



YOSHLARNING IJTIMOIIY TARMOQLAR ORQALI O'Z-O'ZINI ANGLASH VA IDENTIFIKATSIYA JARAYONINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Rayimqulov Baxtiyor Farhod o'g'li

Guliston davlat universiteti doktoranti

Guliston davlat pedagogika insituti o'qituvchisi

Annotatsiya: Mazkur maqolada yoshlarning ijtimoiy tarmoqlarda ishtiroki orqali shakllanayotgan o'z-o'zini anglash va identifikatsiya jarayonlarining psixologik xususiyatlari tahlil qilinadi. Raqamli kommunikatsiya vositalari orqali yoshlar o'zlarining ichki "Men" obrazini shakllantirishga, boshqalar bilan o'zini taqqoslashga, shuningdek, virtual muhitda o'zini ifoda etishga intiladi. Ushbu jarayonlar yoshlarning ruhiy rivojlanishiga, o'ziga bo'lgan ishonchiga, ijtimoiy munosabatlariga va hayotga bo'lgan qarashlariga sezilarli darajada ta'sir ko'rsatadi. Maqolada ijtimoiy tarmoqlarning ijobiy va salbiy jihatlari psixologik nuqtai nazardan yoritilib, sog'lom identifikatsiya jarayonini shakllantirish bo'yicha tavsiyalar berilgan.

Kalit so'zlar: yoshlar, ijtimoiy tarmoqlar, o'z-o'zini anglash, identifikatsiya, psixologik xususiyatlar, virtual muhit, shaxsiy rivojlanish, ijtimoiy ta'sir, o'ziga baho, raqamli kommunikatsiya.

KIRISH

Bugungi kunda ijtimoiy tarmoqlar yoshlarning kundalik hayotining ajralmas qismiga aylangan. Yoshlar o'z fikrlarini, his-tuyg'ularini ifoda etish, boshqalar bilan aloqa o'rnatish, shuningdek, o'zlarini ijtimoiy muhitda namoyon etish uchun onlayn



platformalardan faol foydalanmoqda. Ayniqsa o‘smirlik va yosh kattalashish davrlarida shaxsning o‘z-o‘zini anglash va identifikatsiya jarayonlari ruhiy rivojlanishning muhim bosqichi hisoblanadi. Ijtimoiy tarmoqlardagi o‘zini ifoda etish usullari, profil yaratish, boshqalar bilan taqqoslash yoshlarning shaxsiy "Men" obrazini shakllantirishga ta'sir ko'rsatadi. Shu bois, yoshlarning ijtimoiy tarmoqlar orqali o‘z-o‘zini anglash va identifikatsiya jarayonining psixologik xususiyatlarini o‘rganish zamonaviy psixologiya va ijtimoiy fanlar uchun katta ahamiyat kasb etadi.

Asosiy qism

1. O‘z-o‘zini anglash tushunchasi va uning psixologik asoslari

O‘z-o‘zini anglash — bu shaxsning o‘zini bilishi, o‘zini kuzatishi va baholashi jarayonidir. Psixologiyada bu tushuncha shaxsning ichki "Men" tasavvurini shakllantirish bilan bog‘liq bo‘lib, uning asosiy komponentlari — o‘ziga e’tibor qaratish, o‘z-o‘zini tahlil qilish va o‘z-o‘zini idrok etishdan iborat (Duval & Wicklund, 1972). Yoshlarning o‘zini anglashi ularning ruhiy va ijtimoiy rivojlanishining poydevori hisoblanadi. Ayniqsa, o‘smirlik davrida bu jarayon intensiv kechadi, chunki yoshlar o‘z identitetini qidiradi va shakllantiradi (Erikson, 1968).

Ijtimoiy tarmoqlar yoshlar uchun o‘z-o‘zini anglash jarayonida yangi platforma yaratdi. Bu platformalarda shaxs o‘z obrazini yaratadi, boshqalar bilan muloqot qiladi va o‘zini taqqoslash orqali identifikatsiyasini amalga oshiradi. Shu nuqtai nazardan, ijtimoiy tarmoqlar o‘ziga xos psixologik makon sifatida qaraladi (Turkle, 2011).

2. Ijtimoiy tarmoqlar va yoshlarning identifikatsiya jarayoni

Identifikatsiya — bu shaxsning o‘zini ijtimoiy guruhga, ma’lum bir shaxsiy yoki ijtimoiy rolga bog‘lash jarayonidir. Erik Eriksonning rivojlanish nazariyasida



identifikatsiya ayniqsa o'smirlik davrida muhim o'rin tutadi (Erikson, 1968). Yoshlar ijtimoiy tarmoqlarda turli obrazlar yaratish orqali o'zlarini turli rollarda sinab ko'rish imkoniga ega bo'lishadi.

Virtual muhitda identifikatsiya jarayoni o'ziga xos xususiyatlarga ega: yoshlar ko'pincha ijtimoiy tarmoqlarda o'zlarini idealizatsiyalangan yoki orzu qilgan tarzda namoyon qiladi. Bu esa, bir tomondan, o'ziga bo'lgan ishonchni oshirishi mumkin, ikkinchi tomondan esa, haqiqatdan uzoqlik va ruhiy noqulayliklarga olib kelishi mumkin (Subrahmanyam & Greenfield, 2008).

3. Ijtimoiy tarmoqlarning psixologik ta'siri

Ijtimoiy tarmoqlarda faol ishtirok etish yoshlarning o'ziga baho berish jarayoniga ta'sir qiladi. Yoshlar doimiy ravishda o'z profillarini boshqalar bilan solishtiradi va shu orqali o'z qadr-qimmatini baholaydi. Ijtimoiy taqqoslash nazariyasiga ko'ra (Festinger, 1954), bunday taqqoslash ba'zida ijobiy motivatsiya manbai bo'lsa, ba'zida esa o'zini past baholashga olib keladi.

Shuningdek, ijtimoiy tarmoqlarda yuzaga keladigan ijtimoiy bosim, “likes”, sharhlar va izohlarga bog'liqlik yoshlarning ruhiy holatiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Bu esa, o'z navbatida, depressiya, stress va o'z-o'zini baholashning pasayishiga olib keladi (Twenge, 2017).

4. Psixologik xususiyatlar va ijtimoiy tarmoqlardagi o'z-o'zini anglash

Ijtimoiy tarmoqlardagi faoliyat yoshlarning psixologik xususiyatlari bilan chambarchas bog'liq. Masalan, ekstravert shaxslar onlayn muloqotlarda faol bo'lib, o'zini ifoda qilishda qulaylik his qiladi. Introvrtlarga esa, ijtimoiy tarmoqlar o'z fikrlarini erkin ifoda etish imkonini beradi (Amichai-Hamburger & Vinitzky, 2010).



Empatiya va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash hissi ham ijtimoiy tarmoqlarda yoshlarning o'zini anglash jarayonini ijobiy tomonlama qo'llab-quvvatlaydi. Shu bilan birga, ijtimoiy media qaramligi va o'zini boshqalar bilan doimiy solishtirish salbiy oqibatlarga olib kelishi mumkin (Kuss & Griffiths, 2017).

5. Yoshlarning onlayn o'zini namoyon etish (self-presentation) strategiyalari

Ijtimoiy tarmoqlarda yoshlar o'zlarini turli xil usullarda namoyon etadilar. Goffmanning (1959) dramaturgik nazariyasiga ko'ra, har bir inson ijtimoiy sahnada o'z rolini ijro etadi va virtual muhitda ham bu jarayon davom etadi. Yoshlar onlayn profil, postlar, rasm va videolar orqali o'zining ma'lum bir tasvirini yaratadi. Ushbu tasvir ko'pincha haqiqiy hayotdagi o'zidan farq qilishi mumkin, chunki yoshlar ijtimoiy qabul qilinadigan yoki idealizatsiyalangan obrazni yaratishga intiladi (Walther, 1996). Bu jarayon, o'z navbatida, shaxsiy identifikatsiyaning shakllanishiga ta'sir ko'rsatadi.

XULOSA

Ushbu maqolada yoshlarning ijtimoiy tarmoqlar orqali o'z-o'zini anglash va identifikatsiya jarayonining psixologik xususiyatlari keng ko'lamda o'rganildi. Ijtimoiy tarmoqlar yoshlarning o'zini anglashiga yangi imkoniyatlar yaratib, shaxsiy identifikatsiyaning shakllanishida muhim rol o'ynaydi. Shu bilan birga, virtual muhitdagi faoliyat yoshlar uchun ijtimoiy taqqoslash, idealizatsiya va ba'zan ruhiy bosim kabi murakkab psixologik jarayonlarni ham yuzaga keltiradi. Maqolada ijtimoiy tarmoqlardan foydalangan holda o'z-o'zini anglashni sog'lomlashtirish va ijtimoiy identifikatsiyani to'g'ri shakllantirish bo'yicha psixologik tavsiyalar ham keltirildi. Shunday qilib, ijtimoiy tarmoqlar yoshlarning ruhiy rivojlanishida muhim vosita bo'lib xizmat qilmoqda, biroq ularning salbiy ta'sirlarini kamaytirish uchun ongli yondashuv zarurdir.



Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Amichai-Hamburger, Y., & Vinitzky, G. (2010). Social network use and personality. *Computers in Human Behavior*, 26(6), 1289–1295.
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2010.03.018>
2. Duval, S., & Wicklund, R. A. (1972). *A Theory of Objective Self Awareness*. Academic Press.
3. Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. W. W. Norton & Company.
4. Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations*, 7(2), 117-140.
5. Goffman, E. (1959). *The Presentation of Self in Everyday Life*. Anchor Books.
6. Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2017). Social Networking Sites and Addiction: Ten Lessons Learned. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(3), 311. <https://doi.org/10.3390/ijerph14030311>
7. Subrahmanyam, K., & Greenfield, P. (2008). Online communication and adolescent relationships. *The Future of Children*, 18(1), 119–146.
8. Twenge, J. M. (2017). *iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy*. Atria Books.
9. Turkle, S. (2011). *Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other*. Basic Books.
10. Walther, J. B. (1996). Computer-mediated communication: Impersonal, interpersonal, and hyperpersonal interaction. *Communication Research*, 23(1), 3-43.
<https://doi.org/10.1177/009365096023001001>