

Sosial mediýa, çagalar we dopamin!

Category: Kitapcy, Psihologiya

написано kitapcy | 26 января, 2025

Sosial mediýa, çagalar we dopamin! SOSIAL MEDIÝA, ÇAGALAR we DOPAMIN!



Çagalar we uly ýaşlylar has köp aň, ruhy-psihologiki we sosial howplara sezewar bolarlar

Geçen penşenbe günü «X» platformasynyň eýesi meşhur amerikan milliarderi Ilon Mask çagalaryň we uly ýaşlylaryň aşa köp sosial mediýa ulanýandygy bilen saglyk we psihologiki problemalary başdan geçirmeklerini gündeden-göni baglanychdyran saýlama hünärmənlerden we analistiklerden düzülen topara goşuldy.

Platformalardan biri bilen geçirilen we Maskyň «X» hasabyndan özüne salgylanyp paýlaşan reportažynda sosial mediýa uly hyjuw

bilen ýapyşan bu milliarder sosial mediýa platformalarynyň köpüsiniň «çagalara ýaramaz täsiriniň bardygyny» tassyklady.

Çykyşynda şeýle hem bu mediýa serişdelerinden käbirleri arasynda ýaşlaryň ünsüni çekmek we ulanyş müddetini uzatmak «emeli aň» programmalarynyň ulanylyşy babatda bar bolan gyzgalaňly bäsdeşligi tankyt etmegin-de üns çekijidi.

Maskyň by duýduryşlary gürrüňi gidýän mediýa gönükdirip edilýän tankylatyň köpüsü bilen utgaşýar.

Duýduryşlaryň sebäbi-de, sosial mediýanyň uly ýaşylarylaryň we ýetginjekleriň platformalary bilen baglansyggyny güýçlendirýän «bagtlylyk baýragyna» öwrülen «dopamin» gormonyny oýandyryan täsirleri ulanmagydyr. Emma bu garaşlylyk öñ olarda depressiýa we howsala düşme ýalu kesellere ýol açýar, has soňky tapgyrlarda bolsa öz jayna kast etmä-de iterip bilyär.

Çagalaryň we uly ýaşylatyň «sosial mediýa» serişdelerini ulanmagynyň psihologiki, saglyk we sosial ölçeglerini öwrenýän ylmy-barlag işleriň kemlik etmeyändigini aýtman geçip bolmaz.

Şonsuzam käbir hökümetler we kanun çykaryjylar bu mediýanyň ýaş toparlara abandyryan howpunyň uludygyna düşünip, bu boýunç degişli kararlary çykarmaga we abanýan howpa garşıy durup biljek kanunnamalary tassyklamaga girişdiler.

SOSYAL MEDYA

Etkileri - Bağımlılığı - Ölçülmesi

Aylin TUTGUN ÜNAL



DOR

Mysal üçin, 2020-nji ýylyň dekabr aýynda Fransiýa mugallym

Samuel Patiniň öldürilmegi we has soňra bu hadysa bilen «sosial mediýanyň» arasynda orta çykan baglanychyk sebäpli çaykanyypdy.

Bu ýagdaý Bilim ministrliginiň Baş gözegçilik müdirliginiň hadysa boýunça habarnama çap etmegine sebäp boldy.

Habarnama «sosial mediýa torlarynyň yzarlasmagynda gowşak synlama we yzarlama mehanizmlerinden gelip çykýan kemçilik» hökmünde kesgitlän ýagdaýyny açyk we kesgitli düşündiripdi.

Yzyndan aç-açan «bu torlary synlama mümkünçiliginı döretmek we güýçlendirmek üçin İçeri işler ministrligi bilen bu torlar boýunça maglumat alyş-berişini etmäge» çagyrypdy.

Fransuz hökümeti Bilim ministrliginiň we käbir gulluklarynyň üsti bilen bu torlaryň işlerini belli bir derejede gözegçilikde saklamagyň gerekdigi netijesine geldi.

Ministrlik we onuň bölmeleri uly ýaşylardyr kiçi ýaşly mekdep okuwçylaeyň maşgala gözegçiliginden ýa-da terbiyesinden daşa, howplary synlap azaltmaga dyrjaşyp biljek haýsydyr bir jemgyyetçilik gözegçiligijiň bolmadyk şertinde bu torlary çakdanaşa köp ulanýandyklaryny anyklady.

ABŞ-da hem käbir hökümet edaralary bu mediýa torlarynyň mekdep okuwçylarynyň arasynda aşa köp ulanylmağyndan gelip çykýan howplara garşı goreşme işine goşuldy.

Şol sebäpli Washington ştatydaky Sittl şäherinde Döwlet okuwyjlary departamenti geçen ýylyň ýanwar aýynda esasy sosial mediýa platformalaryny işledýän uly tehnologiya kompaniyalaryny suda berdi. Sud prosesinde bu kompaniyalar «mekdepleriň okuwy programmalaryny talabalaýyk ýerine ýetirme güýjüne gönüden-göni täsir etmekde, talyplaryň ýygy-ýygydan ruhy taýdan násazlyklara duçar bolmagyna sebäp bolmakda» aýyplandy.

Hernäçe käbir ylmy-barlaglar sosial mediýa ulanyşygy bilen çagalarda we uly ýaşylarda saglyk we aň taýdan problemalaryň orta çykmagynyň arasyndaky awtomatiki baglanychygы ymykly tassyklamasada, birnäçesi çakdanaşa ulanyşygyň bu problemalaryň ýuze çykma ähtimallygyny artdyrýandygy we bulary azaltmak üçin gerekli tagallalary kynlaşdyrýandygy bilen ylalaşýar.

Bu ylmy-barlaglara garşılyklaýyn dürli gatlaklarda geçirilen birnäçe meýdan barlaglarynda sosial mediýa ulanýan çagalaryň we uly ýaşylaryň sosial mediýa bloglarynda uly duýgy oýandyrýan meselelere yönelyändikleri we isleýändikleri

netijesine geldi.

Bu ýonelmäniň potensial taýdan «kanagatlandyryjy» bolup biljekdigi telim gezek nygtaldy.

Ylmy-barlagçylar şeýle-de bu çagalaryň beýniniň belli böleklerini oýandyryp, özlerinde gaýgy-alada, şok, gorky ýalu duýgylar oýandyryan bloglardan täsirlenýändikleri netijesine-de geldi.

Munuň özi pul ýa-da uly baýraklar ýa bolmasa sowgat gazanmagyň, şokolad iýmeginiň täsirine meñzeýär.

Bularyň barsy doly ýagdaýda «dopamin» gormony ýaly täsirini görkezýän oýandyryjylardyr.

Sosial mediýa çagalar, talyplar, uly ýaşlylat üçin bilim, terbiye berme prosesinde oňyn rollary oýnaýar. Emma bu inkär edip bolmajak aýratynlyklar çagalaryň saglyk, aň, psihologiki ýagdaýlarynyň manipulirlenmeginiň döredýän howplarynyň öňünü alyp bilmeýär.

Bu platformalaryň işleýişini dolandyrýan girdejä esaslanýan iş modeli algoritmleriň çakdanaşa formada ulanyşygy ulanyjylary yzygiderli yzarlaýışda galmaғa iteren mehanizmiň täsirleri, mazmunyny baýlaşdyrmak we köpçülige ýaýratmak üçin «emeli aňyň» göz gamaşdyryjy alamatlaryndan peýdalanylady sebäpli çagalar we uly ýaşlylar has köp aň, ruhy-psihologiki we sosial howplara sezewar bolarlar. Bu ýagdaý gaty köp adamy gaýga goýdy we Ilon Mask hem mundan çetde galyp bilmedi.

Dr. Ýasir ABDULAZIZ.

Sişenbe, 28.05.2024 ý. Psihologiýa