YOSHLAR ORASIDA IJTIMOIY TARMOQLARNING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK TA'SIRI TAHLILI

SamDCHTI talabalari:
Muhammadiyeva S. Murodullayeva J.

ANNOTATSIYA: Ushbu maqolada ijtimoiy tarmoqlarning zamonaviy yoshlar hayotiga ko'rsatayotgan ijobiy va salbiy ta'sirlari tadqiq etiladi. Tadqiqotda yoshlarning virtual muloqotga moyilligi va bu jarayonning ularning ruhiy salomatligiga ta'siri tahlil qilingan. Maqolada foydalanish madaniyatini oshirish va salbiy oqibatlarni kamaytirish bo'yicha takliflar berilgan.

Kalit so'zlar: Ijtimoiy tarmoqlar, yoshlar psixologiyasi, kiberbulling, raqamli tobelik, media-savodxonlik, feyk xabarlar

KIRISH

Global raqamli transformatsiya davrida Instagram, TikTok va Telegram kabi ijtimoiy tarmoqlar yoshlar uchun asosiy axborot manbai va muloqot maydoniga aylandi. Bugungi kunda yosh avlodning katta qismi o'z vaqtining 30-40 foizini virtual olamda o'tkazmoqda. Muammoning dolzarbligi: Ijtimoiy tarmoqlar bilim olish uchun imkoniyat bersa-da, "raqamli qaramlik", ijtimoiy izolyatsiya va turli ma'naviy tahdidlarni ham keltirib chiqarmoqda. Tadqiqotning maqsadi — yoshlar orasida foydalanish madaniyatini tahlil qilish va salbiy oqibatlarni kamaytirish bo'yicha takliflar berishdir. Bugungi kunda ijtimoiy tarmoqlar yoshlarning kundalik turmush tarziga chuqur kirib bormoqda. Avvallari insonlar asosan yuzma-yuz muloqot orqali fikr almashgan bo'lsa, hozirda virtual muloqot ustunlik qilmoqda. Ayniqsa, pandemiyadan keyingi davrda masofaviy ta'lim va onlayn faoliyatning rivojlanishi ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish ko'lamini yanada kengaytirdi. Natijada yoshlar internet makonida ko'proq vaqt o'tkazadigan bo'ldi. Bu holat bir tomondan axborot olish imkoniyatlarini kengaytirgan bo'lsa, ikkinchi tomondan psixologik va ijtimoiy muammolarni ham yuzaga chiqarmoqda.

Psixologlarning ta'kidlashicha, virtual muhitda uzoq vaqt qolish insonning hissiy holatiga ta'sir qiladi. Xususan, doimiy ravishda boshqalarning "ideal hayoti"ni kuzatish yoshlar orasida o'ziga nisbatan ishonchsizlik, tushkunlik va ruhiy bosim holatlarini kuchaytirishi mumkin. Bundan tashqari, ijtimoiy tarmoqlarda ommalashayotgan ayrim zararli trendlar va noto'g'ri qadriyatlar yoshlarning dunyoqarashiga salbiy ta'sir ko'rsatmoqda. Shu sababli internetdan foydalanishda media-savodxonlik va axborotni tanqidiy baholash ko'nikmalarini rivojlantirish muhim ahamiyatga ega.

Shuningdek, ijtimoiy tarmoqlar yoshlarning bo'sh vaqtini tashkil etishda asosiy vositalardan biriga aylangan. Statistik ma'lumotlarga ko'ra, ko'pchilik yoshlar kunning bir necha soatini telefon va internet bilan o'tkazadi. Bu esa jismoniy faollikning kamayishi, uyqu rejimining buzilishi hamda real hayotdagi ijtimoiy munosabatlarning sustlashishiga olib kelmoqda. Ayrim yoshlar virtual olamga haddan tashqari bog'lanib qolishi natijasida "raqamli qaramlik" holati yuzaga kelmoqda.

Biroq ijtimoiy tarmoqlarning ijobiy jihatlarini ham inkor etib bo'lmaydi. Bugungi kunda ko'plab yoshlar aynan internet orqali xorijiy tillarni o'rganmoqda, zamonaviy kasblar haqida bilim olmoqda va o'z iqtidorini namoyish etmoqda. Turli ta'limiy platformalar, onlayn kurslar va motivatsion sahifalar yoshlarning bilim olish imkoniyatlarini kengaytirishga xizmat qilmoqda. Demak, ijtimoiy tarmoqlarning yoshlar hayotiga ta'siri ularning qanday maqsadda va qay darajada foydalanishiga bevosita bog'liqdir.

Tadqiqot metodologiyasi. Qiyosiy tahlil: An’anaviy muloqot va virtual muloqotning yoshlar ijtimoiylashuvidagi o‘rni qiyoslandi. Bunda shaxslararo jonli muloqotning kamayishi va uning o‘rnini virtual simvollar egallashi tahlil qilindi. Sotsiologik so‘rovnoma: 16 yoshdan 25 yoshgacha bo‘lgan 150 nafar respondent o‘rtasida onlayn so‘rovnoma o‘tkazildi. Bu yoshlar raqamli texnologiyalardan eng faol foydalanuvchi qatlam hisoblanadi. Kontent-tahlil: Yoshlar orasida eng ommabop bo‘lgan trendlar va ularning axloqiy mezonlarga, ma’naviy qadriyatlarga mosligi o‘rganildi. Statistik metod: Olingan ma’lumotlar foiz ko‘rsatkichlari asosida umumlashtirildi va ilmiy xulosalar chiqarish uchun tizimlashtirildi. Ijtimoiy tarmoqlar yoshlarning fikrlash tarzi va kundalik hayotiga sezilarli darajada ta’sir ko‘rsatmoqda. Ayniqsa, qisqa videolar va tezkor axborot almashinuvi yoshlarning diqqatni uzoq vaqt bir joyga jamlay olish qobiliyatini pasaytirayotganligi kuzatilmoqda. Psixologlarning fikriga ko‘ra, doimiy ravishda telefondan foydalanish inson miyasi faoliyatiga ta’sir qilib, diqqat tarqoqligi va tez zerikish holatlarini keltirib chiqaradi. Natijada yoshlarning kitob o‘qishga va uzoq muddatli ilmiy faoliyatga bo‘lgan qiziqishi sustlashishi mumkin.

Shuningdek, ijtimoiy tarmoqlar orqali tarqaladigan turli trend va “challenge”lar yoshlar ongiga kuchli ta’sir o‘tkazmoqda. Ayrim hollarda foydali va motivatsion kontent yoshlarni rivojlanishga undasa, ba’zi zararli trendlar xavfli xatti-harakatlarni targ‘ib qilishi mumkin. Bu esa yoshlarning ruhiy va jismoniy xavfsizligiga salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Shu sababli internetdagi har bir axborotni tanqidiy tahlil qilish ko‘nikmasini shakllantirish muhim hisoblanadi.

Bundan tashqari, ijtimoiy tarmoqlar zamonaviy marketing va iste’mol madaniyatining asosiy vositalaridan biriga aylangan. Reklama va blogerlar ta’siri ostida yoshlar ko‘pincha o‘z ehtiyojidan ortiq mahsulotlarga qiziqib qolmoqda. Bu esa moddiy qadriyatlarning ma’naviy qadriyatlardan ustun kelishiga sabab bo‘lishi mumkin. Ayniqsa, mashhur insonlarga taqlid qilish holatlari yoshlar orasida keng tarqalmoqda.

Ijtimoiy tarmoqlarning yana bir muhim jihati — ular fuqarolik faolligini oshirishga xizmat qilmoqda. Yoshlar turli ijtimoiy loyihalar, xayriya tadbirlari va ekologik aksiyalar haqida aynan internet orqali xabardor bo‘lib, ularda faol qatnashmoqda. Bu esa yoshlarning jamiyatdagi o‘rnini mustahkamlashga va ularning ijtimoiy mas’uliyat hissini oshirishga yordam beradi. Natija tahlillari :Tadqiqot natijalari yoshlar hayotida ijtimoiy tarmoqlar quyidagi ijtimoiy-psixologik o‘zgarishlarga sabab bo‘layotganini ko‘rsatdi. Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, ota-onalar tomonidan nazorat qilinmaydigan internet foydalanishi yoshlarning ruhiy holatiga salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Ayniqsa, tungi vaqtda uzoq muddat telefon ishlatish uyqusizlik, asabiylik va hissiy beqarorlikni yuzaga keltiradi. Shu sababli mutaxassislar yoshlar uchun “raqamli gigiyena” qoidalariga amal qilishni tavsiya etadilar. Masalan, kun davomida telefondan foydalanish vaqtini cheklash, uyqudan oldin internetdan foydalanmaslik va real hayotdagi muloqotga ko‘proq vaqt ajratish tavsiya etiladi. Ijobiy ta’sir va ta’lim: Respondentlarning 60 foizi ijtimoiy tarmoqlarni o‘quv materiallarini topish va xorijiy tillarni o‘rganish uchun foydali vosita deb biladi. Vaqt sarfi va salomatlik: Yoshlarning 45 foizi kuniga o‘rtacha 5-6 soat vaqtini tarmoqlarda o‘tkazadi. Bu jismoniy faollikning kamayishiga va uyqu rejimining buzilishiga (raqamli gigiyena) to‘g‘ridan-to‘g‘ri sabab bo‘lmoqda. Psixologik "Ideal hayot" effekti: 35 foiz yoshlarda boshqalarning suratlariga qarab "ideal hayot"ga intilish va natijada o‘z hayotidan norozilik hissi paydo bo‘lishi kuzatildi. Bu holat yoshlarda tushkunlik va o‘ziga past baho berish xavfini oshiradi. Axborot xavfsizligi: Har to‘rtinchi respondent (25%) virtual olamda kamida bir marta haqorat (kiberbulling)

yoki yolg‘on (feyk) xabarlarga duch kelganini tasdiqladi. Bu yoshlarda axborotni filtrlash ko‘nikmasi yetishmasligidan dalolat beradi.

Ijtimoiy tarmoqlar yoshlar uchun zamonaviy "ijtimoiy laboratoriya" vazifasini o‘tamoqda. Biroq, o‘tkazilgan tahlillar natijasida quyidagi xulosalarga kelindi: Media-savodxonlik: Yoshlarda axborotni filtrlash va tanqidiy fikrlash ko‘nikmasini shakllantirish zarur. Maktab va universitetlarda media-savodxonlik darslarini tizimli yo‘lga qo‘yish lozim. Raqamli gigiyena: Diqqatning tarqoqligi va uyqu buzilishini oldini olish uchun yoshlarga tarmoqdan foydalanishda vaqt nazoratini (time management) o‘rgatish talab etiladi. Tizimli yondashuv: Ijtimoiy tarmoqlardan butunlay voz kechishning iloji yo‘q, ammo ulardan foydalanish madaniyatini yoshlarga yoshligidan singdirish davlat siyosati darajasidagi muhim vazifadir. Demak, ijtimoiy tarmoqlar zamonaviy jamiyatning ajralmas qismiga aylangan bo‘lsa-da, ulardan foydalanishda me’yor va madaniyat muhim ahamiyat kasb etadi. Yoshlarni virtual tahdidlardan himoya qilish, ularda mustaqil fikrlash va media-savodxonlikni rivojlantirish bugungi kunning dolzarb vazifalaridan biridir. Shu bilan birga, ijtimoiy tarmoqlardan ta’lim, ilm-fan va shaxsiy rivojlanish yo‘lida samarali foydalanish yoshlarning kelajakdagi muvaffaqiyatiga ijobiy ta’sir ko‘rsatadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1.Mirziyoyev Sh.M. — Yangi O‘zbekiston strategiyasi. Toshkent: "O‘zbekiston", 2021.
2.Boyd, D. — It's Complicated: The Social Lives of Networked Teens. Yale University Press, 2014.
3.Twenge, J. M. — iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious. Atria Books, 2017.
4.Zokirova N. — Axborot xavfsizligi va yoshlar tarbiyasi. Toshkent, 2020.
5.UNESCO Guidelines — Media and Information Literacy for Teachers. Paris, 2011.
6. O‘zbekiston Respublikasi Qonuni — Yoshlarga oid davlat siyosati to‘g‘risida. 2016.
7.Karimov I. — Yoshlar ma’naviyati va axborot xavfsizligi. Toshkent, 2019.
8.Castells M. — The Rise of the Network Society. Oxford: Blackwell Publishers, 2010.
9.Turkle S. — Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other. New York, 2011.
10.UNICEF Report — The State of the World’s Children in Digital Age, 2017.
11.WHO (World Health Organization) — Adolescent Mental Health and Digital Media Research, 2021.
11.Begbudieva P.Sh. Communicative Language Teaching: Theoretical Foundations, Pedagogical Orientations and Contemporary Challenges // Innovation and Integrity.-Spain 2026.-p.44-48.