

## **Yoshlar orasida internet va ijtimoiy tarmoqlarga qaramlik: Oqibatlar va sabablari**

**Akbaraliyeva Marjona**

Samarqand davlat chet tiillari instituti 1-kurs talabasi

E-mail: [o03153455@gmail.com](mailto:o03153455@gmail.com)

**Annotatsiya:** Ushbu maqolada yoshlar orasida ijtimoiy tarmoqlarga qaramlikning asosiy sabablari va oqibatlarini tahlil qilinadi. Bugungi kunda ijtimoiy tarmoqlar yoshlar hayotining ajralmas qismiga aylangan boʻlib, ular nafaqat muloqot vositasi, balki shaxsiy dunyoqarash va ijtimoiy meʼyorlarning shakllanishida muhim rol oʻynaydi. Qaramlikning yuzaga kelishiga taʼsir etuvchi asosiy omillar-axborot texnologiyalarining jadal rivojlanishi, boʻsh vaqtni notoʻgʻri tashkil etish, psixologik omillar hamda ijtimoiy muhit bilan bogʻliq jihatlarni yoritib beriladi. Tadqiqotda internet va ijtimoiy tarmoqlardan meʼyoridan ortiq foydalanish natijasida yuzaga keladigan salbiy oqibatlar, jumladan, diqqatning pasayishi, oʻqishga qiziqishning susayishi, ruhiy holatning izdan chiqishi, yolgʻizlik hissi, depressiya va real ijtimoiy munosabatlarning cheklanishi kabi muammolar tahlil qilinadi. Maqola yoshlarning ijtimoiy tarmoqlardan ongli va masʼuliyatli foydalanishini ragʻbatlantirish maqsadida yozilgan.

**Kalit soʻzlar:** yoshlar psixologiyasi, ijtimoiy tarmoqlar taʼsiri, onlayn taʼqib, ijtimoiy tarmoqlarga qaramlik, uyqu buzilishi, ijtimoiy taqqoslash, salomatlik, taʼlim sifati, raqamli savodxonlik

**Abstract:** This article analyzes the main causes and consequences of the internet and social media addiction among young generation. Today, social networks have become an integral part of the lives of young people, not only as a means of communication but also playing an important role in the worldview and social norms. The major factors influencing the emergence of dependence are the rapid development of information technologies, the improper use of spare time, psychological factors, and the influence of the social

environment. The research analyzes the negative consequences that arise from excessive use of the internet and social media, including decreased attention, reduced interest in academic activities, mental health issues, feelings of loneliness, depression, and the limitation of real-life social interactions. The paper aims to encourage responsible and conscious use of social media among young users.

**Keywords:** youth psychology, the impact of social networks, online bullying, social media addiction, sleep disturbance, social comparison, health, quality of education, digital literacy.

### **Kirish**

Bugungi rivojlanayotgan dunyoda ijtimoiy tarmoqlar inson hayotining muhim ajralmas qismiga aylangan. Ma'lumki, ijtimoiy tarmoqlar zamonaviy jamiyatning eng kuchli axborot va muloqot vositalaridan biri sifatida, yoshlarning shaxsiy va ijtimoiy rivojlanishiga bevosita ta'sir ko'rsatuvchi global fenomen darajasiga ko'tarilgan. Ularning tarixiy ildizlari 1990-yillarda internetning ommalashuvi bilan boshlangan bo'lsa-da, XXI asrning boshlaridan boshlab ijtimoiy tarmoqlar inson hayotining ajralmas qismiga aylandi. Ijtimoiy tarmoqlarning hamma uchun qulayligi, tezda axborot almashish mumkinligi, ijtimoiy tarmoqlar orqali o'z dunyoqarashini namoyon qilishning eng qulay usuli sifatida foydalanuvchi yoshlar orasida uning juda mashhurligi tufayli hozirgi kunda ijtimoiy tarmoqlarning ta'siri juda yuqori ekanligini ta'kidlaydi. Aslida ijtimoiy tarmoqlarning asosiy vazifasi dastlab tashkil etilgan paytlarda odamlarga uzoqdagi tanishi bilan aloqa qilish, ular o'rtasida o'zaro onlayn muloqotni yo'lga qo'yish edi. Biroq bugun ularning funksiyalari tobora kengayib bormoqda. Eng avvalo, yoshlar ongiga va ma'naviyatiga ta'sir ko'rsatishning qudratli axborot-siyosiy vositasiga aylanmoqda. Ushbu maqolada ilgari surilgan mavzuning dolzarbligi hozirgi kunda qarama-qarshilik mavjudligidan kelib chiqadi. Ya'ni, bir tomondan, zamonaviy yosh insonni ijtimoiy tarmoqlarsiz tasavvur qilishning iloji yo'q, boshqa tomondan, ijtimoiy tarmoqlar yoshlarni shakllantirish, ma'naviy va axloqiy fazilatlarni tarbiyalash bor. Shu jihatdan, bugungi kunda axborot texnologiyalari

inson faoliyatining barcha sohalariga tatbiq etilmoqda. Yoshlar, ayniqsa, internetda himoyasizdir. Jahon tarmog`ida doimiy ishtirok etish, ota-onalar nazorati yo`qligi, bolalarning axborot madaniyatini bilmaslik ko`pincha o`spirinlarning internetga qaram bo`lishiga olib kelishi mumkin. Muammoga yechim topish uchun 2021 -yil 2-dekabrda "Internet va ijtimoiy tarmoqlarning yoshlarga ta`siri" mavzusida xalqaro vorkshop bo`lib o`tdi. Tadbirni Oliy Majlis Senatining Yoshlar, madaniyat va sport masalalari qo`mitasi raisining o`rinbosari D. Toshmuhamedova olib bordi. U o`z chiqishida ijtimoiy tarmoqlar insonlar hayotiga chuqur kirib borib, yoshlarning ma`naviy-axloqiy tarbiyasiga ham ijobiy, ham salbiy ta`sir ko`rsatayotganini qayd etdi. Xususan, ko`pchilik yoshlar vakillari uchun real hayotdan ko`ra internetda muloqot qilish qulayroq. Bu shaxsning jamiyatdagi o`z o`rnini topishida salbiy iz qoldiradi, uni yanada cheklaydi. Vorkshop ishtirokchilari hozirgi zamon yoshlarining ijtimoiy tarmoqlardan samarali foydalanishi, kibersotsiallashtirish tahdidi, internetning ta`siri va boshqa masalalarni muhokama qildi. Endi esa keling ijtimoiy tarmoqlarning bizning hayotimizga, dunyoqarashimizga, ongimizga, aql-u shuurimizga va sog`ligimizga qanday ta`sir etishi haqida fikr yuritaylik. 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 esa 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. Ushbu odamlar bamisoli ijtimoiy tarmoqlarda "yashashadi". Ular uchun virtual hayot muammolari va tashvishlari har narsadan, jumladan real hayotdan ustun turadi. Bizning fikrimizcha, bu tendentsiya salbiy oqibatlariga olib kelishi mumkin. Chunki inson ijtimoiy tarmoqlarda bo`lar ekan, u o`z hayotini faqat shu tarmoqlar orqali ko`radi, xulosalarni tarmoq nuqtai nazaridan va ulardagi a`zolar fikrlaridan chiqaradi, uning dunyoqarashi shu tarmoq doirasida shakllanadi, xullas bunday insonlarning ongi faqat bir olamda yashaydi. Inson real hayotidagi kamchiliklarini, siqilishlarini va muvaffaqiyatsizliklarini tarmoqda qoplashga intiladi. Rasmlar, yangi do`stlar, yorqin lavhalar va tarmoqlararo uyushmalar odamni

to'liqlantiradi. Internet ularning fikrlashini butunlay o'zgartirib yuboradi. Bundan tashqari ijtimoiy tarmoqlar g'arazgo'y odamlarning yovuz maqsadlariga xizmat qilishlari mumkin. Masalan tarmoqqa qo'yilgan axborot va xabarlar boshqalar tomonidan o'g'irlanishi buzilishi va boshqa tarmoq a'zolariga yuborilishi mumkin. Yoki hozirgi kunda avj olayotgan holatlardan bittasi firibgarlar qalbaki rasmlar va yolg'on ma'lumotlar bilan o'z maqsadlariga erishishlari mumkin. Hatto ijtimoiy tarmoqlar butun boshli qotilliklar, isyonlar, urushlarga sabab bo'lishi mumkin, masalan, zamonaviy fanda "informatsion urush" degan atama mavjud. Informatsion urush ijtimoiy tarmoqlarda juda qo'l kelishi mumkin. Informatsion urushining eng xavfli ko'rinishlaridan biri yoshlar o'rtasida ekstremistik va zo'ravonlik g'oyalarni qahramonlik sifatida talqin qilishdir. Misol uchun, qozon fojiasi (175-sonli gimnaziya, 2021-yil may). Ushbu jinoyatni 19 yoshli Ilnaz Galyaviyev sodir etgan. Galyaviyev hujumdan bir necha kun oldin Telgeramda o'z kanalini ochib, o'zini "Xudo" deb e'lon qilgan va ommaviy qotillik rejasini ochiqchasiga yozgan. U ijtimoiy tarmoqlarda "Columbine" (AQSHdagi maktab otishmalari) submadaniyatiga oid materiallarni muntazam kuzatib borgan. Galyaviyev o'zini jamiyatdan uzilgan, tushunilmagan deb hisoblagan va internetdagi radikal kontent uning bu fikrini harakatga aylantirgan. Mana biz ijtimoiy tarmoqlarning xususiyatlari haqida yorqin dalillar asosida mulohaza yuritdik. Biz ijtimoiy tarmoqlarga qarshi emasmiz, biz faqatgina ularni real hayotimiz bilan farqi, ularni o'zaro chalkashtirmaslik lozimligini aytib o'tdik. Albatta, ulg'ayib kelayotgan yosh avlod fan-texnika yutuqlaridan va axborot texnologiyalarining muvaffaqiyatlaridan foydalanishi kerak. Lekin dunyoda har narsa bilan foydalanishning o'ziga yarasha me'yori mavjud va ularni suiste'mol qilmaslik lozim. O'ylashimizcha, yoshlar bo'sh vaqtini faqat ijtimoiy tarmoqlarda o'tirish bilan o'tkazishlari noto'g'ri. Chunki jonli haqiqiy va real muloqot o'rnini hech narsa bosa olmaydi, yoshlar kitob o'qishlari o'z ustilarida ishlashlari hamda ijtimoiy faollikni oshirishlari lozim. Tarmoqdagi faollik hech narsani belgilamaydi va inson to'g'risida haqqoniy bo'lmagan ma'lumotlarni saqlashi mumkin. Aytish kerakki, ijtimoiy tarmoqlar bugungi kunimizning eng asosiy vaqt o'tkazuvchi omili hisoblanadi. Ayniqsa yoshlar ijtimoiy

tarmoqlar kasaliga uchrashgan. Bizning diyorumizda dastlab eng asosiy ijtimoiy tarmoq sifatida – "odnoklassniki" ijtimoiy tarmoq keng ommalashgan. Darhaqiqat, Odnoklassniki ijtimoiy tarmogʻi sinfdoshlarni litsey (kollej) kursdoshlarni, institute (universitet), qarindoshlarni, hamkasabalarni xullas yaqin doʻstlarni topib, ular bilan gaplashishga imkon beruvchi koʻptillik tarmoq hisoblanadi. Bu ijtimoiy tarmoq 2006 yilda ishga tushgan. Uning tuzuvchisi rossiyalik veb-dasturchi Albert Popkov hisoblanadi. Sayt foydalanuvchilarning asosiy yoshi 14-55 yoshni tashkil qiladi. Dastlab bu saytdan roʻyxatdan oʻtish pullik boʻlgan, keyinroq 2010 yildan bu xizmat bepul deb eʼlon qilingan. Eng muhimi, ijtimoiy tarmoqlar yoshlarning anʼanaviy muloqot shaklini tubdan oʻzgartirib yubordi. Oʻlis masofadan turib nafaqat eshitib, balki koʻrish imkoniyatining yuzaga kelishi virtual suhbatlarni keskin ommalashtirdi. Keyingi 15-20 yil davomida dunyo mamlakatlari aholisi, shu jumladan, oʻzbekistonlik yoshlar hayotida mobil aloqa urf tusini olgan boʻlsa, hozirgi davrga kelib mobil uskunalardagi WhatsApp, ICQ, MSN Messenger va Telegram orqali matnli muloqot ommaviylik kasb etmoqda.

Ayniqsa, fasebook tarmogʻidagi turli guruhlar foydalanuvchilar orasida obroʻ qozondi. Bu tarmoqdagi guruhlarda odamlar orasidagi turli vaziyatlar, muammolar koʻrib chiqilib, maʼlum vaqtda hal qilinmoqda. Shu bilan birga instagram ham yoshlar orasida mashhur boʻlib, unda asosan yoshlar kundalik hayotidagi voqealarni foto va video orqali yoritish urf boʻlgan. Qayd etish kerak, bugungi kunda dunyo aholisining qariyb yarmi – yaʼni 3 mlrd.ga yaqin kishi turli ijtimoiy tarmoqlardan foydalanmoqda. Shulardan eng katta qismi – 2 mlrd. odam – Facebookda. <https://napoleoncat.com> sayti bergan maʼlumotga koʻra, Oʻzbekistonda – Facebook tarmogʻidan foydalanuvchilar 1 millionga yaqinlashib qolgan. Ular oʻrtacha 25-34 yoshda boʻlib, 65,5 foizini erkaklar, 34,5 foizini xotin-qizlarimiz tashkil etar ekan.

Ayni paytda dunyoda 1 mlrd.lik auditoriyaga ega Instagram Oʻzbekistonda 1.586.500 nafar foydalanuvchiga ega. 2.476.590 lik Facebook esa mamlakatimizda 686.400 kishini birlashtirgan. 200 mln.lik Telegram-Oʻzbekistonda 18 mln. kishiga xizmat koʻrsatmoqda. Aytish mumkinki, ijtimoiy tarmoq deganda koʻz oldimizga hozirgi kun

ta'rifi bilan aytadigan bo'lsak Virtual olam degan tushuncha keladigan bo'lib qoldi. Hozirgi kunda ijtimoiy tarmoqlarning soni ko'paygandan ko'payib bormoqda, bu o'z navbatida jamiyatga katta ta'sirini berib kelmoqda. Ijtimoiy tarmoqlar shunday kuchga ega bo'ldiki uzoqdagi do'stingni yaqinlashtirib, yaqindagi do'stingni uzoqlashtirishga olib keldi. Bu o'z navbatida jamiyat a'zolari orasida sarosima va betartiblikni keltirib chiqarmoqda. Lekin ijtimoiy tarmoqlar hozirgi kunda yoshlarga keng imkoniyatlarni ham yaratib bermoqda. Jumladan, turli davlat yoshlari birbirlari bilan fikr almashib savollariga javob topishda, katta yutuqlarga erishishda ijtimoiy tarmoqlarning beqiyos yordamlari foyda berib kelmoqda. Shu sababli yoshlarning ongini va niyatini to'g'ri yo'naltira olishni o'rgatsak ijtimoiy tarmoqlardan ham kerakli natijalarni olsak bo'ladi.

### **Ijtimoiy tarmoqlarga qaramlikning sabablari:**

1. Doimiy axborot oqimi va tezkorlik-ijtimoiy tarmoqlar orqali foydalanuvchilar doimiy yangiliklardan xabardor bo'lishadi. Yoshlar aynan shu tezkorlikka o'rganib qolganligi sababli ularni tez-tez tekshirib turish odatga aylanadi. Bu oqimning doimiy bo'lib qolishining sabablari: Algoritmik lentlar; Platformalar siz yoqtiradigan kontentni olib chiqarib, yana ko'proq qolishga undaydi.
2. Push bildirishnomalar: Layk, izoh, "mention", trend, "reminder"-bularning barchasi tez-tez qaytib tekshirishga majbur qiladi.
3. Jonli formatlar: Live efir, "stories", real-time chat va trendlar "hozir ko'rmasam o'tkazib yuboraman" degan hissiyot (FOMO)ni kuchaytiradi.
4. FOMO (fear of missing out) - hech narsani o'tkazib yubormaslik istagini tekshirish siklini tezlashtiradi.
5. Yangilikka sezgirlik: Miya yangi, kutilmagan axborotni kuchliroq qayd etadi: shu bois lentani yana "tortib ko'rish" osonlashadi.
6. O'zini ko'rsatish va tasdiqlash ehtiyoji - Yoshlar o'z hayotidagi voqealarni boshqalarga ko'rsatish va ijobiy izohlar olish orqali psixologik qoniqish hosil qiladilar. Ijtimoiy tarmoqlar bu jayaron uchun ideal maydon yaratadi, chunki;

Oson va tez tasdiqlash imkoniyati :Layk,izoh repost ,kuzatyvchilar soni kabi ko`rsatkichlar ijtimoiy maqom va tasdiqlashni bildiradi.Darhol “javob” keladi :Joylangan postga bir necha soniyada “layk”lar tushishi,miyada mukofot gormonlari(dopamin)ni faollashtiradi.Yaxshi ko`rinish uchun filtrlardan foydalangan holda eng yaxshi lahzalarni baham ko`radi.Bu orqali ular “men ham boshqalar kabi muvaffaqiyatliman yoki qiziqarli hayot kechiraman” degan signalni beradi.

Tasdiqlash(validation)ga qaramlik

- ◆ “layk” va “izoh”lar odamning qadriyat hissini oshiradi.
- ◆ Layklar kam bo`lsa,bu tushkunlikka olib kelishi mumkin.
- ◆ Yoshlar o`zini baholashda ko`pincha shu ko`rsatkichlarga tayanib qoladi.

7. Ijtimoiy solishtirish(social comparison)-tarmoqlarda boshqalarning ”ideal” hayoti bilan solishtirish o`ziga past baho berishga olib keladi.Shu jarayonda yana ko`proq e`tibor olishga intilish kuchayadi.

Kun sayin jadal rivojlanib borayotgan axborot asrida zamonaviy texnika vositalaridan foydalanmaslikning yoki ularga murojaat etmaslikning hech bir iloji yo`q.Chunki,inson dunyoqarashining shakllanishida ,ma`naviy olamining yanada kengayishida ,ayniqsa kompyuter texnologiyasi asosiy vosita rolini bajarmoqda.Bu bir tomondan quvonarli xolat.Bugungi kunda ,biz yoshlar,mana shunday katta imkoniyatlardan xohlagancha foydalanib,o`qish yoki ish davomida vaqtimizdan ancha unumli foydalanmoqdamiz.Hozirgi kun nuqtai nazar bilan qaraydigan bo`lsak,allaqachon global tarmoqqa aylanib ulgurgan internet o`zining tezkorligi chegara bilmasligi bilan ommaviy axborot vositalari orasida eng muhim sohaga aylanib ulgurdi .Unda faoliyat yuritayotgan ijtimoiy tarmoqlar: Kun.uz, Daryo.uz kabi saytlar orqali har soatda yurtimiz va jahonga oid eng so`nggi yangiliklardan boxabar bo`lib turamiz. Ammo shiddat bilan yuksalib borayotgan fan-texnika asrida internet va ijtimoiy tarmoqlarining ijobiy jihatlari bilan bir qatorda uning yoshlar ma`naviyatiga ,ularning yangiliklarga chanqoq ongiga salbiy ta`sirining ham guvohi bo`lyapmiz zimdan e`tibor bersak.

## **Natijalar**

“Ijtimoiy tarmoq” tushunchasi 1954-yilda paydo boʻlgan boʻlib, oʻtgan asrning 30-yillarida oʻrganish boshlangan. Ushbu konsepsiyani sosiolog Jeyms Barns kiritgan: “ijtimoiy tarmoq” bu ijtimoiy obʻektlar (odamlar yoki tashkilotlar) va ular oʻrtasidagi aloqalar (ijtimoiy munosabatlar) boʻlgan tugunlar guruhidan iborat boʻlgan ijtimoiy tuzilishdir. Oddiy qilib aytganda, bu tanish odamlarning maʼlum bir guruhi, bu yerda odam oʻzi markaz boʻlib, doʻstlari esa filiiallardir.

Kopmyuter texnologiyalaridan foydalangan holda birinchi ijtimoiy tarmoq 1971 yilda ARPA Net-da harbiylar tomonidan ishlatilgan elektron pochta texnologiyasi edi. Keyin 1988-yilda fin talabasi Yarko Oykarinen real vaqtda muloqot qilish imkoniyatini yaratgan “IRC” texnologiyasini (inglizcha internet Relay Chat - uzatiladigan internet-suhbat) ixtiro qildi. 1991-yilda ingliz olimi Tim Berners-Li tufayli ommalashgan internet ixtirosi muhim voqea boʻldi. Ijtimoiy tarmoqlarning keng miqyosda ommalashuvi 2004 yildan keyingi davrga toʻgʻri keladi. Shu yili AQSH da keyinchalik dunyoga mashhur boʻlgan Facebook jamoatchilik tarmogʻiga asos solindi.

Jamiyatning maxsus guruhi sifatida yoshlarga ilmiy yondashish, yoshlarning turmush tarzi va madaniyatining oʻziga xos xususiyatlarini hisobga olgan holda, gumanitar fanlar boʻyicha koʻplab mahalliy olimlarning asarlarida oʻz aksini topgan. Prezidentimiz SH. Mirziyoyevning –“Milliy tiklanishdan-milliy yuksalish” sari asarida yoshlarni maʼnaviy yetuk inson etib tarbiyalash, chinakam maʼrifat va yuksak madaniyat egasi boʻlish uzluksiz hayotiy ehtiyojga aylanishi, yoshlar bilimi, saviyasini oshirish uchun ilm-maʼrifat, yuksak maʼnaviyat kerakligi ilgari surilgan. G.Gʻafforova ijtimoiy tarmoqlarning yoshlar taffakkuri va faolligiga taʼsiri, axborotlashgan jamiyatda maʼnaviyatdagi oʻzgarishlar, yangilanayotgan Oʻzbekistonda inson kapitalini rivojlantirishda maʼnaviyatning oʻrnini yoritib bergan.

Taʼkidlash kerakki, mamlakatimizda amalga oshiriladigan barcha demokratik islohotlar jarayonida ham yoshlar masalasiga hamda yoshlarni ijtimoiy jihatdan shakllantirish va ularning intellektual, ijodiy va boshqa yoʻnalishdagi salohiyatini kamol toptirish, yoshlar maʼnaviyatini rivojlantirish uchun shart-sharoitlar yaratilishini nazarda

tutadigan ijtimoiy-iqtisodiy, tashkiliy va huquqiy chora-tadbirlar tizimiga alohida e'tibor beriladi. Jumladan, yoshlarga oid davlat siyosatining asosiy yo'nalishlari: yoshlarning hayoti va sog'lig'ini saqlash; yoshlarning ma'naviy, intellektual, jismoniy va axloqiy jihatdan kamol topishiga ko'maklashish; yoshlar uchun ochiq va sifatli ta'limni ta'minlash; yoshlarni ishga joylashtirish va ularning bandligi uchun shart-sharoitlar yaratish; yoshlarni vatanparvarlik, fuqarolik tuyg'usi, bag'rikenglik, qonunlarga, milliy va umuminsoniy qadriyatlarga hurmat ruhida tarbiyalash; iqtidorli va iste'dodli yoshlarni qo'llab-quvvatlash hamda rag'batlantirish; yoshlar tadbirkorligini rivojlantirish uchun shart-sharoitlar yaratish; yoshlarda sog'lom turmush tarziga intilishni shakllantirish, shuningdek yoshlarning bo'sh vaqtlarini mazmunli tashkil etish va yoshlar sportini ommaviy rivojlantirish uchun shart-sharoitlar yaratish; yosh oilalarni ma'naviy va moddiy jihatdan qo'llab-quvvatlash, ular uchun munosib uy -joy va ijtimoiy -maishiy sharoitlarini yaratish bo'yicha kompleks chora-tadbirlar tizimini amalga oshirish kabilardan iborat.

### **Adabiyotlar tahlili**

So'nggi yillarda internet va ijtimoiy tarmoqlarning yoshlar psixologiyasiga ta'siri bo'yicha ko'plab ilmiy tadqiqotlar olib borilgan. Yoshlar ma'naviyatini shakllantirish bilan bog'liq muammolar mualliflar tomonidan dunyoqarashning turli pozitsiyalari, madaniy va tarixiy an'analari va maktablari, uslubiy va konseptual asoslaridan ko'rib chiqilgan. Xususan, rus faylasuflari D.M. Azamatova, R.G. Apresyan, A.I. Arnoldov, Y.A. Baller, O.A. Belenkova, B.S. Galimova, D.J. Valeeva, A.A. Valkov, U.S. Vildanova, F.B. Sodiqov va boshqalarning asarlari kiritish mumkin.

Ijtimoiy tarmoqlarning yoshlar ma'naviyatiga, tafakkuriga, ongiga ta'siri masalasining ba'zi bir jihatlarini o'rgangan olimlar qatoriga ingliz olimlaridan Peter, E. Maeux, Steve Jones, rus olimlaridan Ye. Vayner, Ye. Gorniy, V. Pasko, V. Suxarova, O. Krishtanovskaya, shuningdek, o'zbek olimlaridan filologiya fanlari nomzodi D. Rashidova, faylasuflardan J. Ramatov, I. Saifnazarov, A. Mo'minov, kabilardan nashr etilgan maqolalarni kiritish mumkin.

## **XULOSA**

Ijtimoiy tarmoqlar zamonaviy yoshlar hayotining ajralmas qismiga aylangan bo‘lib, ular yoshlarning shaxsiy, ijtimoiy va ruhiy rivojlanishiga bevosita ta'sir ko'rsatmoqda. Maqolada ko'rib chiqilganidek, ijtimoiy tarmoqlar ijobiy jihatdan yoshlarning o'z fikrini erkin ifoda etishi, ijodiy salohiyatini namoyon qilishi, ijtimoiy qo'llab-quvvatlash va ta'lim olish imkoniyatlarini kengaytirishga xizmat qilmoqda. Ayniqsa, global pandemiya sharoitida ushbu platformalar ruhiy yordam manbasi bo'lib xizmat qilgan. Shu bilan birga, noto'g'ri yoki haddan tashqari foydalanish holatlari yoshlar orasida ruhiy tushkunlik, yolg'izlik hissi, kiberhujumga duchor bo'lish, ijtimoiy izolyatsiya va o'ziga bo'lgan salbiy qarashlarga sabab bo'lmoqda. Bu esa yoshlarning ruhiy salomatligi, ijtimoiy faolligi va kommunikatsion ko'nikmalariga salbiy ta'sir qiladi.

Demakki, ijtimoiy tarmoqlar yoshlar uchun nafaqat aloqa vositasi, balki ularning ijtimoiy ongini shakllantiruvchi, ba'zan esa salbiy psixologik muammolarga olib keluvchi kuchli omil sifatida baholanadi. Shu sababli, yoshlar orasida raqamli savodxonlikni oshirish, ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish madaniyatini shakllantirish va ularning ruhiy salomatligini muhofaza qilish bo'yicha tizimli ishlar olib borilishi lozim. Ota-onalar, pedagoglar va mutasaddi tashkilotlar ushbu jarayonlarda faol ishtirok etib, yoshlarni axborot xurujlaridan asrash va sog'lom kommunikatsion muhit yaratishga hissa qo'shishlari zarur.

Shuningdek, davlat siyosatida yoshlarning ragamli muhitdagi xavfsizligini ta'minlash, ijtimoiy tarmoqlarning ijobiy imkoniyatlaridan to'g'ri foydalanishni targ'ib qilish bugungi kunda dolzarb vazifalardan biri sifatida qaralishi kerak.

### **Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:**

1. Brown, K., et al. (2019). The impact of cyberbullying on youth mental health. *Journal of Adolescent Psychology*, 45(2), 123-137.
2. Greenfield, P. M. (2021). *Mind and media: The effects of television, video games, and computers*. Psychology Press.

3. Johnson, M., & Lee, S. (2020). Social media and youth creativity: Exploring digital platforms. *New Media & Society*, 22(5), 847-864.
4. Smith, A. (2021). Social media use in the pandemic and its effects on youth. *Pew Research Center Report*.
5. Rayimkulov, B. (2024). The place and role of social networks in the formation of social attitudes of young people. *NRJ*, 1(3), 500-504.
6. Twenge, J. M. (2017). *iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy*. Atria Books.
7. UNICEF (2022). *Youth and social media: Opportunities and challenges*. UNICEF Reports.
8. Mirziyoev Sh.M. *Milliy tiklanishdan - milliy yuksalish sari*. 4 jild. -Toshkent: «O‘zbekiston», 2020.-453 b.
9. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining yoshlar forumida so‘zlagan ma'ruzasi Toshkent 2020 y.