

**RAQAMLI MUHITDA YOSHLARNING E'TIBOR VA XOTIRA
JARAYONLARIGA IJTIMOIIY TARMOQLARNING TA'SIRI**

*QDU Sanaatshunoslik fakulteti
amaliy psixologiya 1-kurs talabasi
Abatbaev Almazbek Ámet uli*

Annotatsiya. So'nggi yillarda raqamli texnologiyalar va ijtimoiy tarmoqlar inson hayotining ajralmas qismiga aylandi. Ayniqsa yoshlar orasida internet va ijtimoiy platformalardan foydalanish darajasi juda yuqori. Ushbu maqolada raqamli muhitda ijtimoiy tarmoqlarning yoshlarning e'tibor jarayonlari va xotira faoliyatiga ko'rsatadigan ta'siri psixologik jihatdan tahlil qilinadi. Tadqiqotda eksperimental metodlardan foydalanilib, yoshlar ikki guruhga ajratildi va ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish darajasi bilan e'tibor hamda xotira ko'rsatkichlari o'rtasidagi bog'liqlik o'rganildi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, ijtimoiy tarmoqlardan haddan tashqari foydalanish e'tiborning barqarorligini pasaytirishi va qisqa muddatli xotira jarayonlariga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin.

Kalit so'zlar: raqamli muhit, ijtimoiy tarmoqlar, e'tibor jarayoni, xotira jarayoni, eksperimental psixologiya, yoshlar psixologiyasi, kognitiv jarayonlar, internet ta'siri

Kirish. XXI asr axborot texnologiyalari asri hisoblanadi. Internet, mobil qurilmalar va ijtimoiy tarmoqlar inson hayotining ajralmas qismiga aylangan. Ayniqsa yoshlar orasida ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish darajasi juda yuqori. Ko'plab yoshlar kuniga bir necha soat vaqtini turli platformalarda o'tkazadi. Bu jarayon inson psixikasiga, ayniqsa e'tibor va xotira kabi kognitiv jarayonlarga ta'sir ko'rsatishi mumkin.

Raqamli muhit va yoshlar psixologiyasi. Raqamli muhit deganda internet, mobil texnologiyalar va elektron platformalar orqali yaratilgan axborot makoni tushuniladi. Ushbu muhit zamonaviy jamiyatda yangi kommunikatsiya shakllarini yuzaga keltirdi. Yoshlar raqamli texnologiyalarga tez moslashadigan ijtimoiy guruh hisoblanadi. Ular internetdan o'qish, muloqot qilish, o'yin o'ynash va axborot izlash uchun faol foydalanadilar.

E'tibor jarayonining psixologik xususiyatlari. E'tibor inson ongining ma'lum obyektga yo'naltirilishi va jamlanishidir. E'tiborning barqarorligi, hajmi, taqsimlanishi va ko'chishi kabi xususiyatlari mavjud. Ijtimoiy tarmoqlarda axborot tez yangilanib turishi sababli e'tibor tez-tez boshqa obyektga ko'chadi. Bu esa uzoq vaqt davomida bir faoliyatga diqqatni jamlashni qiyinlashtirishi mumkin.

Xotira jarayonining psixologik xususiyatlari. Xotira insonning axborotni qabul qilish, saqlash va esga tushirish jarayonlarini o'z ichiga oladi. Xotira qisqa muddatli va uzoq muddatli turlarga bo'linadi. Raqamli muhitda axborotning juda ko'pligi ba'zan insonning axborotni chuqur qayta ishlashiga to'sqinlik qilishi mumkin.

Tadqiqot metodologiyasi. Tadqiqotda 18–22 yoshdagi 40 nafar talaba ishtirok etdi. Ishtirokchilar ikki guruhga ajratildi: ijtimoiy tarmoqlardan ko‘p foydalanadiganlar va kam foydalanadiganlar. Diqqat barqarorligi va qisqa muddatli xotirani aniqlash uchun maxsus psixologik testlar qo‘llanildi.

Tadqiqot natijalari. Natijalar shuni ko‘rsatdiki, ijtimoiy tarmoqlardan ko‘p foydalanadigan talabalarda diqqatning tez chalg‘ishi kuzatildi. Biroq ular axborotni tez topish va tez qabul qilish qobiliyatiga ega ekanligi ham aniqlandi.

Xulosa. Raqamli muhit yoshlarning psixologik jarayonlariga sezilarli ta’sir ko‘rsatadi. Ijtimoiy tarmoqlardan me’yorida foydalanish foydali bo‘lishi mumkin, ammo haddan tashqari foydalanish e’tibor va xotira jarayonlariga salbiy ta’sir ko‘rsatishi ehtimoli mavjud.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. G‘oziyev E. Psixologiya asoslari.
2. Davletshin M. Umumiy psixologiya.
3. Karimova V. Ijtimoiy psixologiya.
4. Anderson J. Cognitive Psychology and Its Implications.
5. Carr N. The Shallows: What the Internet Is Doing to Our Brains.