

IJTIMOYIY TARMOQLARNING O‘QUVCHI PSIXOLOGIYASIGA TA’SIRI

G‘aynazarova Dilafruz Zaynobiddinovna

Farg‘ona viloyati Farg‘ona shahar

43-maktab amaliyotchi psixologi

ANNOTATSIYA

Mazkur maqolada ijtimoiy tarmoqlarning o‘quvchilar psixologiyasiga ko‘rsatadigan ijobiy va salbiy ta’sirlari tahlil qilingan. Zamonaviy axborot texnologiyalarining rivojlanishi natijasida o‘quvchilar hayotida ijtimoiy tarmoqlarning o‘rni tobora ortib bormoqda. Maqolada ijtimoiy tarmoqlarning o‘quvchilarning dunyoqarashi, muloqot madaniyati, hissiy holati, o‘quv motivatsiyasi hamda shaxs sifatida shakllanishiga ta’siri yoritilgan. Shuningdek, internetdan oqilona foydalanish madaniyatini rivojlantirish va o‘quvchilarni axborot xurujlaridan himoya qilish bo‘yicha tavsiyalar berilgan.

Kalit so‘zlar: ijtimoiy tarmoqlar, o‘quvchi psixologiyasi, internet, kommunikatsiya, motivatsiya, axborot xavfsizligi, virtual muloqot, shaxs rivojlanishi, psixologik ta’sir, media savodxonlik.

KIRISH

Bugungi globallashuv va raqamli texnologiyalar taraqqiyoti davrida ijtimoiy tarmoqlar inson hayotining ajralmas qismiga aylanib ulgurdi. Ayniqsa, yoshlar va o‘quvchilar orasida Telegram, Instagram, Facebook, YouTube va boshqa platformalardan foydalanish kundalik ehtiyoj darajasiga yetgan. Ushbu vositalar axborot almashish, muloqot qilish, bilim olish va bo‘sh vaqtni mazmunli tashkil etishda muhim ahamiyat kasb etadi. Biroq ijtimoiy tarmoqlarning keng tarqalishi bilan bir qatorda ularning o‘quvchilar psixologiyasiga ta’siri masalasi ham dolzarb muammolardan biriga aylanmoqda. Ijtimoiy tarmoqlarning eng muhim ijobiy jihatlaridan biri axborot olish imkoniyatlarining kengayishidir. O‘quvchilar internet orqali turli fanlarga oid ma’lumotlarni tezkor topish, masofaviy ta’lim resurslaridan foydalanish hamda dunyoning turli nuqtalaridagi tengdoshlari bilan muloqot qilish imkoniyatiga ega bo‘ladilar. Bu esa ularning dunyoqarashini kengaytirish, bilim va ko‘nikmalarini rivojlantirishga xizmat qiladi.

Shuningdek, ijtimoiy tarmoqlar ijodkorlikni rivojlantirish, o'z fikrini erkin ifodalash va yangi qiziqishlarni shakllantirish uchun ham qulay muhit yaratadi. Biroq ijtimoiy tarmoqlarning salbiy ta'sirlari ham mavjud. O'quvchilarning uzoq vaqt davomida virtual makonda bo'lishi ularning ruhiy holatiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Xususan, internetga qaramlik, vaqtni samarasiz sarflash, diqqatning pasayishi, uyqu rejimining buzilishi kabi holatlar kuzatiladi. Bundan tashqari, ijtimoiy tarmoqlarda boshqalar bilan o'zini taqqoslash natijasida o'ziga bo'lgan ishonchning kamayishi, tushkunlik va xavotirlik hissining kuchayishi ehtimoli mavjud.

XXI asr axborot texnologiyalari asri bo'lib, bu davrda internet va ijtimoiy tarmoqlar jamiyat hayotining muhim qismiga aylandi. Ayniqsa, yoshlar orasida ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish darajasi juda yuqori bo'lib, ular kundalik hayotining muhim qismini virtual muhitda o'tkazmoqda. Ijtimoiy tarmoqlar yoshlarning axborot olish, muloqot qilish, o'z fikrini erkin ifoda etish hamda shaxsiy qiziqishlarini namoyon etishiga keng imkoniyat yaratadi. Shu bilan birga, bu platformalar yoshlarning psixologik rivojlanishi, emotsional holati va ijtimoiy xulq-atvoriga ham sezilarli ta'sir ko'rsatadi. Psixologik nuqtai nazardan qaralganda, o'smirlik va yoshlik davri shaxs shakllanishining eng muhim bosqichlaridan biri hisoblanadi. Bu davrda shaxsning o'z-o'zini anglash, o'zini baholash, ijtimoiy muhitga moslashish va shaxsiy identifikatsiyasi shakllanadi.

Ijtimoiy tarmoqlar esa ushbu jarayonga turlicha ta'sir ko'rsatishi mumkin. Bir tomondan, ular yoshlarning ijtimoiy faolligini oshiradi, yangi do'stlar orttirish imkonini beradi va bilim olish manbai bo'lib xizmat qiladi. Boshqa tomondan esa, virtual muhitga haddan tashqari berilish real hayotdagi ijtimoiy munosabatlarning kamayishiga, psixologik qaramlikka, stress va xavotir holatlarining kuchayishiga olib kelishi mumkin. Bugungi kunda psixologiya fanida ijtimoiy tarmoqlarning yoshlar ruhiyatiga ta'siri alohida tadqiqot obyekti sifatida o'rganilmoqda. Shu sababli mazkur tadqiqot yoshlar psixologiyasi nuqtai nazaridan ijtimoiy tarmoqlarning ta'sirini tahlil qilishga qaratilgan bo'lib, ularning ijobiy va salbiy jihatlarini ilmiy asosda ko'rsatishga xizmat qiladi.

O'quvchilarning hissiy rivojlanishida ham ijtimoiy tarmoqlarning ta'siri sezilarli darajada namoyon bo'ladi. Virtual muloqotning haddan tashqari ko'payishi real hayotdagi

ijtimoiy aloqalarning susayishiga olib kelishi mumkin. Natijada ayrim o‘quvchilarda yolg‘izlik hissi, muloqot qiyinchiliklari va ijtimoiy moslashuv muammolari yuzaga keladi. Shu bilan birga, internet orqali tarqatilayotgan salbiy axborotlar, zo‘ravonlik va tajovuzkorlikni targ‘ib qiluvchi materiallar o‘quvchilarning ruhiyatiga salbiy ta‘sir ko‘rsatishi mumkin.

Ijtimoiy tarmoqlar ta‘lim jarayoniga ham bevosita ta‘sir etadi. Ulardan maqsadli foydalanilgan taqdirda o‘quvchilarning bilim olishga bo‘lgan qiziqishi ortadi, mustaqil ta‘lim olish ko‘nikmalari rivojlanadi. Aksincha, nazoratsiz foydalanish o‘quv faoliyatiga e‘tiborning pasayishi, darslarni o‘zlashtirish darajasining kamayishi va mas‘uliyatsizlikning kuchayishiga sabab bo‘lishi mumkin.

Mazkur muammolarning oldini olishda ota-onalar, pedagoglar va maktab psixologlarining hamkorligi muhim ahamiyat kasb etadi. O‘quvchilarda media savodxonlikni shakllantirish, internetdan xavfsiz foydalanish qoidalarini o‘rgatish, vaqtni to‘g‘ri rejalashtirish ko‘nikmalarini rivojlantirish zarur. Shuningdek, o‘quvchilarning real hayotdagi muloqot va ijtimoiy faolligini qo‘llab-quvvatlash ham muhim vazifalardan biridir.

Ijtimoiy tarmoqlar bizning bir-biriga bog‘langan dunyomizning yurak urishiga aylandi. Turli xil kelib chiqishi va yosh guruhlarini qamrab olgan milliardlab odamlar ijtimoiy tarmoqlarni hayotlarining ajralmas qismi sifatida qabul qilishdi. Quyida ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish bo‘yicha 2023 yilgi yangilangan statistik ma‘lumotlar keltirilgan: dunyo bo‘ylab 4.8 milliard ijtimoiy tarmoq foydalanuvchisi bor, bu dunyo aholisining 59.9 foizini va barcha internet foydalanuvchilarining 92.7 foizini tashkil qiladi. O‘rtacha odam kuniga 2 soat 24 daqiqa vaqt sarflaydi. Eng ko‘p ishlatiladigan ijtimoiy tarmoqlar va yuklab olish ko‘rsatkichlari bilan – Facebook(10mlrd+), YouTube(10 mlrd+), WhatsApp(10 mlrd+) va Instagram(5 mlrd+). Ijtimoiy tarmoqlardan eng ko‘p foydalanadigan yosh guruhi 18-29 yosh. Dunyodagi eng ommabop ijtimoiy media platformasi Facebook bo‘lib, oyiga 2.989 milliard faol foydalanuvchiga ega. YouTube ikkinchi eng mashhur ijtimoiy media platformasi bo‘lib, oyiga 2.527 milliard faol foydalanuvchiga ega. WhatsApp uchinchi eng mashhur ijtimoiy media platformasi bo‘lib,

oyiga kamida 2 milliard faol foydalanuvchiga ega. Instagram to'rtinchi eng mashhur ijtimoiy media platformasi bo'lib, oyiga 2 milliard faol foydalanuvchiga ega. TikTok beshinchi eng mashhur ijtimoiy media platformasi bo'lib, oyiga 1.9 milliard faol foydalanuvchiga ega. Odamlar televizor tomosha qilishdan ko'ra ko'proq vaqtini ijtimoiy tarmoqlarda o'tkazadi. Ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish rivojlangan mamlakatlarda eng yuqori.

Ijtimoiy tarmoqlardan qishloqlardagidan ko'ra shahar aholisi ko'proq foydalanadi. Ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish yoshi kattalar orasida oshib bormoqda. Ijtimoiy tarmoqlarning hayotimizdagi o'rnini inkor qilib bo'lmaydi. Biroq tahlikali jihatlariga ham ko'z yumolmaymizki, ijtimoiy tarmoqlarda vaqtimizni va ruhiy sog'ligimizni ham qurbon beryapmiz. Ijtimoiy tarmoqlar yangi hodisa bo'lgani uchun uning atrofida hali hanuz to'liq tadqiqotlar olib borilmagan. Ayrim kishilar kundalik stress va tashvishlardan uzoqlashish uchun ijtimoiy tarmoqlardan panohtopishga urinishadi. Ammo tadqiqotlar ijtimoiy tarmoqlar stressni ozaytirish uchun emas, aksincha, ruhiy ziqlik va asabiylikni ortirish uchun xizmat qilishini ta'kidlaydi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki ijtimoiy tarmoqlardan foydalanadigan ayollarda erkakalarga qaraganda ruhiy ziqlik ko'proq kuzatiladi. Tadqiqotlar natijasida, ijtimoiy tarmoqlarga qaram bo'lgan kishilarda xavotir, vahima, asabiy tajanglik va behalovatlik boshqalarga nisbatan ko'proq aniqlandi. Yetti va undan ko'proq ijtimoiy tarmoqlardan foydalanadigan foydalanuvchilar umuman foydalanmaydigan va yoki 1-2 akkuantdan foydalanadiganlardan ko'ra ko'proq xavotir hamda tajanglikda yuradilar. Ba'zi tadqiqotlar ruhiy tushkunlik va ijtimoiy tarmoqlar orasida qat'iy bog'liqlik mavjudligini ko'rsatsa-da, ayrim mutaxassislar ijtimoiy tarmoqlarni ruhiy tushkunlikdan xalos etuvchi ijobiy jarayon sifatida ham baholashadi. Bunga sabab ijtimoiy tarmoqlarda biz ko'radigan reelslar, kontentlar va videolar boshqalarga qilingan yaxshiliklar, ibratli videolar, sovg'alar ulashish haqida bo'lsa insonda hotirjamlik va yaxshilik qilish kabi hislarni uyg'otadi.

Internetning virtual makonida ma'lumotlarning mavjudligi insoniyat rivojlanishining yangi bosqichi boshlanishi bilan bog'liq. Internet manbalarining ochiqligi va o'sishi, onlayn xizmatlarning mashhurligi turli xil hayotiy vazifalarni samarali hal qilish imkonini

berdi. Hozirgi vaqtda yetuk va keksa odamlar ham ko‘p narsalarni hal qilish uchun onlayn xizmatlardan faol foydalanmoqdalar. Ta’lim muassasalarining o‘qituvchilari, psixologlari va ota – onalar ijtimoiy tarmoqlarda o‘quvchilarni ortiqcha vaqt o‘tkazish muammolaridan xavotirda. Virtual makonga sho‘ng‘ish xulq - atvor va shaxsiy rivojlanishdagi o‘zgarishlarga oxir - oqibat sezilarli darajada hissa qo‘shadi. Ijtimoiy tarmoqlar fikr almashish, ijtimoiy kommunikatsiya, ma’naviy tarbiya, firibgarlik va ekstremizm kabi masalalarda yoshlar ongiga kuchli va ikki yoqlama ta’sir ko‘rsatadi. Ijtimoiy tarmoqlar insonga ikki xil ta’sir ko‘rsatadi. Ijobiy ta’sir: do‘st orttirish, diniy va maorifiy kontent, o‘zini namoyon qilish platformasi. Salbiy ta’sir: internet qaramligi, qisqa muloqot oqimi, yolg‘on axborot, ekstremistik, diniy yoki dunyoviy kontent.

O‘tgan asrning oxirida (90-yillar) keng tarqalishi bilan ajralib turadigan ijtimoiymadaniy muhit barcha turdagi axborot resurslari va ularga cheksiz kirish tezda shakllanmoqda. Internetda axborot manbalarining ochiqligi va o‘sishi onlayn xizmatlarning mashhurligi, bir tomondan, turli xil hayotiy vazifalarni samarali hal qilish imkonini beradi, boshqa tomondan, foydalanuvchilar tomonidan ommaviy virtual makonda o‘tkaziladigan vaqt o‘shish omillariga aylanadi. Ijtimoiy tarmoqlarning mavjudligi va gadjetlarning tarqalishi, virtual rejimda nazoratsiz qolish imkoniyatlarini taqdim etadi. Har xil turdagi internetga qaramlik insonning umumiy hayotiy potentsialining pasayishiga salbiy ta'sir qiladi. Zamonaviy dunyoda Internetning keng tarqalishi quyidagilarga olib keladi, shaxsiyatning o‘ziga xos, nisbatan alohida fazilatlarini shakllantirish, ego-shaxsning o‘ziga xos xususiyatlarini berish va tuzilishda haqiqiy o‘ziga xoslik mavjudligi haqida gapirishga imkon beradi.

XULOSA

Xulosa qilib aytganda, ijtimoiy tarmoqlar o‘quvchilar psixologiyasiga ham ijobiy, ham salbiy ta’sir ko‘rsatadigan murakkab ijtimoiy hodisadir. Ular bilim olish, muloqot qilish va shaxsiy rivojlanish uchun keng imkoniyatlar yaratishi bilan birga, noto‘g‘ri foydalanilganda ruhiy va ijtimoiy muammolarni keltirib chiqarishi mumkin. Shu sababli o‘quvchilarda internet madaniyatini shakllantirish, axborot xavfsizligini ta’minlash va

ijtimoiy tarmoqlardan oqilona foydalanish ko‘nikmalarini rivojlantirish bugungi kunning muhim vazifalaridan biri hisoblanadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI:

1. Karimova V.M. Ijtimoiy psixologiya. – Toshkent: O‘qituvchi, 2018.
2. G‘oziyev E.G‘. Yosh davrlari psixologiyasi. – Toshkent: O‘qituvchi, 2019.
3. Nishonova Z.T., Alimuhamedov A. Pedagogik psixologiya. – Toshkent, 2020.
4. To‘xtayeva M. Axborot texnologiyalari va media savodxonlik asoslari. – Toshkent, 2021.
5. O‘zbekiston Respublikasi “Ta’lim to‘g‘risida”gi Qonuni. – Toshkent, 2020.
6. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining yoshlar ma’naviyatini yuksaltirish va axborot xavfsizligini ta’minlashga oid qarorlari va farmonlari.
7. UNICEF. Children in a Digital World. – New York, 2017.
8. World Health Organization. Adolescent Mental Health and Digital Media. – Geneva, 2021.