

## IJTIMOIIY TARMOQLARNING O‘QUVCHILAR ONGIGA IJOBIY VA SALBIY TA’SIRI

*Kasbayeva Raushan Djoldasbayevna*

*Qoraqalpog‘iston Respublikasi Ellikqal’a tumanni*

*34-maktab psixologi*

**Annotatsiya:** Mazkur maqolada ijtimoiy tarmoqlarning o‘quvchilar psixologiyasiga ko‘rsatadigan ijobiy va salbiy ta’sirlari tahlil qilingan. Shuningdek, internet va virtual muloqotning yoshlar ongiga ta’siri, ularning ruhiy holati, xulq-atvori, o‘qishga bo‘lgan munosabati hamda ijtimoiy faolligiga oid masalalar yoritilgan. O‘quvchilarning ijtimoiy tarmoqlardan oqilona foydalanishini shakllantirish bo‘yicha tavsiyalar berilgan.

**Kalit so‘zlar:** Ijtimoiy tarmoq, psixologiya, o‘quvchi, internet, virtual muloqot, ruhiy holat, tarbiya, axborot texnologiyalari, motivatsiya, internet qaramligi.

Bugungi kunda axborot-kommunikatsiya texnologiyalarining jadal rivojlanishi natijasida ijtimoiy tarmoqlar inson hayotining ajralmas qismiga aylandi. Ayniqsa, yoshlar va o‘quvchilar orasida Telegram, Instagram, Facebook, TikTok kabi platformalardan foydalanish kundalik ehtiyoj darajasiga yetdi. Ijtimoiy tarmoqlar bir tomondan axborot olish, bilim almashish va muloqot vositasi bo‘lsa, ikkinchi tomondan o‘quvchilarning psixologik holati va dunyoqarashiga sezilarli ta’sir ko‘rsatmoqda. O‘quvchi shaxsining shakllanish davrida turli tashqi omillar uning ruhiy rivojlanishiga bevosita ta’sir qiladi. Shu sababli ijtimoiy tarmoqlarning yosh avlod ongiga qanday ta’sir qilayotganini o‘rganish dolzarb masalalardan biridir. Ijtimoiy tarmoqlarning foydali jihatlari ham mavjud. Avvalo, ular o‘quvchilarning bilim olish imkoniyatlarini kengaytiradi. Turli onlayn darslar, elektron kitoblar, videodarslar va ta’limiy platformalar orqali o‘quvchilar mustaqil bilim olish imkoniga ega bo‘lmoqda. Shuningdek, ijtimoiy tarmoqlar:

- tezkor axborot almashish imkonini beradi;
- ijodiy fikrlashni rivojlantiradi;

- xorijiy tillarni o‘rganishga yordam beradi;
- tengdoshlar bilan muloqot doirasini kengaytiradi;
- zamonaviy texnologiyalar bilan ishlash ko‘nikmasini shakllantiradi.

Bugungi kunda ko‘plab o‘quvchilar internet orqali turli fan olimpiadalari, tanlovlar va kurslarda qatnashib, o‘z bilimlarini mustahkamlamoqda. Ijtimoiy tarmoqlardan me‘yoridan ortiq foydalanish o‘quvchilar psixologiyasiga salbiy ta‘sir ko‘rsatishi mumkin. Eng avvalo, vaqtning behuda sarflanishi o‘quvchilarning darsga bo‘lgan qiziqishini kamaytiradi. Natijada diqqatning pasayishi, xotira sustligi va o‘quv motivatsiyasining kamayishi kuzatiladi.

Shuningdek, quyidagi salbiy holatlar yuzaga kelishi mumkin:

- internet qaramligi;
- ruhiy tushkunlik va stress;
- uyqusizlik;
- agressiv xulq-atvor;
- yolg‘izlik hissi;
- real hayotdagi muloqotning kamayishi.

Ayrim hollarda o‘quvchilar ijtimoiy tarmoqlardagi yolg‘on axborotlar yoki zararli kontent ta‘siriga tushib qolishi mumkin. Bu esa ularning dunyoqarashi va ma‘naviy tarbiyasiga salbiy ta‘sir qiladi. Psixologlar fikriga ko‘ra, internet qaramligi insonning virtual olamga haddan tashqari bog‘lanib qolishi bilan tavsiflanadi. O‘quvchilar ko‘p vaqtini telefon yoki kompyuter qarshisida o‘tkazishi natijasida jismoniy faollik kamayadi, ruhiy charchoq ortadi.

Internet qaramligining asosiy belgilariga quyidagilar kiradi:

- ijtimoiy tarmoqlarsiz zerikish;
- vaqt nazoratining yo‘qolishi;
- dars tayyorlashga qiziqmaslik;

- telefonni doimiy tekshirish odati;
- hissiy beqarorlik.

Bunday holatlarning oldini olishda ota-ona, pedagog va psixologlarning hamkorligi muhim ahamiyatga ega. O'quvchilarni ijtimoiy tarmoqlarning zararli ta'siridan himoya qilish uchun quyidagi choralarni amalga oshirish maqsadga muvofiq:

1. O'quvchilarning internetdan foydalanish vaqtini nazorat qilish.
2. Ta'limiy va foydali platformalardan foydalanishga yo'naltirish.
3. Kitobxonlik va sportga qiziqtirish.
4. Oilada samimiy muloqotni kuchaytirish.
5. Maktablarda media savodxonlik bo'yicha targ'ibot ishlarini olib borish.
6. Psixologik trening va suhbatlar tashkil etish.

Pedagoglar va ota-onalar o'quvchilarga internetdan to'g'ri foydalanish madaniyatini o'rgatishi zarur.

Xulosa qilib aytganda, ijtimoiy tarmoqlar zamonaviy hayotning muhim qismi hisoblanadi. Ularning o'quvchi psixologiyasiga ta'siri foydalanish madaniyatiga bog'liq. To'g'ri va me'yorida foydalanilganda ijtimoiy tarmoqlar bilim va rivojlanish manbai bo'lishi mumkin. Aks holda esa o'quvchilarning ruhiy holati, tarbiyasi va ta'lim jarayoniga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Shu bois ota-onalar, o'qituvchilar va psixologlar yoshlarning internetdan foydalanishini nazorat qilib borishi lozim.

### **Foydalanilgan adabiyotlar**

1. G'oziev E.G'. *Psixologiya*. — Toshkent: O'qituvchi, 2019.
2. Davletshin M.G. *Yosh davrlari va pedagogik psixologiya*. — Toshkent, 2018.
3. Karimova V.M. *Ijtimoiy psixologiya*. — Toshkent: Fan, 2020.
4. To'xtaboyeva D. *Internet va yoshlar tarbiyasi*. — Toshkent, 2021.
5. Hasanboyev J. *Pedagogika nazariyasi*. — Toshkent, 2017.
6. [www.ziyonet.uz](http://www.ziyonet.uz)

7. [www.lex.uz](http://www.lex.uz)
8. [www.edu.uz](http://www.edu.uz)