IJTIMOIY TARMOQLARNING YOSHLAR IJTIMOIY MUNOSABATIGA IJOBIY PSIXOLOGIK TA’SIRI

Matyoqubova B. R., GDPI talabasi

Annotatsiya: tezisda ijtimoiy tarmoqlarning yoshlar psixologiyasiga, ayniqsa ularning ijtimoiy munosabatlariga ijobiy ta’siri yoritilgan. Ijtimoiy tarmoqlar orqali yuzaga kelayotgan virtual muloqot, o‘zini ifoda etish imkoniyati, jamoaviy faoliyatlarda ishtirok etish va do‘stona aloqalar o‘rnatish yoshlarning ruhiy holatiga qanday ijobiy ta’sir ko‘rsatishi ilmiy asosda tahlil qilingan. Shuningdek, zamonaviy yoshlarning o‘zaro muloqoti va o‘zini jamiyatda his etish darajasi ijtimoiy tarmoqlar orqali qanday mustahkamlanayotgani haqida fikr yuritilgan.

Kalit so‘zlar: ijtimoiy tarmoq, yoshlar, psixologik ta’sir, ijtimoiy munosabatlar, virtual muloqot, o‘zini ifoda etish, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash.

Abstract: The article reflects the positive impact of social media on the psychology of youth, especially on their social relationships. On a scientific basis, it was analyzed how virtual dialogue, the possibility of self-expression, participation in collective activities and the establishment of friendships affect the mental state of young people. It was also discussed how the level of communication and well-being of modern youth is strengthened through social networks.

Key words: social network, youth, psychological impact, social relations, virtual dialogue, self-expression, social support.

Zamonaviy dunyoda ijtimoiy tarmoqlar nafaqat aloqa vositasi, balki yoshlarning ruhiy va psixologik holatiga ham bevosita ta’sir ko‘rsatadigan muhim omilga aylandi. Ayniqsa, ijtimoiy tarmoqlarning ijobiy imkoniyatlari yoshlar orasida o‘zaro ijtimoiy munosabatlarni mustahkamlash, o‘zini jamiyat a’zosi sifatida his etish, emotsional barqarorlikni ta’minlashda muhim vosita bo‘lib xizmat qilmoqda.

Ijtimoiy tarmoqlar orqali yoshlar o‘zlariga yaqin do‘stlarni topadi, jamiyat bilan bog‘lanadi, his-tuyg‘ularini baham ko‘radi va shaxs sifatida o‘zini anglaydi. Bu esa ularning psixologik holatiga bevosita ijobiy ta’sir ko‘rsatadi. Ushbu maqolada aynan shu jihatlar ilmiy asosda yoritiladi.

Asosiy qism

Ijtimoiy tarmoqlar yoshlar uchun o‘zini erkin ifoda etish, fikr almashish, do‘stlar orttirish va ruhiy yengillikka erishish imkonini beradi. Yoshlarning o‘ziga ishonch hissi, o‘z fikrini aytish madaniyati va emotsional barqarorligi ko‘p jihatdan ular ishtirok etayotgan virtual muloqot muhitiga bog‘liq.

Birinchidan, ijtimoiy tarmoqlarda yoshlar o‘zlarining sevimli mavzularida guruhlarga qo‘shilish orqali jamiyat bilan bog‘liq ekanini his etadi. Bu esa ularning yolg‘izlik tuyg‘usini kamaytiradi, ruhiy yengillik beradi. Masalan, stress, xavotir, depressiya kabi holatlar aynan ijtimoiy aloqalarning sustligi bilan bog‘liq bo‘lsa, ijtimoiy tarmoqlarda faol ishtirok bu holatlarning oldini olishi mumkin.

Ikkinchidan, yoshlar ijtimoiy tarmoqlarda o‘z fikrlarini ochiq bayon qilishi, bahs-munozaralarda qatnashishi, boshqa odamlarning fikrini tinglashi orqali kommunikativ va emotsional ko‘nikmalarni rivojlantiradi. Bu esa ularning ijtimoiy

munosabatlarda faol, ochiq va o‘zini qadrlovchi shaxs sifatida shakllanishiga xizmat qiladi.

Uchinchidan, ijtimoiy tarmoqlar psixologik qo‘llab-quvvatlash muhitini yaratadi. Yoshlar dardini kim bilandir bo‘lishadi, o‘z hayotidagi muammolarni baham ko‘radi, maslahat oladi. Shuningdek, ijtimoiy tarmoqlarda ijobiy motivatsion kontentlar — muvaffaqiyat hikoyalari, shaxsiy rivojlanish bo‘yicha bloglar, psixologik maslahatlar va videolar orqali ruhiy yengillik, o‘zini anglash va o‘z ustida ishlash istagi kuchayadi.

To‘rtinchidan, o‘ziga ishonch past bo‘lgan yoki ijtimoiy jihatdan tortinchoq yoshlar ijtimoiy tarmoqlar orqali bosqichma-bosqich ijtimoiylashishni boshlaydi. Virtual makon real hayotdagi muloqotga kirishish uchun birinchi qadam bo‘lishi mumkin. Bu orqali yoshlar asta-sekinlik bilan o‘zining ijtimoiy rolini topadi va jamiyatda o‘z o‘rnini anglaydi.

Internetning zo‘r berib rivojlanishi bilan odamzod borgan sari me’yorni unutib, uning girdobiga bexosdan tortilmoqda. Axir biz bir muhim narsani esdan chiqarmasligimiz darkor: real hayot boshqa, virtual hayot boshqa. Biz kundalik hayotda odamlar bilan jonli muloqotda bo‘lamiz, jonli fikr almashinamiz va o‘zimizga kerakli bo‘lgan xulosalarni chiqaramiz. Virtual hayot esa insonni tamomila dunyoqarashi va ongini o‘zgartirib yuborishi mumkin.

Agar biz sotsial tarmoqlar soniga va ularning turlariga e’tibor qaratadigan bo‘lsak, ularning hammasini yoritishda bu maqola ojizlik qiladi. Keling biz eng mashhur sotsial tarmoqlar va ularga qancha foydalanuvchi a’zo bo‘lganligiga bir nazar tashlaylik: Facebook – 750 million, Twitter – 200 million, Qzone – 480 million, Odnoklassniki.ru – 100 million, V kontakte – 135 million va hokazo. Mana ko‘rib turganingizdek, shu raqamlar insoniyatning qanchalik sotsial tarmoqlar ichiga kirib ketayotganligidan dalolat bermoqda.

"Ijtimoiy tarmoqlar yoshlar tarbiyasiga salbiy ta’sir ko‘rsatadi" Bugungi kunda internetdagi ijtimoiy tarmoqlar ayniqsa yoshlar orasida ommalashib bormoqda.

Xulosa: ijtimoiy tarmoqlarning yoshlar ijtimoiy munosabatlariga ijobiy psixologik ta’siri aynan ularning o‘zini erkin ifoda etishi, ijtimoiy guruhlarga qo‘shilishi, psixologik qo‘llab-quvvatlash olishi va shaxsiy rivojlanishiga xizmat qilishi orqali namoyon bo‘ladi. To‘g‘ri foydalanilganda, ijtimoiy tarmoqlar yoshlar uchun emotsional tayanch, o‘zini qadrlash hissini oshiruvchi va ijtimoiy faoliyatga undovchi kuchli vositaga aylanishi mumkin. Asosiysi, yoshlarni ongli, maqsadli va madaniyatli tarzda ushbu vositalardan foydalanishga o‘rgatishdir.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining “Yoshlar va ularning ijtimoiy qo‘llab-quvvatlanishini kuchaytirish” to‘g‘risidagi qarori, 2022.
2. Karimova N. “Psixologiya va kommunikatsiya” – Toshkent, 2021.
3. Xudoyberdiyeva M. “Yoshlar va ijtimoiy tarmoqlar: ruhiy holatga ta’siri” // “Ijtimoiy fanlar” jurnali, 2023.

4. Anderson M., Jiang J. “Social media and youth mental health” – Pew Research Center, 2022.