

IJTIMOIIY TARMOQLAR VA SHAXSIYAT: O‘ZLIKNI YO‘QOTISH XAVFI.**Karimova Mavluda Muzaffar qizi***Denov tadbirkorlik va pedagogikka instituti**filologiya fakulteti: filologiya va tillarni**o‘qitish: o‘zbek tili yo‘nalishi 3-bosqich talabasi**E-mail: mavludakarimova187@gmail.com***ANOTATSIYA**

Ushbu maqola ijtimoiy tarmoqlarning shaxsiyat shakllanishi va o‘zlikni anglash jarayoniga ta’sirini chuqur tahlil qiladi. Global miqyosda raqamli texnologiyalarning jadal rivojlanishi fonida, insonlar o‘z hayotini virtual makonda ifodalashga intilmoqda. Bu esa nafaqat shaxsiy imidjni yaratishga, balki o‘zlikni yo‘qotish yoki boshqa odamlar tasavvuridagi shaxsga aylanish xavfini ham keltirib chiqaradi. Tadqiqot zamonaviy jamiyatda ijtimoiy tarmoqlarning psixologik, sotsiologik va madaniy oqibatlarini o‘rganishga qaratilgan bo‘lib, shaxsiyatning raqamli sohada qanday o‘zgarishlarga duch kelayotganini ko‘rsatib beradi. Maqolada ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish chastotasi, e’tiborni jalb qilishga intilish va shaxsiy qadriyatlarning virtual imijga qurbon qilinishi o‘rtasidagi bog‘liqlikni tahlil qilish orqali xavflar yoritib beriladi. Natijalar, ijtimoiy tarmoqlarning haddan tashqari faol foydalanuvchilarida o‘zlikni anglashdagi noaniqlik, tashvish va ijtimoiy solishtirish hissi yuqori ekanligini ko‘rsatadi.

Kalit so‘zlar: Ijtimoiy tarmoqlar, shaxsiyat, o‘zlikni anglash, raqamli psixologiya, virtual imij, o‘zlikni yo‘qotish.

АННОТАЦИЯ

В данной статье представлен глубокий анализ влияния социальных сетей на формирование личности и процесс самосознания. На фоне стремительного развития цифровых технологий в глобальном масштабе люди стремятся выразить свою жизнь в виртуальном пространстве. Это не только формирует личный образ, но и несет риск потери идентичности или превращения в личность в воображении других людей. Целью исследования является изучение психологических, социологических и культурных последствий социальных сетей в современном обществе, показывающих, как личность меняется в цифровой среде. Статья проливает свет на риски, анализируя взаимосвязь между частотой использования социальных сетей, стремлением привлечь к себе внимание и жертвой личных ценностей ради виртуального образа. Результаты показывают, что чрезмерно активные пользователи социальных сетей имеют

высокий уровень неопределенности в самосознании, тревожности и чувства социального сравнения.

Ключевые слова: Социальные сети, личность, самосознание, цифровая психология, виртуальный образ, потеря идентичности.

ANNOTATION

This article provides an in-depth analysis of the impact of social networks on the formation of personality and the process of self-awareness. Against the background of the rapid development of digital technologies on a global scale, people are trying to express their lives in virtual space. This not only creates a personal image, but also poses the risk of losing one's identity or becoming a person in the imagination of other people. The study aims to study the psychological, sociological and cultural consequences of social networks in modern society, showing how personality is changing in the digital sphere. The article sheds light on the risks by analyzing the relationship between the frequency of use of social networks, the desire to attract attention and the sacrifice of personal values for the sake of a virtual image. The results show that overly active users of social networks have a high level of uncertainty in self-awareness, anxiety and a sense of social comparison.

Keywords: Social media, personality, self-awareness, digital psychology, virtual image, loss of identity.

KIRISH

Bugungi dunyoda ijtimoiy tarmoqlar nafaqat aloqa vositasi, balki inson hayotining ajralmas qismiga aylandi. Ular bizning o'zimizni qanday his qilishimizga, boshqalar bilan qanday munosabatda bo'lishimizga va dunyoni qanday qabul qilishimizga ta'sir qilmoqda. Instagram, Facebook, TikTok kabi platformalar orqali biz o'z hayotimizning eng yorqin, ba'zan esa soxta qismlarini namoyish etamiz. Bu esa shaxsiyatning virtual va real ko'rinishlari o'rtasida sezilarli tafovutni keltirib chiqaradi. Insonlar ko'proq tasdiq olishga, layklar va obunachilar orttirishga intilib, o'zining haqiqiy qadriyatlari va o'ylash tarzidan uzoqlashishi mumkin.

Bu muammo shaxsiyatning o'zligini yo'qotish xavfini tug'diradi, chunki individ o'ziga emas, balki boshqalarning unga bo'lgan tasavvuriga moslashishga harakat qiladi. Bu maqola, ijtimoiy tarmoqlarning shaxsiyatga ta'sirini chuqur o'rganishni maqsad qilgan bo'lib, mazkur jarayonning psixologik va sotsiologik jihatlarini ochib beradi. Tadqiqot ijtimoiy tarmoqlarning insonning ichki dunyosiga ta'sirini o'rganish orqali, bu platformalardan sog'lom foydalanish yo'llarini topishga yordam beradi. Bu muammo bugungi kunda dolzarb bo'lib, yoshlar va hatto kattalar orasida ham keng tarqalgan.

ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODOLOGIYA

Ijtimoiy tarmoqlar va shaxsiyat o'rtasidagi munosabatni o'rganuvchi ko'plab ilmiy ishlar mavjud. Sherry Turklening "Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other" (2011) asari texnologiyaning insonlar orasidagi munosabatlarga ta'sirini o'rganadi. Turkle, virtual aloqalarning samimiy muloqotni almashtirishi va bu orqali insonlarning o'zini yolg'iz his qilishiga sabab bo'lishini ta'kidlaydi¹. Jean M. Twengening "iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy—and Completely Unprepared for Adulthood" (2017) kitobi esa ijtimoiy tarmoqlarda o'sgan avlodning ruhiy holati va psixologik xususiyatlarini tahlil qiladi². U yoshlar orasida tashvish va depressiya darajasining o'sishini aynan smartfonlar va ijtimoiy tarmoqlardan ko'p foydalanish bilan bog'laydi. Sotsiolog Erving Goffman o'zining "The Presentation of Self in Everyday Life" (1959) asarida insonlarning ijtimoiy muhitda o'zini qanday namoyish etishini teatr metaforasi orqali tushuntirgan edi³. Uning nazariyasi, ijtimoiy tarmoqlardagi virtual shaxsiyatni tushunish uchun muhim asos bo'lib xizmat qiladi, chunki bu platformalar zamonaviy "sahna" vazifasini o'taydi.

Ushbu tadqiqotda aralash metodologiyadan foydalanildi. Dastlab, ijtimoiy tarmoqlardan faol foydalanuvchilar orasida anonim so'rovnoma o'tkazildi. So'rovnoma yordamida respondentlarning ijtimoiy tarmoqlarda sarflayotgan vaqti, ular joylashtirgan kontentning turi, va boshqalarning fikriga qanchalik bog'liq ekanligi aniqlandi. So'rovnomada ishtirok etgan 200 nafar respondent 18 yoshdan 35 yoshgacha bo'lgan yoshlarni qamrab oldi. So'ngra, natijalarni chuqurroq tahlil qilish uchun 10 nafar ishtirokchi bilan yuzma-yuz intervyular o'tkazildi. Intervyular orqali ijtimoiy tarmoqlarning ularning o'z-o'zini qabul qilishiga, shaxsiy qadriyatlariga va xulq-atvoriga ta'siri haqida batafsil ma'lumotlar olindi.

MUHOKAMA VA NATIJALAR

O'tkazilgan tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, ijtimoiy tarmoqlardan haddan tashqari faol foydalanish shaxsiyatning haqiqiy va virtual ko'rinishlari orasidagi tafovutni oshiradi. Respondentlarning aksariyati, virtual olamda o'zining "ideal" versiyasini yaratishga harakat qilishini tan oldi. Bu esa ularning real hayotda baxtsizroq va ishonchsizroq bo'lishiga olib keladi. Ayniqsa, vizual platformalar (masalan, Instagram, TikTok) estetik jihatdan mukammal hayot tarzini namoyish

¹ Turkle, Sherry — Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other — Nyu-York: Simon and Schuster, 2011, b. 185-192.

² Twenge, Jean M. — iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy—and Completely Unprepared for Adulthood — Nyu-York: Atria Books, 2017, b. 210-215.

³ Tolerant, Less Happy—and Completely Unprepared for Adulthood — Nyu-York: Atria Books, 2017, b. 210-215.

etishga undaydi, bu esa boshqa foydalanuvchilar orasida "ko'zbo'yamachilik" (fronting) xulq-atvorini kuchaytiradi.

Jadval 1:

Ijtimoiy tarmoqlar foydalanuvchilarining virtual va real o'zlikni anglash tafovuti

Ko'rsatkichlar	Yuqori darajada	O'rtacha darajada	Kam darajada
Virtual imij real qadriyatlardan farqlanadi	65%	25%	10%
Boshqalarning fikriga bog'liqlik	55%	30%	15%
Layklar soniga bog'liq kayfiyat	60%	20%	20%
Postlarni o'chirishga moyillik (agar kam layk yig'sa)	45%	35%	20%

Jadval 1 ma'lumotlari shuni ko'rsatadiki, respondentlarning ko'pchiligi virtual dunyodagi o'z imidjini real hayotdagi qadriyatlaridan ajratgan holda yaratadi. Bu esa o'zlikni yo'qotish xavfini oshiradi.

Jadval 2:

Ijtimoiy tarmoqlar foydalanuvchilarining psixologik holati

Ko'rsatkichlar	Yuqori darajada	O'rtacha darajada	Kam darajada
O'zlikni anglashdagi noaniqlik	70%	20%	10%
Ijtimoiy solishtirish hissi	80%	15%	5%
Tashvish va stress darajasi	60%	25%	15%
Hayotdan qoniqish darajasi	15%	35%	50%

Jadval 2 dan ko'rinib turibdiki, bu jarayon foydalanuvchilarning psixologik holatiga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Ijtimoiy solishtirish hissi, ya'ni boshqalarning "mukammal" hayoti bilan o'zini solishtirish tashvish va hayotdan qoniqmaslikni keltirib chiqaradi.

XULOSA

Maqolada olib borilgan tadqiqot va tahlillar shuni ko'rsatadiki, ijtimoiy tarmoqlar zamonaviy inson shaxsiyatining shakllanishiga sezilarli va ko'pincha salbiy ta'sir ko'rsatadi. Virtual dunyo insonlarga o'zini yangi qirralardan namoyish etish imkonini bergan bo'lsa-da, bu jarayon o'zlikni yo'qotish, soxta imij ortidan quvish va psixologik zo'riqishlarga olib kelishi mumkin. Ijtimoiy tarmoqlardagi doimiy tasdiq izlash, layklar va obunachilar soniga bog'lanib qolish insonlarning o'z ichki

dunyosidan uzoqlashishiga sabab bo'ladi. Natijada, ular o'zlarini "sahna"da bo'lgan aktyor kabi his qila boshlaydi, bu esa real hayotda o'z-o'zini qabul qilishni qiyinlashtiradi. O'zlikni yo'qotish xavfi, ayniqsa, yoshlar orasida juda yuqori bo'lib, ular virtual idealga erishish yo'lida o'z qadriyatlari va hayotiy maqsadlarini qurbon qilishga tayyor bo'ladi.

Bu muammoni hal qilish uchun ijtimoiy tarmoqlardan ongli ravishda foydalanish madaniyatini shakllantirish zarur. Bu nafaqat individual darajada, balki ta'lim muassasalari va ommaviy axborot vositalari orqali ham amalga oshirilishi kerak. Insonlarga o'zining real qadriyatlarini qadrlash, virtual va real dunyo o'rtasidagi farqni tushunish va o'zini boshqalar bilan solishtirmaslik kabi ko'nikmalarni singdirish muhimdir. Haqiqiy o'zlikni saqlab qolish va virtual imijga qul bo'lmaslik uchun ijtimoiy tarmoqlardan ko'proq aloqa va ma'lumot almashish vositasi sifatida foydalanish, ammo hayotning asosiy qismiga aylantirmaslik kerak.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Turkle, Sherry — Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other — Nyu-York: Simon and Schuster, 2011, b. 185-192.
2. Twenge, Jean M. — iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy—and Completely Unprepared for Adulthood — Nyu-York: Atria Books, 2017, b. 210-215.
3. Goffman, Erving — The Presentation of Self in Everyday Life — Nyu-York: Anchor Books, 1959, b. 35-40.
4. Pew Research Center — Social Media and the Future of News and Information — Vashington: Pew Research Center, 2018, b. 12-15.
5. Rosen, Larry D. — The Distracted Mind: Ancient Brains in a High-Tech World — Kembrij: The MIT Press, 2016, b. 175-180.