual dostları ilə ünsiyyət qururlar. Məktəblilər arasında keçirmiş sorğulardan birini təqdim edirəm: [23, 27]

“Reallıqda edə bilmədiklərimi oyunda edə bilirəm. Məsələn, maşını istədiyim kimi sürətli sürürəm və ya hansısa qəhrəmana çevrilirəm. Bunlar çox xoşuma gəlir. Gün ərzində 3-5 saat oynayıram, mərhələləri keçmək üçün çalışarkən vaxtın necə keçdiyinin fərqi olmuram” bu sözləri günün çoxunu kompüterdə oyun oynamaqla keçirən Turan adlı gənc yeniyetmə deyir. O bildirir ki, evdə kompüter və internet olduğu üçün onun oyun oynamasında heç bir problem çıxmır: “İnternet klublarda kompüterdən istifadənin qiyməti 60 qəpikdir. Orda oyuna çox vaxt ayırmaq olmur. Ancaq evdə istənilən vaxt və nə qədər istəyirəm oynayıram”. Saatlarla hansı oyunu oynadığını soruşduqda, “Countr Strike”, “Gta Sanandreas” oyunlarını oynadığını söyləyir: “Countr Strike” döyüş səhnələridir, düşmənləri və terroristləri öldürürsən, “Gta Sanandreas” isə müxtəlif missiyaları yerinə yetirirsən. Burada həyatda olduğu kimi, hər şey var”. Turan özünün oyun asılılığı olmadığını düşünsə də valideynləri bunun doğru olmadığını bildirirlər: “Kompüter qarşısından qalxmır. Əvvəllər məktəbdə müəllimlər ondan razı idilər. İndi isə qiymətləri çox aşağıdır. Dostları da azalıb. Demək olar ki, günün böyük hissəsini otağında, kompüter qarşısında keçirir”. Bir çox ailələrdə, uşaq və yeniyetmələrin günün çox hissəsini evdə valideynləri işdən dönməyə qədər kompüter qarşısında yalnız qaldıqlarını nəzərə alsaq, təhlükənin miqyasları aydın olur. Kiberoyunlar adı oyunlardan köklü şəkildə fərqlənir, insan başqa dünyaya yönəlir və burada baş verənlər reallıqdan uzaq olur. Kompüter oyunlarından asılılıq real həyatdan kiber məkana keçiddir. Nəticədə insanın psixi vəziyyəti dəyişir, ideya və fikirlər yalnız bu istiqamətdə cərəyan edir. Kompüter oyunlarına aludə olan şəxs real aləmlə virtual aləmi bir-birinə qarışıdır, ağır hallarda kiberməkan mövcudluğun əsas mühitinə çevrilir. Öz simptomlarına görə kompüter asılılığı alkoqolizm və narkomaniya simptomları ilə oxşardır [12].

Kompüter oyun asılılığının simptomları [18, 21, 22]:

- Kompüter arxasında keçirilən zaman 5-7 saatdan çoxdur;
- Oyun asılılığının olduğunu deyən şəxslərə qarşı aqressiv münasibət;
- Kompüter oyunlarından əl çəkə bilməmək;
- Qidanı kompüter arxasında qəbul etmək;

- Sosial əlaqələrdən və cəmiyyətdən bütövlükdə təcrid olma;
 - Şəxsi gigiyenaya etinasızlıq;
 - Psixi stimulyasiya(həvəslənmə);
 - Yalnız oyun mövzusunda söhbət, ünsiyyət;
 - Özünü əsas qəhrəmanla eyniləşdirmək, tamamilə oyuna daxil olmaq;
 - Oyun prosesində əhvalın yüksəlməsi;
 - Oyun prosesi və ya oyun avadanlıqları üçün külli miqdarda pul xərcləmək;
- Oyun asılılığının fizioloji simptomları:
- Gözdə quruluq;
 - Dəridə solğunluq, anemiya;
 - Beldə ağrılar, onurğa əyriliyi(skaliöz);
 - Baş ağrıları(miqrən);
 - Yuxusuzluq;
 - Taqətdən düşmə, aclıq(ağır hallarda susuzluqdan quruma);
 - Maddələr mübadiləsinin pozulması;
 - Ürək döyüntüsü və nəbzın sürətlənməsi;
- Böyüklərdə oyun asılılığının qəfil yüksəlməsi yaşla əlaqədar böhranlar, həyatda uğursuzluq və xroniki xəstəliklər mərhələsində baş verir. Kompüter asılılığı bəzən faciəvi sonluqlarla da nəticələnə bilər. Bununla bağlı faktlar da mövcuddur. Məsələn, 30 yaşlı kişi oyunda 4 sutkadan artıq vaxt keçirmiş və nəticədə ürək dayanmasından vəfat etmişdir. Lakin müasir dövrdə oyun asılılığının artması böyüklərdən çox yeniyetmələrdə müşahidə olunur. Oyun asılılığı olan yeniyetmələr üçün çoxlu sayda maraqlı oyunlar mövcuddur. Bunların içərisində psixika üçün ən təhlükəli sözsüz ki, şəbəkə oyunlarıdır. Başlanğıcda yeniyetmə özünü oyunun qəhrəmanı ilə eyniləşdirir, sonra tamamilə virtual aləmə daxil olur və reallıqdan uzaqlaşır. Çoxları kiberməkanda yaşayırlar: burada sevir, dostluq münasibətləri qurur, mübahisə edirlər. Beləliklə də, şəbəkədə qarşılıqlı münasibətlərin emosional rəngarəngliyi real həyatda olduğundan daha cəlbedici olması ilə yeniyetmə gəncləri cəzb edir. Oyunçuda oyun prosesinə nə dərəcədə aludə olmasından asılı olaraq “burada və indi” anlayışı zamanın axarında itib gedir. Şüur getdikcə real və virtual olanı bir-birindən fərqləndirməkdə çətinlik çəkir.[16] Belə hallar məlumdur ki, oyun asılılığı olan gənclər dalbadal bir neçə gün yuxusuz və istirahətsiz oynamağa davam etmişlər. Virtual oyunçular(onları geymerlər də ad-

landırırlar) eyni oyunu yenilənmələrlə (qrafiklər dəyişir, yeni maraqlı süjetlər düşünülür və s.) uzun müddət, bəzən illərlə oynaya bilərlər. Nəticədə, yenilik hissiyatı yaranır, oyun tənqə gətirmir, əksinə hər dəfə daha maraqlı və fasiləsiz hal alır. Kompüter oyunlarından asılılıq şəxsi sərhədləri yuyub aparır, insan öz həyatını yaşamaqdan əl çəkir, qəhrəmanın virtual mövcudluğu həlledici olur. Bəzi oyun aludəçiləri hətta şəxsiyyət vəsiqələrində belə adlarını oyundakı adları ilə (niklərlə) dəyişir, sevimli personajlarına daha çox bənzəmək üçün xarici görkəmlərində dəyişikliklər edirlər. Oyun asılılığı nəticəsində şüur təhrif olunur, virtual reallıqdan fərqli olaraq real aləm çətinliklə qəbul edilir [13, 19, 20] Oyun asılılığı olan şəxsin idrak proseslərində dəyişiklik daha çox nəzərə çarpır: diqqət dalğın olur, təfəkkür ləngləşir, hafizə təhrif olunur. Oyun asılılığı olan şəxs bir növ “sosial əlilə” çevrilir, təfəkkürü autik xarakter daşıyır. Bəziləri işə getməkdən əl çəkir, çoxlu insan olan yerlərə getmir, qohum və dostlarla əlaqə saxlamırlar. Kompüter oyunlarından asılılığı olanlarda, əksər hallarda çoxlu insan olan və açıq məkanlardan qorxmaq kimi hallar müşayiət olunur, sosial fobiyalar əmələ gəlir. Oyun zamanı insana elə gəlir ki, o hər şeyə nail ola bilər, onun özünü qiymətləndirməsi, intellektual bacarıqları ən yüksək həddə çatır. Reallıqda isə hər şey əksinə baş verir, şəxsiyyət gücsüz olur, ən adi gigiyenik qaydalara əməl etməkdə çətinlik çəkir. İnsanın adi fəaliyyəti iradi güc, motivasiya sferası və qarşıya qoyulmuş məqsədlə bağlı olaraq həyata keçirilir. Virtual aləmdə isə əksinə, fəaliyyət iradi səy göstərmədən, ixtiyarsız olaraq həyata keçirilir. Oyunçu sanki hipnoz altındadır, onun şüuru oyunun gedişlərinə “proqramlaşdırılır”. Çox vaxt belə insanlarda şüuşə baxışlar, “heç yerə”, müşahidə olunur. Onlara edilən müraciətləri eşitmir, ətrafda baş verən heç nəyi hiss etmirlər [7, 11, 17]. Kompüter oyunlarından asılılıq 4 əsas mərhələdən keçir: [7, 13, 18]

- Yüngül maraq;
- Aludə olmaq;
- Asılılıq;
- Bağlılıq və tamamilə oyun prosesində olma;

Oyun asılılığının psixologiyasında bir neçə vacib aspekt var:

- Zaman hissiyatının itirilməsi;

- Daimi yenilik hissi;
- Öz “Mən”inin dərk olunmasında təhriflər;
- Şüurda dəyişiklik;
- Antisosial xarakter;
- Virtual hakimiyyət hissi;
- İradi aspektin dəyişilməsi;

Çox vaxt kompüter oyunlarından asılı olan uşaq və yeniyyətlərdə psixi funksiya-ların yetkin olmaması və yüksək təlqin müşahidə olunur. Oyunçuların psixikasında aşağıdakı hallar özünü göstərir: [7, 13, 18]

- Həyəcan həddi yüksəlir;
- Qorxular meydana gəlir, panik tutmalar olur;
- Aqressivlik və qıcıqlanma yüksəlir;
- Deviant davranış və sosiopatiya əlamətləri meydana çıxır;
- Zorakılıq və qətlə can atma hiss olunur;
- Psixi narahatlıq hallarının artma ehtimalı çoxalır;

Kompüter oyunlarından asılılığa ən çox yeniyyətlərdə, xüsusilə oğlanlarda rast gəlinir. Amerikan məktəbliləri arasında aparılan sorğunun nəticələrinə əsasən qız-ların 50%-nin kompüter oyunlarına sutkada 5 saatdan artıq vaxt sərf etdikləri aşkar edilib. Oğlanlar isə gündəlik oyunlara 7 saatdan artıq vaxt sərf edirlər, yəni 80%-ə yaxındır [26]. Oyun asılılığı daha çox olan yeniyyətlər Yaponiya və Çin ərazisində yaşayırlar. Belə bir hal mövcuddur ki, məktəbli qız üç sutkadan artıq şəbəkə oyunu oynayaraq bədənində quruma, su çatışmasından ölmüşdür. Rusiyalı kişi şəbəkə oyunlarına təxminən milyon rus rublu xərclədikdən sonra istehsalçını “virtual pul oğurluğu” səbəbiylə məhkəməyə vermişdir. Çox vaxt kompüter oyunları psixopatologiyanın inkişaf etməsinə səbəb olur. [25] Bütün Avropanı lərzəyə salan dəhşətli hadisələrdən biri KİV-nin verdiyi xəbərə görə, kompüter oyunlarından asılı olan məktəbli oğlanın sinif yoldaşları və müəllimlərini güllələməsi oldu. Oyunlara aludə olmağdan əvvəl oğlanın psixi sağlamlığı qaydasında olub. Oyun asılılığı yaranandan bir neçə ay sonra isə onda paranoyalı şizofreniyanın simptom-ları özünü göstərməyə başlayıb. Aqressiv janra üstünlük verən oyunçuların çoxlarının sonradan manyak-qatillərə çevrilmələri ilə bağlı faktlar da mövcuddur. Luizi-ana ştatının sakini həftə ərzində bir neçə adamı sevimli kompüter oyununun bədheybətlərinə

bənzədrək öldürmüşdür. Amerikada yaşayan səkkiz yaşlı oğlan kriminal janrdə məşhur olan oyunlardan birini oynadıqdan sonra dayəsini öldürmüşdür. Kompüter oyunlarından asılılıq insan psixikasında ciddi iz buraxa bilər. İnsan antisosial, aqressiv, idarəolunmaz olur və nəticədə tamamilə tənəzzülə uğrayır. Beləliklə, İnternetdən, kompüterdən patoloji istifadə yeniyetmələrdə kompüter oyunları asılılığı kimi psixi pozğunluq yaradır. Kompüter oyunları asılılığı bütün dünyada ciddi bir xəstəlik kimi qəbul olunur. Çünki, oyun asılılığı insanı real həyatdan uzaqlaşdırır. “Forbes” jurnalının “DFC Intelligence” araşdırma şirkəti ilə birgə hazırladığı 2011-2012 illərinə dair hesabatə görə, dünyada ən çox oynanılan oyunlar bunlardır: League of Legends, World of Warcraft, Minecraft, Heroes of Newerth, Diablo III, Battlefield 3, Maple Story, Starcraft II, World of Tanks, Call of Duty: Modern Warfare. Ümumilikdə bu oyunlardan birincisi 13 milyard saat, sonuncu isə 127 milyon saat oynanılıb [5,24]. Statistika görə, Avropa ölkələrində kompüter oyunları oynayanlar gün ərzində təxminən, 12-15 saat kompüter başında olurlar. ABŞ-ın Harvard Universitetinin apardığı araşdırmanın nəticəsi hər 100 nəfərdən 40-nin bu oyunlardan istəsə də əl çəkə bilmədiyini göstərir. Son 10 ildə yaponiyalı gənclərin böyük bir hissəsi kompüter oyunları səbəbi ilə otaqlarına qapanıblar. Hazırda 300 mindən çox yaponiyalı gənc otaqlarından yalnız axşam yeməyi vaxtı çıxırlar. Küçəyə isə ayda bir, o da çox vacib bir şey çıxan belə gənclərlə yanaşı 10 ildir otağından çıxmayan daha ağır vəziyyətdəki xəstələr də var. Bu tip insanlara “hikikomori” deyilir (hikikomori - yaponca mənası geri çəkilmək, əlini ətəyini çəkmək deməkdir). Belə insanların çoxu günün 20 saatını oyun oynamağa ayırır?! Yaponiyada hikikomoriləri ictimai həyata qaytarmaq üçün xüsusi təşkilatlar qurulub [1, 5, 29]. Əhəli-si çox olduğu üçün oyun istehsalçılarının ən çox istiqamətləndiyi ölkə olan Çində hökumət 3 saatdan çox oyun oynamağı qadağan edib. Çində oyun asılılığı olan yeniyetmə oyunda qiymətli olan qılıncını oğurladığı üçün başqa bir oyunçunu öldürmüşdü. Bu hadisədən sonra Çin hökumətinin qərarı ilə online yoxlama sistemi vasitəsi ilə 3 saatdan çox oynanılan oyunlar irəliləmir, əksinə geriləyir [1,5].

Beləliklə, kompüter asılılığı asılılığın bütün növlərinə malikdir və hamı üçün ümumi olan meyarlara uyğun gəlir: kompüter arxasında vaxtını keçirdiyinə görə mühüm işlərə laqeyd yanaşılması, əhəmiyyətli insanlarla münasibətlərin pozulması, hərəkətlərini insanlar pisləyən zaman özünəqapanma və ya bu davranışa xas olan əsəbilik, günahkarlıq hissi və ya narahatlıq, bu xüsusiyyətləri uğursuz dəf etmək cəhdi. Son vaxtlar mütəxəssislər arasında “kompüterdən patoloji istifadə” anlayışı da məşhurlaşmışdır ki, bu da kompüterin peşəkar və ya təhsil maraqlarından çıxaraq informasiya əldə etmək mənbəyinə, eləcə də insanlarla əlaqə qurmaq vasitələrinə xidmətini ifadə edir.[2]Psixoloqların rəyinə görə, yeddi yaşnadək uşaqlarda, eləcə də 12 yaşnadək yeniyetmələrdə virtual və real dünyalar çox vaxt eyni olur, buna görə də onlar birincisi, kompüterin ekranında gördükləri ilə ekrandan kənar, həqiqətdə baş verənləri ayırd edə bilmirlər; ikincisi, kifayət qədər təhsilli olmadıqlarından xeyri-şərdən ayıra bilmirlər, nəticədə bu cür həddi-buluğa çatmamışlar özlərini kompüter qəhrəmanları (eləcə də “mənfi personalar”) kimi aparmağa başlayırlar [2, 4].

Yeniyetmə dövrü, psixi inkişafın çox çətin dövrünə aiddir. Kəskin ötüşən psixi dönüş, onun son dərəcə mürəkkəbliyi və ziddiyyətliyi ilə səciyyələndirilir. Yaş fiziologiyasında böhran dövrləri inkişafın normal gedişinin pozulmasının mümkünüyü baxımından nəzərdən keçirilir, psixologiyada isə təsirlərin formalaşmasına yeniyetmənin həssaslığı baxımından yanaşılır. Sabit dövrlərdən fərqli olaraq, böhranlı dövrlər inkişafın dönüş nöqtələridir ki, bu zaman nisbətən qısa vaxt çərçivəsində şəxsiyyətin formalaşmasında mühüm dəyişikliklər baş verir. Məlumdur ki, bu yaş dövrünün ən mühüm psixoloji anı özünüdərk etmə hissidir. Məhz bu zaman yeniyetmə, real münasibətlər zəminində özünü “böyük” hiss edir [3, 6]. Beləliklə, yeniyetmə yaşın psixoloji xüsusiyyətləri, şəraitlərin kompleksi, ilk növbədə ictimai şəraitlə və yeniyetmənin həyat tərzi, onun tərbiyəsi və praktiki fəaliyyətinin xüsusiyyəti ilə müəyyən edilir. Bu dövrdə yeni fəaliyyət növünün axtarışı baş verir. Yeniyetmənin həyatında hansı fəaliyyətin aparıcı olmasından asılı olaraq, internet asılılıq, münasibətli davranış, xroniki ruh düşkünlüyü, virtual fəzanın real həyata üstün tutulması, sositumda uy-

ğünlaşma çətinlikləri, kompüter arxasında keçirilən vaxta nəzarət qabiliyyətinin itirilməsi, internetdən istifadə imkanının olmaması səbəbindən narahatlıq hissi kimi bir sıra psixoloji problemlərin formalaşmasına zəmin yaradır. Yeniyyətlərin uşaq dünyasından böyüklərin dünyasına, bir sosial roldan digərinə sosial keçid prosesi çətin və ziddiyyətlidir. Onun uyğunlaşma, həyat fəaliyyətinin müxtəlif strukturlarına inteqrasiya səyləri, onu öz həyat modelinin axtarışına, öz sosial, professional, şəxsi müqəddəratını təyin etməyə vadar edir. Hər hansı bir qrupla, toplu ilə eyniləşdirmə, yeni sosial şəraitlərə uyğunlaşma zərurəti əmələ gəlir. Yeniyyətlərin kompüter oyunlarından psixoloji asılılıqlarının aşağıdakı mərhələləri fərqləndirilir: [7]

1. Mənimsəmə fonunda maraqlanma mərhələsi. Yeniyyətə bir və ya bir neçə dəfə rol oyunlarını oynadıqdan sonra kompüter oyunlarına maraq göstərməyə, kompüter qrafikası, səs, real həyatın və ya hansısa fantastik süjetlərin imitasiya faktının özü onun xoşuna gəlməyə başlayır.

2. Həvəslənmə mərhələsi. Bu mərhələ, yeni tələbatın, kompüter oyunlarına cəlb edilmə iyerarxiyası ilə səciyyələnilir. Bu mərhələnin xüsusiyyəti ondan ibarətdir ki, oyun müntəzəm mahiyyət əldə etməyə başlayır.

3. Asılılıq mərhələsi. Yeniyyətlərdə asılılığın formalaşmasının bu mərhələyə keçid amili, özü-özünə qiymət vermənin və özünü dərk etmənin dəyişməsidir. Bu mərhələdə kompüter oyunu real aləmi tamamilə sıxışdırıb çıxarır. Bununla belə, sosial mühit, adətən, insanın reallıqdan tamamilə ayrılmasına və özündə ruhi və somatik pozuntular əmələ gəlməsinə imkan vermir.

4. Bağlılıq mərhələsi. Bu, ən uzunmüddətli mərhələdir ki, bağlılığın zəifləməsi sürətindən asılı olaraq o, bütün ömür boyu davam edə bilər. Mərhələ, oyun fəallığının sönməsi ilə səciyyələnilir, yeniyyətə kompüterdən imtina edir, lakin kompüter oyunlarına psixoloji asılılıqdan tam azad ola bilmir.

Addikt yeniyyətə kompüter personajının roluna girməyə, özünün virtual "Mən"ini əldə etməyə çalışır, çünki "virtual Mən" uyğunlaşma problemindən azaddır, o güclü, ağıllı və çevikdir, onun silah, pul əldə etməyə imkanı var ki, bunun köməyi ilə virtual aləmdə istədiyini ala bilər və s. [17]. Oyunu yenidən başlamaqla asanlıqla həyata gətirilə bilən virtual qəhrəma-

nından fərqli olaraq o, real(fani) həyatda heç də güclü və varlı deyil. Bu baxımdan, virtual reallıqdan çıxış, fəvqəl-insan rolundan özünün adi insan vəziyyətinə qayıdışı deməkdir ki, bu da yeniyyətləni heç də qane etmir. Kompüter qəhrəmanının gözü ilə virtual aləmə baxan yeniyyətlənin özünü həmin qəhrəmanla müqayisə etməsi, yanlış uyğunlaşma problemini gücləndirir, insanın həyəcanını artırır ki, bu da ruh düşkünlüyü və depressiya yaradaraq əhval ruhiyyənin dəyişilməsinə təsir göstərir [2, 14, 15].

Beləliklə, kompüter oyunlarından asılı yeniyyətlənin emosional psixi vəziyyətində ruh düşkünlüyünün üç əsas mümkün səbəbini ayırmaq olar: [3,7]

1. Kompüter oyunlarına tam tələbatın olması və eyni zamanda bu tələbatın tam təminatının qeyri mümkünlüyü.

2. Addikt yeniyyətlər tərəfindən şüurlu surətdə kompüter oyunlarına aludə olmağın praktiki olaraq faydasız olduğunun və, nəticə etibarilə, psixoloji asılılıq səbəbindən bu həvəsə son qoymağın mümkünsüzlüyü ilə yanaşı özünün də faydasız-lıqlığının subyektiv təəssüratı.

3. "Real Mənlə" "Virtual Mənin" uyğun gəlməməsi nəticəsində özünə qeyri adekvat münasibət.

İnternet, o cümlədən kompüter oyun asılılığı global miqyasda böyük təşviş yaratdığına görə müvafiq beynəlxalq təşkilatların da diqqət mərkəzindədir. 2005-ci ildə keçirilən İnformasiya cəmiyyətinə dair Tunis Sammitinin yekun sənədlərində uşaq və gənclərin kiber-təhlükələrdən müdafiəsinin zəruriliyi qeyd edilir [1]. Qloballaşma nəticəsində kütləvi kommunikasiya vasitələrinin yüksək tempdə inkişaf etdiyi müasir dövrdə texnologiyaların həyatımıza təsiri göz önündədir. Sivilizasiyanın inkişaf tarixi ərzində heç bir mütərəqqi yenilik özü ilə bu qədər problemlər gətirməmişdir. Yeniyyətə və gənclərin kompüter oyun asılılığından qorunmasının ilkin mərhələsi bu asılılığın formalaşması səbəblərinin diaqnostikasıdır. Bu mərhələdə yeniyyətə və gənclərin ailə və məktəb sosisumunda davranış tərzləri, o cümlədən yeniyyətə yaşın psixoloji xüsusiyyətləri, şəraitlərin kompleksi, ilk növ-bəddə ictimai şərait və yeniyyətlənin həyat tərzini, onun tərbiyəsi və praktiki fəaliyyətinin xüsusiyyəti ilə müəyyən edilir. Kompüterdən istifadə mədəniyyətinin aşılınması, istifadəçilərin özləri-

ni tərbiyələndirməsi, iradi tənzim, xüsusilə ailə-daxili qarşılıqlı münasibətlər də yeniyetmə və gənclərin kompüter oyunlarından asılılıq problemlərini həll etməyə kömək edir. Buna görə də hər yerdə, xüsusilə tam formalaşmamış psixikaya malik olan gənclər və uşaqlar arasında kompüter oyunlarının təsir aspektləri haqqında izahat işinin aparılması çox önəmlidir.[9,10,28]

XXI əsrdə həyat və fəaliyyətin bütün sahələrində ciddi dəyişikliklər baş verir. Bu köklü dəyişikliklər içərisində İnternet, sosial şəbəkələr, ondan istifadə aləti kimi kompüter xüsusi yer tutur. Bu isə insan-ların ondan asılılığını demək olar ki, qaçılmaz faktora çevirir. İnternet asılılığının yaratdığı fəsadlar içərisində ayrı – ayrı fərdlərin, o cümlədən yeniyetmə gənclərin kompüter oyunlarından asılılığı yüksələn xətlə gedir.

Problemin aktuallığı. Məqalədə asılılığın xüsusi növü olan yeniyetmə və gənclərin kompüter oyunlarından asılılıq problemi aktuallığı ilə diqqət çəkir, bu problemə ciddi yanaşmanı zəruri edir. Məqalədə virtual və kompüter oyun asılılığının yeniyetmə şəxsiyyətinin formalaşmasına təsiri problemləri araşdırılır.

Problemin elmi yeniliyi. Məqalədə toxunulmuş problem asılılığın xüsusi növü olaraq elmi cəhətdən əsaslandırılıb. Asılılığın yeni bir sahəsi olan kompüter oyun-larından asılılığının yaranma səbəbləri, xüsusiyyətləri və mənfi nəticələri elmi cəhətdən araşdırılıb.

Problemin praktik əhəmiyyəti. Məqalədə toxunulan problemlər psixoloqlar, pedaqoqlar, ali və orta təhsil müəssisələrinin tələbələri, yeniyetmələr, valideynlər və bu problemlə maraqlanan bütün şəxslər üçün praktik əhəmiyyətə malikdir.

Ədəbiyyat:

1. Алигулиев Р.М., Махмудова Р.Ш., Махмудов Р.Ш. Вопросы защиты детей школьного возраста от Интернет-зависимости // Дистанционное и виртуальное обучение, 2011, № 6
2. Бабаева Ю.Д., Войскунский А.Е., Смылова О.В. Интернет: воздействие на личность. Гуманитарные исследования в Интернете. М.: Можайск -Терра, 2000)
3. Dubinina, T.M. Uşaqlar İnternetdə / T.Dubinina // Təhsildə İKT, 2008. № 14
4. Егоров А.Ю. Нехимические зависимости, СПб: Речь, 2007, 190 с
5. Əliquliyev R.M., Mahmudov R.Ş. İnformasiya asılılığı problemləri və onlarla mübarizə yolları. Ekspres-informasiya. İnformasiya səmiyyəti seriyası, Bakı: İnformasiya texnologiyaları, 2009.
6. Фельдштейн Д.И. Возрастная и педагогическая психология. Избранные психологические труды. М.: Издательство Московского психолого-социального института, 2002.
7. Фомичева Ю. В., Шмелев А. Г., Бурмистров И. В. Психологические корреляты увлеченности компьютерными играми // Вестник МГУ, сер. 14 (Психология), 1991, № 3
8. Хейзинга Й. Homo ludens. М.: Эксмо-Пресс, 2001.
9. Касапчук А. Лечение компьютерной зависимости, <http://www.tien-smed.ru>
- 10.Краснова С.В. и др. Как справиться с компьютерной зависимостью, М.: Эксмо, 2008.
- 11.Кузнецова Ю.М., Чудова Н.В. Психология жителей Интернета. М.: Издательство ЛКИ, 2008.
- 12.Qinzburq E. Kompüter bədbəxtlik gətirəndə / Eleonora Qinzburq // Rusiyada təhsil, 2006, № 11
- 13.Малкова Е.Е., Калинин Н.И. Клинико-психологические феномены формирования компьютерной зависимости у современных подростков [Электронный ресурс] // Медицинская психология в России: элект-рон.науч. журн. 2012, № 4
- 14.Мелешко, В.Компьютерные игры и Интернет-зависимость // ИКТ в образовании, 2007, № 6
- 15.Panov S. "İnternet-asılılıq": səbəb və nəticələr // Müəllim, 2007, № 5
- 16.Руководство по аддиктологии, СПб: Речь, 2007.
- 17.Старшенбаум Г.В. Аддиктология: психология и психотерапия зависимостей, М.: Когито-Центр, 2006.
- 18.Иванов М. Влияние ролевых компьютерных игр на формирование психологической зависимости человека от компьютера. <http://flogiston.ru/projects/articles/gameaddict.shtml>
- 19.Voyskunskiy A.Ye. İnternetdən asılı olaraq psixologiyanın aktual problemləri // Psixologiya jurnalı, 2004, № 1
- 20.Войскунский А.Е. Групповая игровая деятельность в Интернете // Психологический журнал, 1999, № 1
- 21.Янг К.С. Диагноз: интернет-зависимость // Мир Internet, 2000, № 2

22. Young K.S., Rodgers R.C. The Relationship Between Depression and Internet Addiction / CyberPsychology & Behavior, 1(1), 1998.
23. "Azərbaycanda internet və onun sosial-psixoloji aspektləri" <http://vugar-hagverdiyev.blogspot.com>.
24. <http://www.forbes>
25. <http://az.wikisource.org/>
26. <http://www.microsoft.com>
27. <http://simsar.az/news/print-26768.html>
28. <http://school1.sharlikroo.ru/pamyatka%20dly%20roditelei%20kompiuter.pdf>
29. <http://ajp.psychiatryonline.org/doi/full/10.1176/appi.ajp.2015.15081034#>

E-mail: huseynli_s@mail.ru

Rəyçilər: *psixol. ü elm.dok., prof. R.İ. Əliyev,*
ped.ü.elm. dok., prof. H.H. Əhmədov
Redaksiyaya daxil olub: 10.05.2018