

**O‘SMIRLARNING IJTIMOY-PSIXOLOGIK MUNOSABATLARIDA
VIRTUAL OLAM TA’SIRI**

**N.S.Sangirova- Jizzax davlat pedagogika universiteti Umumiy psixologiya
kafedrası stajyor o‘qituvchisi
sangirovanilufar082@gmail.com**

**G.Saydivaliyeva- Jizzax davlat pedagogika universiteti, Psixologiya
yo‘nalishi , I bosqich talabasi**

Annotatsiya:Ushbu maqola hozirgi kundagi o‘smirlarning ijtimoiy-psixologik shakillanishida o‘z ta‘sirini ko‘rsatayotgan virtual olam ya‘ni ijtimoiy tarmoqlar haqida ma‘lumot olishingizda yordam beradi. Telegram, Instagram, Facebook va boshqa shu kabi platformalar nafaqat eng muhim axborot va yangiliklar manbai, balki asosiy muloqot vositasi sifatida ham e‘tibor qozongan.O‘smirlar bu manbalardan oqilona foydalanishlari va kelajakda qiziqish va qobiliyatlarini rivojlantirishda ulardan oqilona foydalanmoqlari maqsadga muvofiq bo‘lar edi. Ijtimoiy tarmoqlarning o‘smir shaxsiga bo‘lgan ta‘siri ikki tomonlama xarakterga ega. Ushbu vositalardan to‘g‘ri foydalanish o‘smirlarning ijtimoiy va kommunikativ rivojlanishiga ko‘maklashsa, noto‘g‘ri foydalanish esa shaxsiy rivojlanish va muloqot ko‘nikmalariga salbiy ta‘sir ko‘rsatishi ehtimoli yuqori. Shu sababli, ijtimoiy tarmoqlardan foydalanishning balansini saqlash muhimligi haqidadir.

Kalit so‘zlar: O‘smirlar, virtual, ijtimoiylashuv, emotsiya, muloqot, fikr, axborot, kommunikativ, qobiliyat, muammo, platforma, ijtimoiy maqullanish, psixologik salomatlik.

Hozirgi kunda ijtimoiy hayotda yuz berayotgan har qanday yangilik va o‘zgarishlar, ularning salbiy yoki ijobiy bo‘lishidan qat’i nazar, bizning shaxsiy faoliyatimizga ta‘sir ko‘rsatadi. Ayniqsa, so‘nggi o‘n yil ichida ijtimoiy tarmoqlar hayotimizning ajralmas qismiga aylangan. Telegram, Instagram, Facebook va boshqa shu kabi platformalar nafaqat eng muhim axborot va yangiliklar manbai, balki asosiy muloqot vositasi sifatida ham e‘tibor qozongan. Ushbu tarmoqlar yangi do‘stlar orttirish, munosabatlar o‘rnatish, fikr va emotsiyalar almashish, hamda o‘z hissiyotlarni ifoda etish imkoniyatlarini yaratadi. Vaqtini va o‘zini boshqarish ko‘nikmalariga ega shaxslar ijtimoiy tarmoqlardan me‘yorida foydalanib, ularning ijtimoiy hayoti va psixologik salomatligiga jiddiy zarar yetkazmaydi. Biroq, hali o‘zligini to‘liq anglamagan, hayotiy maqsadlarini izlash jarayonida bo‘lgan, tashqi ijtimoiy ta‘sirlarga moyilligi yuqori bo‘lgan 11-15 yoshdagi o‘smirlar orasida ijtimoiy tarmoqlarga qaramlikning ortishi kuzatilmoqda. Ushbu qaramlik, o‘smirlarning kundalik hayoti, o‘qishdagi mehnat unumdorligi, kommunikativ qobiliyatlari va psixologik salomatligiga salbiy ta‘sir ko‘rsatmoqda. Bu holat yoshlar orasida to‘g‘ri

foydalanish ko'nikmalarini rivojlantirish zaruratini yanada dolzarb masalaga aylantiradi.

O'smirlarning ijtimoiy-psixologik shakllanishi va kommunikativ qobiliyatlariga ijtimoiy tarmoqlarning ta'sirini o'rganish zamonaviy psixologiya va sotsiologiya fanlaridagi eng dolzarb yo'nalishlardan biri hisoblanadi. Ushbu masalaga bag'ishlangan bir qator tadqiqotlar o'tkazilib, ular ijtimoiy tarmoqlarning yoshlar hayotiga ta'sirini turli nuqtai nazarlardan yoritib bergan. Ushbu sohadagi ilmiy izlanishlar ijtimoiy tarmoqlardan foydalanishning me'yorini belgilash, yoshlarning salbiy ta'sirlardan himoyalanihini ta'minlash va ularning ijtimoiy-psixologik rivojlanishini qo'llab-quvvatlashga qaratilgan muhim amaliy takliflarni ishlab chiqishda yordam beradi. Masalan, Jean Twenge o'zining "iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy" nomli asarida ijtimoiy tarmoqlarning yoshlarda paydo qilayotgan ijtimoiy va psixologik muammolarini chuqur tahlil qiladi. U ijtimoiy tarmoqlarning kommunikativ qobiliyatlarga salbiy ta'sir qilishi va ularning yuzma-yuz muloqotda tajribasizlik keltirib chiqarishi mumkinligini qayd etadi. Boyd dan Ellison ijtimoiy tarmoqlarni ta'riflash va ularning kommunikativ imkoniyatlarini o'rganishda izlanuvchan tadqiqotchilardan hisoblanishadi. Ularning ijtimoiy tarmoqlardagi o'zaro munosabatlar hamda virtual muloqotning shaxsiy rivojlanishga qanday ta'sir ko'rsatishini yoritgan ishlari dolzarbligicha qolmoqda. Shuningdek, Sherry Turkle o'zining "Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other" asarida texnologiya va ijtimoiy tarmoqlar sababli insonlar o'rtasidagi hissiy aloqaning zaiflashayotganligini va bu hol yosh avlodda shaxsiy muloqot ko'nikmalarining pasayishiga olib kelishini ko'rsatadi. O'zbek tadqiqotchilardan esa Olimov Sh.K. va Usmonov F.X. kabi olimlar yoshlarning virtual muhitdagi ijtimoiylashuvi va uning psixologik shakllanishga ta'siri bo'yicha ishlar olib borganlar. Ularning izlanishlarida o'zbek jamiyatining o'ziga xos jihatlari inobatga olingan holda, ijtimoiy tarmoqlar va yoshlar munosabatlari o'rganilgan. Mazkur adabiyotlar mavzuga oid ilmiy tadqiqotlar uchun nazariy asos bo'lib xizmat qiladi va o'smirlarning ijtimoiy-psixologik shakllanishida ijtimoiy tarmoqlarning roli haqida chuqurroq tasavvur hosil qilishga yordam beradi. Virtual olam fenomenining rivojlanishi o'smirlar orasida yuzma-yuz muloqotdan ko'ra ijtimoiy tarmoqlar orqali kommunikativ aloqalarning amalga oshirilishining jadallashishini anglatadi. O'smirlar orasida ijtimoiy tarmoqlar ta'sirida yuz berayotgan jarayonlarning jadallashuvi ularning shaxslararo munosabatlariga, do'stlari, yaqinlari, ota-onasi, oilasi va jamiyat bilan yuzma-yuz muloqot qilishlariga qanday ijobiy yoki salbiy ta'sir ko'rsatishini baholash muhim masalaga aylanmoqda. Ijtimoiy tarmoqlarning o'smirlarga ta'sirini yaxshiroq tushunish uchun ushbu yosh davridagi asosiy ijtimoiy-psixologik o'zgarishlarni eslatib o'tish muhim. O'smirlik davri inson shaxsiy rivojlanishidagi tanqidiy bosqich bo'lib, bu davrda kuchli jismoniy, emotsional va ijtimoiy o'zgarishlar yuzaga keladi. Ushbu bosqichning xarakterli xususiyatlari qatoriga

o'zlikni kashf etish, boshqarilishga qarshilik ko'rsatish, mustaqillikka intilish, hamda kommunikativ va ijtimoiy qobiliyatlarning rivojlanishi kiradi.

Bugunga kunda o'smirlarning hayotida ijtimoiy tarmoqlarning o'rni muqarrar va rad etib bo'lmaydigan hodisa bo'lib, ular an'anaviy muloqotni raqamlashtirish va masofaviylashtirish vazifasini bajarmoqda. Ijtimoiy tarmoqlar o'smirlarning nafaqat muloqoti va boshqalar bilan aloqalarini mustahkamlashga yordam bermoqda, balki o'z-o'ziga hurmat va ishonch kabi irodaviy xislatlarni shakllantirayotgan o'smirlar uchun o'z-o'zini va ichki dunyosini namoyon qilish, ijtimoiy qobiliyatlarini shakllantirish vositasi ham bo'lib qolmoqda. Lekin ijtimoiy tarmoqlar qaramlik, kiberrulliing (onlayn zo'ravonlik) va psixologik salomatlikka ta'sir qiluvchi bir qancha salbiy oqibatlarni ham keltirib chiqarmoqda.

Ijtimoiy psixologiya doirasida ijtimoiy tarmoqlarning o'smirlarning kommunikativ qobiliyatlari va kognitiv jarayonlariga ta'siri turli nazariyalar doirasida yoritiladi. Masalan, psixolog olim Albert Banduraning ilmiy qarashlari asosida rivojlangan "Ijtimoiy kognitivizm" nazariyasi shaxsning kuzatish, taqlid qilish va modellashtirish asosida ijtimoiy xulq-atvorni o'zlashtirish jarayonini yoritadi. Ushbu jarayonda raqamli dunyo muhim rol o'ynaydi, chunki undagi ijtimoiy xatti-harakatlar, xabarlar va axborotlar shaxs tomonidan taqlid qilinishi mumkin bo'ladi. Turli ijtimoiy tarmoqlar, ommaviy axborot vositalaridagi kontentlar ularni qabul qiluvchi foydalanuvchi shaxslarga namunaviy obrazlar yaratadilar. Bundan tashqari, auto-samaradorlik qobiliyati (shaxsning ma'lum bir harakatni bajara olishi uchun o'ziga nisbatan ishonchi) media xabarlar natijasida kuchayishi yoki kuchsizlanishi mumkin. Ushbu jarayonni ijtimoiy tarmoqlar orqali tarqalayotgan obrazli xabarlar, videolar hamda reklamalarning qay darajada shaxsning real olamdagi voqelik va ijtimoiy normalarning qabul qilish jarayoniga, shuningdek, shaxsning xulqi va kutuvlariga qay darajada ta'sir qilishida kuzatishimiz mumkin. Boshqacha aytganda, shaxs reklama yoki ommaviy axborot vositalarida ko'rgan va kuzatgan voqelik bilan real hayotdagi voqelik o'rtasida nomutanosiblikka duch keladi. Bu esa, fikrimizcha, o'smirlik yoshidagi shaxsning real voqelikdagi kutuvlari amalga oshmasligi, ijtimoiy hayotdagi normalarning qabul qilishdagi qiyinchiliklar kabi holatlarni yuzaga keltirishi mumkin. Natijada, o'smirlarning shaxslararo munosabatlarida, ijtimoiylashuv jarayonida va ota-onalari hamda kattalar bilan bo'lgan munosabatlarida salbiy oqibatlar yuzaga kelishi mumkin.

Ikkinchi nazariya bu "Foydalanish va qoniqish" nazariyasi bo'lib, u shaxsning nima uchun ijtimoiy tarmoqlardan foydalanishi va undan qanday qoniqish va mamnunlik hissini olishini tushuntiradi. Ushbu nazariyada ijtimoiy tarmoqlar foydalanuvchilari o'z xohishlari hamda intilishlariga ko'ra ommaviy axborot vositalaridan foydalanishda faol bo'ladilar. Shaxsning ijtimoiy tarmoqlardan foydalanishiga reallikdan qochish, axborotlarga intilish, shaxsiyatni shakllantirish va ijtimoiy mansublik kabi sabablar motivlar bo'lishi mumkin. Nazariya vakili Wang K.ning fikricha, yangi texnologiyalar va ijtimoiy tarmoqlar, media vositalarining

rivojlanishi shaxsning oldida tanlovlarning kengligi, rang-barangligini ta'minlaydi, shaxsga borliqdagi real jamoalar hamda virtual jamoalarga qo'shilish imkonini, shaxs o'zini qaysi jamoada qulay his etsa, o'sha jamoaga qo'shilish uchun qaror qilish imkonini beradi. Bu esa o'smirlardagi ijtimoiy mansublik hamda o'z-o'zini anglashga bo'lgan ehtiyojlarini qondirishning osonyo'lini ham beradi, bundan tashqari, fikrimizcha, ulardagi qaramlikning oshib ketishiga ham sabab bo'ladi.

Xulosa qilib aytganda, ijtimoiy tarmoqlarning o'smir shaxsiga bo'lgan ta'siri ikki tomonlama xarakterga ega. Ushbu vositalardan to'g'ri foydalanish o'smirlarning ijtimoiy va kommunikativ rivojlanishiga ko'maklashsa, noto'g'ri foydalanish esa shaxsiy rivojlanish va muloqot ko'nikmalariga salbiy ta'sir ko'rsatishi ehtimoli yuqori. Shu sababli, ijtimoiy tarmoqlardan foydalanishning balansini saqlash muhimdir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Jiayao C. Evaluation of causes and impacts of emotional pressure among teenagers. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*. 2022. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.220105.26>
2. Lei S., Su W. An End-to-end method for teenagers potential depression detection on social media. *IEEE International performance, computing, and communications conference (IPCCC)*. 2021. <https://doi.org/10.1109/ipccc1483.2021.9679449>.
3. Mamanazarova D.M. "Yoshlar hayotida virtuallashuv sabablari va omillari". "Science and innovation international scientific journal". <https://doi.org/10.5281/zenodo.6975091> 2022
4. Muller H. Association between social media usage and depression among teenagers in United States of America. 2023. *International Journal of Sociology*. <https://doi.org/10.47604/ijs.1816>
5. Seserman C. Assessing the way gender norms affect teenagers' behaviour in the context of social media. *Social research reports*. 2021. <https://doi.org/10.33788/srr13.1.4>
6. Karimovna, N. Y. (2024). O'SMIRLARNING IJODIY TAFAKKURINI RIVOJLANTIRISHDA OILANING ROLI. *INNOVATION IN THE MODERN EDUCATION SYSTEM*, 5(42), 227-231.
7. Karimovna, N. Y. (2024). OILADA O'SMIR BOLALAR IJODIY TAFAKKURI SHAKLLANISHINING GENDER XUSUSIYATLARI. *SUSTAINABILITY OF EDUCATION, SOCIO-ECONOMIC SCIENCE THEORY*, 2(20), 8-11
8. Latipovna, S. M., & Sodirzoda, S. R. (2018). Traditional and modern foreign language teaching methods. *Вопросы науки и образования*, (10 (22)), 187-190.
9. Saipova, M. (2023). The Results Of The Research On The Perspectives Of Family Life Of Teenagers Raised In Migrant Families. *European International Journal of Pedagogics*, 3(03), 16-20.

- 10.Saipova, M. (2023). Causes of instability of emotional experiences in modern adolescents. *Eurasian Journal of Academic Research»(ISSN: 2181-2020)*, 3(01).
- 11.Saipova, M. (2023). The Content Of The Psychologist's Work With Children Of Labor Migrants. *American Journal Of Social Sciences And Humanity Research*, 3(02), 72-76.
- 12.Малоҳат Саипова. (2023). МАЪНАВИЙ ТАРБИЯДА МИЛЛИЙ ВА ДИНИЙ ҚАДРИЯТЛАРНИНГ УЙҒУНЛИГИ: МЕҲНАТ МИГРАЦИЯСИНИНГ ТАЪСИРИ МАСАЛАЛАРИ. *ACADEMIC RESEARCH IN MODERN SCIENCE*, 2(6), 81–85.
- 13.Malohat Saipova. (2022). REASONS FOR LABOR MIGRATION AND IMPACT OF THIS PROCESS ON THE FAMILY. *Open Access Repository*, 8(9), 55–58.
- 14.Latipovna, S. (2019). Psychological Correction Opportunities of the Tendency for Machiavellianism in Pedagogue's Personality. *International Journal of Progressive Sciences and Technologies*, 14(2), 346-350. doi:<http://dx.doi.org/10.52155/ijpsat.v14.2.986>
- 15.Камилова, Н. Г., & Саипова, М. Л. (2012). Дифференцированный подход к субъекту обучения как важное условие модернизации образования в высшей школе. *Образование через всю жизнь: непрерывное образование в интересах устойчивого развития*, 10(1), 278-279.
- 16.Malohat Saipova, . (2023). THE CONTENT OF THE PSYCHOLOGIST'S WORK WITH CHILDREN OF LABOR MIGRANTS. *American Journal Of Social Sciences And Humanity Research*, 3(02), 72–76. <https://doi.org/10.37547/ajsshr/Volume03Issue02-13>
- 17.Saipova, M. (2023). The Results Of The Research On The Perspectives Of Family Life Of Teenagers Raised In Migrant Families. *European International Journal of Pedagogics*, 3(03), 16-20.
- 18.SAIPOVA, M. (2024). MEHNAT MIGRANTLARI BO'LGAN VA BO'LMAGAN OILALARDA OILAVIY XAVOTIRNI O'RGANISH NATIJALARI. *News of the NUUz*, 1(1.10. 1), 190-192.
19. Saipova, M. (2023). PROBLEMS OF DEVELOPING THE QUALITY OF SELF-CONSCIOUSNESS IN CHILDREN OF LABOR MIGRANTS. *European International Journal of Multidisciplinary Research and Management Studies*, 3(05), 72-76.
- 20.Latipovna, S. M. (2019). Psychological Correction Opportunities of the Tendency for Machiavellianism in Pedagogue's Personality.
21. Саипова, М. (2024). РАССМОТРЕНИЕ И ИЗУЧЕНИЕ ПРОБЛЕМЫ МИГРАЦИИ В ПСИХОЛОГИИ. *Eurasian Journal of Social Sciences, Philosophy and Culture*, 4(4), 83-87.
- 22.Saipova Malaxat. (2025). RESULTS OF THE STUDY ON THE PROCESS OF SELF- ACTUALIZATION AMONG ADOLESCENTS . *Ta'lim Innovatsiyasi Va Integratsiyasi*, 44(1), 255-263.

23. Sangirova, N. (2025). SHAXS SHAKLLANISHIGA OILANING TA'SIRI. Журнал Педагогика и психологии в современном образовании, (II), 59-64. извлечено от <https://ppmedu.jdpu.uz/index.php/ppmedu/article/view/10506>
24. Sangirova, N. (2024). SHAXS IJTIMOIYLASHUVIDA OILANING ROLI. Журнал Педагогика и психологии в современном образовании, 4(2), 69-73. извлечено от <https://ppmedu.jdpu.uz/index.php/ppmedu/article/view/9725>
25. Sangirova, N. (2024). SHAХСДА ГЕНДЕР УСТАНОВКАЛАРИНИНГ ЎЗИНИ-ЎЗИ ИДРОК ЕТИШ БИЛАН БОҒЛИҚЛИГИ МУАММОЛАРИ. Журнал Педагогика и психологии в современном образовании, 4(2), 74-81. извлечено от <https://ppmedu.jdpu.uz/index.php/ppmedu/article/view/9749>
26. Sangirova, N. (2024). SHAХСДА ГЕНДЕР УСТАНОВКАЛАРИНИНГ ЎЗИНИ-ЎЗИ ИДРОК ЕТИШ БИЛАН БОҒЛИҚЛИГИ МУАММОЛАРИ. Журнал Педагогика и психологии в современном образовании, 4(2), 74-81. извлечено от <https://ppmedu.jdpu.uz/index.php/ppmedu/article/view/9749>