

IJTIMOYIY TARMOQLARNING O‘QUVCHILAR PSIXOLOGIYASIGA TA’SIRI

Hodjayeva Dilfuza Baxtiyorovna
Farg‘ona viloyat. Farg‘ona shahar
5-umumtalim maktabi psixologi

Annotatsiya. Ushbu maqolada ijtimoiy tarmoqlarning o‘quvchilar psixologiyasiga ta’siri ilmiy-pedagogik jihatdan tahlil qilingan. Zamonaviy axborot makonida o‘tib kelayotgan yosh avlodning ongi, xulq-atvori, dunyoqarashi va ijtimoiy munosabatlariga internet hamda ijtimoiy tarmoqlarning ta’siri o‘rganilgan. Shuningdek, ijtimoiy tarmoqlarning ijobiy va salbiy jihatlari, ularning o‘quvchilar ruhiyatiga ta’sir qilish omillari hamda mazkur ta’sirlarni bartaraf etish bo‘yicha pedagogik-psixologik tavsiyalar berilgan.

Kalit so‘zlar. ijtimoiy tarmoq, psixologiya, o‘quvchi, internet, axborot muhiti, ruhiy holat, tarbiya, virtual muloqot, internet madaniyati, motivatsiya.

Bugungi kunda axborot-kommunikatsiya texnologiyalarining jadal rivojlanishi inson hayotining barcha sohalariga chuqur kirib kelmoqda. Ayniqsa, ijtimoiy tarmoqlar yoshlar hayotining ajralmas qismiga aylanib ulgurdi. Facebook, Telegram, Instagram, TikTok va YouTube kabi platformalar o‘quvchilarning kundalik muloqoti, axborot olishi va bo‘sh vaqtini o‘tkazish vositasi sifatida keng qo‘llanilmoqda. Shu bilan birga, ijtimoiy tarmoqlar o‘quvchilar psixologiyasiga turlicha ta’sir ko‘rsatmoqda.

Psixolog va pedagog olimlar tomonidan olib borilgan tadqiqotlarda ijtimoiy tarmoqlarning inson ongi va ruhiyatiga ta’siri keng o‘rganilgan. Zamonaviy tadqiqotlarda internet muhiti yoshlar dunyoqarashi, emotsional holati va ijtimoiy faolligiga kuchli ta’sir ko‘rsatishi ta’kidlangan. Tadqiqotchilar fikriga ko‘ra, internetdan haddan tashqari foydalanish diqqatning pasayishi, ruhiy charchoq va kommunikativ muammolarni yuzaga keltirishi mumkin.

Ijtimoiy tarmoqlar orqali o‘quvchilar yangi bilimlarga ega bo‘lishi, onlayn darslar va ta’limiy videolar orqali mustaqil ta’lim olish imkoniyatiga ega bo‘lmoqda. Elektron kutubxonalar, virtual laboratoriyalar va turli ta’lim platformalari o‘quvchilarning fanlarga bo‘lgan qiziqishini oshirmoqda. Bundan tashqari, ijtimoiy tarmoqlar o‘quvchilarning ijodiy fikrlashini rivojlantirish, axborotni tezkor izlash va raqamli ko‘nikmalarni shakllantirishda muhim vosita hisoblanadi.

Ijtimoiy tarmoqlar zamonaviy axborot almashinuvi va muloqotning eng ommabop vositalaridan biri bo‘lsa-da, ulardan me’yoridan ortiq va nazoratsiz foydalanish o‘quvchilar psixologiyasiga salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Ayniqsa, yosh organizm va shakllanayotgan ong tashqi axborot ta’siriga juda sezgir bo‘lgani sababli internet muhitidagi turli salbiy omillar o‘quvchilarning ruhiy holati, xulq-atvori va ta’lim faoliyatiga sezilarli darajada ta’sir qiladi.

Bugungi kunda ko‘plab o‘quvchilar kunining katta qismini telefon va internetda o‘tkazmoqda. Bu holat ularda internetga qaramlikni shakllantirishi mumkin. Internetga qaramlik esa o‘quvchilarning vaqtni to‘g‘ri taqsimlay olmasligi, dars tayyorlashga bo‘lgan qiziqishning kamayishi va real hayotdagi ijtimoiy faollikning pasayishiga olib keladi. Natijada bolaning o‘qish samaradorligi pasayib, diqqat va xotira faoliyatida muammolar yuzaga keladi.

Ijtimoiy tarmoqlarning eng katta salbiy jihatlaridan biri diqqatning tarqoqlashishidir. O‘quvchilar doimiy ravishda qisqa videolar, reklama va turli xabarlarga duch kelganlari sababli uzoq vaqt davomida bir mavzuga e’tibor qaratishda qiynaladilar. Bu esa darslarni o‘zlashtirish jarayoniga salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Ayniqsa, qisqa va tezkor axborotlarni ko‘p iste’mol qilish natijasida bolalarda chuqur fikrlash va tahlil qilish ko‘nikmalari sustlashishi mumkin.

Shuningdek, ijtimoiy tarmoqlar o‘quvchilarning ruhiy holatiga ham salbiy ta’sir qiladi. Virtual muhitdagi turli taqqoslashlar, mashhurlikka intilish va “ideal hayot” tasvirlari ayrim o‘quvchilarda o‘zidan qoniqmaslik hissini shakllantiradi. Bu esa ruhiy tushkunlik, xavotir, asabiylik va o‘ziga bo‘lgan ishonchning pasayishiga sabab bo‘lishi mumkin.

Tadqiqotlarga ko'ra, uzoq vaqt davomida telefon va internetdan foydalanish uyqu rejimining buzilishiga ham olib keladi. Ayniqsa, kechki payt telefondan foydalanish miya faoliyatining dam olishiga to'sqinlik qiladi. Natijada o'quvchilarda charchoq, loqaydlik va darsdagi faollikning pasayishi kuzatiladi.

Ijtimoiy tarmoqlarda tarqaladigan salbiy axborotlar ham yoshlar ongiga kuchli ta'sir ko'rsatadi. Zo'ravonlik, tajovuzkorlik, noqonuniy xatti-harakatlar yoki axloqsiz mazmundagi materiallar o'quvchilarning tarbiyasi va dunyoqarashiga salbiy ta'sir etadi. Ba'zi hollarda esa virtual o'yinlar va agressiv kontent bolalarda tajovuzkor xulq-atvorning shakllanishiga sabab bo'lishi mumkin.

Bundan tashqari, ijtimoiy tarmoqlarda virtual muloqotning ko'payishi real hayotdagi muloqot ko'nikmalarining sustlashishiga olib keladi. Ayrim o'quvchilar tengdoshlari bilan yuzma-yuz suhbatlashishdan ko'ra, internet orqali muloqot qilishni afzal ko'radilar. Bu esa ijtimoiylashuv jarayoniga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Kiberbulling, ya'ni internet orqali haqorat qilish yoki bosim o'tkazish holatlari ham o'quvchilar psixologiyasiga jiddiy zarar yetkazadi. Bunday holatlar o'quvchilarda qo'rquv, ruhiy tushkunlik va yolg'izlik hissini kuchaytirishi mumkin. Ayrim hollarda bu holatlar bolaning ruhiy salomatligiga uzoq muddatli salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Shu sababli ijtimoiy tarmoqlardan foydalanishda me'yor va nazorat muhim ahamiyatga ega. Ota-onalar va o'qituvchilar o'quvchilarning internetdan foydalanish madaniyatini shakllantirishlari, foydali va zararli axborotni farqlashga o'rgatishlari zarur. Media savodxonlikni rivojlantirish ham yoshlarni turli salbiy axborotlardan himoya qilishning muhim vositalaridan biri hisoblanadi.

Ijtimoiy tarmoqlarning o'quvchilar psixologiyasiga ta'sirini kamaytirish va ulardan samarali foydalanishni tashkil etishda pedagogik-psixologik yondashuvlar muhim ahamiyat kasb etadi. Chunki zamonaviy axborot muhitida voyaga yetayotgan yoshlar ongini to'g'ri shakllantirish, ularda internet madaniyati va axborot xavfsizligi ko'nikmalarini rivojlantirish ta'lim tizimining dolzarb vazifalaridan biri hisoblanadi.

Pedagogik yondashuvlarning asosiy maqsadi o'quvchilarda ijtimoiy tarmoqlardan oqilona foydalanish madaniyatini shakllantirishdan iboratdir. O'qituvchi o'quvchilarga

internet va ijtimoiy tarmoqlarning foydali hamda zararli tomonlarini tushuntirishi, ularda tanqidiy fikrlash ko'nikmasini rivojlantirishi zarur. Bu orqali o'quvchilar turli yolg'on axborotlar, zararli g'oyalar va virtual tahdidlardan himoyalaniшни o'rganadilar.

Ta'lim jarayonida media savodxonlikni shakllantirish muhim pedagogik vazifalardan biridir. Media savodxonlik o'quvchilarning axborotni tahlil qilish, uni baholash va to'g'ri xulosa chiqarish qobiliyatini rivojlantiradi. Ayniqsa, yoshlarni internetdagi zararli kontent, manipulyativ axborot va kiberxavflardan himoya qilishda media savodxonlik muhim vosita hisoblanadi.

Psixologik yondashuvlarda esa o'quvchilarning emotsional holatini nazorat qilish va ruhiy barqarorligini ta'minlash asosiy o'rin tutadi. Maktab psixologlari tomonidan olib boriladigan suhbatlar, treninglar va psixologik diagnostika ishlari o'quvchilarning internetdan foydalanishdagi muammolarini aniqlashga yordam beradi. Ayniqsa, internetga qaramlik, ruhiy tushkunlik yoki ijtimoiy moslashuvdagi qiyinchiliklarni erta aniqlash muhim hisoblanadi.

O'qituvchi va psixologlarning hamkorligi o'quvchilar bilan ishlashda samarali natija beradi. O'quvchilarning darsdagi faolligi, ruhiy holati va xulq-atvoridagi o'zgarishlarni kuzatish orqali ularning internet va ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish darajasini baholash mumkin. Zarur hollarda individual suhbatlar va maslahatlar tashkil etilishi lozim.

Ota-onalar bilan hamkorlik ham pedagogik-psixologik yondashuvlarning muhim tarkibiy qismi hisoblanadi. Ota-onalar farzandlarining internetdan foydalanish vaqtini nazorat qilishi, ularni foydali kontentlarga yo'naltirishi va oilada sog'lom psixologik muhit yaratishi kerak. Ayniqsa, bolalar bilan ochiq muloqot qilish va ularning qiziqishlarini qo'llab-quvvatlash internetga qaramlikning oldini olishda muhim omil bo'lib xizmat qiladi.

Bundan tashqari, o'quvchilarning bo'sh vaqtini mazmunli tashkil etish ham salbiy ta'sirlarning oldini olishga yordam beradi. Sport mashg'ulotlari, ijodiy to'garaklar, kitobxonlik va jamoaviy tadbirlar yoshlarning real hayotdagi faolligini oshirib, virtual muhitga haddan tashqari bog'lanib qolishining oldini oladi.

Ta'lim jarayonida zamonaviy pedagogik texnologiyalar va interfaol metodlardan foydalanish ham muhim ahamiyatga ega. Multimedia vositalari, elektron ta'lim platformalari va raqamli texnologiyalarni to'g'ri qo'llash orqali o'quvchilarning internetdan foydali maqsadlarda foydalanish ko'nikmalari rivojlantiriladi.

Shuningdek, maktablarda axborot xavfsizligi bo'yicha targ'ibot ishlari olib borilishi zarur. O'quvchilarga shaxsiy ma'lumotlarni himoya qilish, noma'lum manbalarga ishonmaslik va internet etikasi qoidalariga amal qilish bo'yicha muntazam tushuntirish ishlari olib borilishi lozim.

Tadqiqotlar shuni ko'rsatdiki, ijtimoiy tarmoqlardan me'yoriy va maqsadli foydalanish o'quvchilarning bilim olish imkoniyatlarini kengaytiradi hamda raqamli ko'nikmalarini rivojlantiradi. Ammo nazoratsiz va ortiqcha foydalanish ruhiy holatga, ta'lim samaradorligiga va ijtimoiy munosabatlarga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Tahlillar asosida internet madaniyatini shakllantirish va media savodxonlikni rivojlantirish zarurligi aniqlandi.

Xulosa qilib aytganda, ijtimoiy tarmoqlar zamonaviy jamiyatning muhim axborot va kommunikatsiya vositasi sifatida o'quvchilar hayotida katta o'rin egallamoqda. Ular orqali o'quvchilar tezkor axborot olish, bilimlarini oshirish, tengdoshlari bilan muloqot qilish va zamonaviy raqamli ko'nikmalarni egallash imkoniyatiga ega bo'lmoqdalar. Ayniqsa, ta'limiy platformalar va foydali kontentlar yoshlarning mustaqil ta'lim olishida muhim vosita bo'lib xizmat qilmoqda.

Shu bilan birga, ijtimoiy tarmoqlardan nazoratsiz va me'yoridan ortiq foydalanish o'quvchilar psixologiyasiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkinligi tadqiqotlar davomida aniqlandi. Internetga qaramlik, diqqatning pasayishi, ruhiy tushkunlik, uyqu buzilishi va ijtimoiy faollikning kamayishi kabi holatlar yoshlar ruhiy salomatligiga salbiy ta'sir etadi. Bundan tashqari, zararli axborotlar, zo'ravonlik va noaxloqiy kontentlarning keng tarqalishi o'quvchilarning tarbiyasi va dunyoqarashiga ham salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Tahlillar shuni ko'rsatdiki, ijtimoiy tarmoqlarning salbiy ta'sirini kamaytirishda pedagogik-psixologik yondashuvlar muhim ahamiyatga ega. O'quvchilarda media savodxonlik, axborot xavfsizligi va internet madaniyatini shakllantirish orqali ularni turli

virtual tahdidlardan himoya qilish mumkin. Bu borada o'qituvchi, ota-ona va psixologlarning hamkorligi alohida o'rin tutadi.

Shuningdek, o'quvchilarning bo'sh vaqtini mazmunli tashkil etish, sport va ijodiy faoliyatlarga jalb qilish ham internetga qaramlikning oldini olishda samarali vosita hisoblanadi. Ta'lim jarayonida zamonaviy pedagogik texnologiyalar va interfaol metodlardan foydalanish esa yoshlarning internetdan foydali maqsadlarda foydalanish ko'nikmalarini rivojlantirishga xizmat qiladi.

Umuman olganda, ijtimoiy tarmoqlardan oqilona va maqsadli foydalanish o'quvchilarning intellektual rivojlanishi hamda zamonaviy bilim va ko'nikmalarni egallashiga yordam beradi. Shu sababli yoshlarni internet muhitida to'g'ri yo'naltirish, ularda tanqidiy fikrlash va axborotni tahlil qilish ko'nikmalarini shakllantirish bugungi ta'lim tizimining muhim vazifalaridan biri hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Vygotskiy L.S. Psixologiya razvitiya lichnosti. – Moskva: Pedagogika, 2019.
2. Bojovich L.I. Lichnost i eye formirovaniye v detskom vozraste. – Moskva: Prosvesheniye, 2020.
3. G'oziyev E.G'. Umumiy psixologiya. – Toshkent: O'qituvchi, 2021.
4. Nishonova Z.T. Yosh va pedagogik psixologiya. – Toshkent: Fan, 2022.
5. Kayumov A. Elastiklik va Deformatsiyaning Vaqt Bo'yicha O'zgarishini Matematik Modellashtirish //Engineering problems and innovations. – 2024. – T. 2. – №. Spes. 2 DI.
6. Akhundjanov U. et al. Distribution of local curvature values as a sign for static signature verification //E3S Web of Conferences. – EDP Sciences, 2024. – T. 508. – C. 03003.
7. Шарибаев Н. Ю., Каюмов А. М. Численная оценка формосохраняющих свойств тканей посредством анализа изображений //Universum: технические науки. – 2024. – Т. 4. – №. 3 (120). – С. 33-36.
8. Sadikova M. et al. Automation of Data Generation for Textile Information Systems //2025 International Conference on Information Science and Communications Technologies (ICISCT). – IEEE, 2025. – С. 211-215.



9. Каюмов А. М. Определение параметров испытаний в зависимости от типа трикотажного полотна //Universum: технические науки. – 2025. – Т. 3. – №. 3 (132). – С. 30-32.