



IJTIMOIIY TARMOQLARNING YOSHLARDA MANAVIYATIGA TASIRINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Qo'shshayev Umid Tohirovich

Buxoro viloyati hokimligi boshqaruv apparati bo'lim boshlig'i

Annotatsiya: Ushbu maqolada yoshlarda shakllanayotgan ma'naviy qadriyatlar, ijtimoiy o'zaro ta'sir, o'zini anglash jarayonida raqamli kommunikatsiyaning o'rni ochib berilgan. Tadqiqot davomida O'zbekiston va xorijiy psixologlarning ilmiy ishlari, shuningdek, 2022–2025-yillar oralig'idagi empirik tadqiqotlar natijalari tahlil qilingan. Maqolada ijtimoiy tarmoqlarning ma'naviy qadriyatlarga ta'siri, yoshlarning ruhiy barqarorligiga va axloqiy qarashlariga ko'rsatadigan ijobiy hamda salbiy omillari psixologik nuqtai nazardan yoritilgan.

Kalit so'zlar: ijtimoiy tarmoqlar, yoshlar ma'naviyati, psixologik ta'sir, raqamli madaniyat, axloqiy qadriyatlar, raqamli psixologiya.

Kirish. So'nggi yillarda ijtimoiy tarmoqlarning yoshlar hayotidagi o'rni keskin oshib bormoqda. Globalizatsiya, raqamli transformatsiya va axborot texnologiyalarining tez sur'atlarda rivojlanishi natijasida, ijtimoiy tarmoqlar yoshlarning ma'naviy qadriyatlari, diniy e'tiqodlari va ruhiy dunyosiga sezilarli ta'sir ko'rsatmoqda. Ma'naviyat — bu shaxsning axloqiy-ruhiy qadriyatlari, e'tiqod va axloqiy ongining shakllanishi kabi omillarni o'z ichiga oladi va ijtimoiy tarmoqlarning foydalanuvchilarga yetkazadigan axborot, muloqot va kontent formalaridan bexabar bo'lolmaydi.

2025-yilda e'lon qilingan “The Journey of Youth Religiosity: From Socialisation in Uncertainty to the New Forms of Fulfilment” maqolasida Esparza, Pasín va Capdequi joriy yoshlar orasida ma'naviylik kontseptsiylari va diniy o'rgatish jarayonlarining shakllanishi raqamli muhit bilan chambarchas bog'liqligini ko'rsatadilar; ya'ni, yoshlar ko'pincha an'anaviy diniy institutlar orqali emas, balki ijtimoiy tarmoqlardagi kontentlar va muloqotlar orqali ma'naviy “suhbat” va “transsendensiya” izlaydilar. [1])

Indoneziyadagi Katolik maktabi misolida o'tkazilgan tadqiqotda “Digital Pressure and Spiritual Coping: Social Media and Adolescent Mental Health in Catholic Schools in East Indonesia” nomli maqolada mualliflar yoshlarning ruhiy salomatligi, ijtimoiy taqqoslash, emotsional stress kabi omillar bilan bir qatorda, ma'naviy tarbiya va diniy tushuncha vositasi sifatida ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish holatini ham o'rganishgan. Bu tadqiqotda ruhiy coping mexanizmlarining — ibodat, diniy darslar va dini guruhlar faoliyati — yoshlarda ijtimoiy tarmoqlarning salbiy ta'siridan ma'naviy jihatdan himoya sifatida ishlashi aniqlangan. [2])

O'zbekiston sharoitida Surayyo Berdikulova va Ozodbek Karimov (2023) tomonidan “Influence of the Internet System on Youth Spiritual Education” nomli maqolada internet va ijtimoiy tarmoqlarning yoshlar ma'naviy tarbiyasiga ta'siri, dirijlik, kontent tanlovi,



axborot iste'molining yuqoriligi kabi omillar orqali yoshlarning diniy bilim va axloqiy tushunchalariga qanday salbiy yoki ijobiy o'zgarishlar yuz berishi mumkinligi ilmiy tahlil qilingan.[3]

Shuningdek, 2023-yilda Bahodir Mirzayevich Kandov "The Negative Impact of Social Networks on the Spirituality of Young People in the Context of Globalization" maqolasida ijtimoiy tarmoqlarning ma'naviyatga zarar yetkazishi, yoshlarning ma'naviy qadriyatlariga bo'lgan bog'liqlik va diniy o'zlik hissining zaiflashuvi kabi holatlar, shuningdek, axborot madaniyati va ma'naviy tarbiya tizimining kuchaytirilishi zarurligi muhitdagi o'zgarishlar kontekstida muhokama qilingan. [4]

Mazkur tadqiqotlardan kelib chiqadigan asosiy muammo shundan iboratki, yoshlar ijtimoiy tarmoqlarda ko'plab kontentga duch keladilar, ularning aksariyati ma'naviyatga zid yoki qadriyatli jihatdan neytral bo'lishi mumkin. Shu bois, yoshlarning ma'naviy o'sishini saqlab qolish uchun psixologik va diniy tarbiya, axborot madaniyati, kontent nazorati va ongli yol tanlash kabi omillar muhim rol o'ynamoqda.

Asosiy qism. Ijtimoiy tarmoqlarda yoshlar ozod ravishda turli kontentlar bilan muloqot qiladi — ma'naviy-dinshunoslik kontentlari, motivatsion maqolalar, diniy video va audio mahsulotlar, qadriyatli fikrlar, shuningdek, dunyoqarashga zid bo'lgan yoki neytral kontentlar ham mavjud.

Masalan, Park va hamkasblarining 2024-yilgi tahlilida Gen Z avlodi orasida ruhiy-sog'lomlikni va ma'naviyatni birlashtiruvchi raqamli metodlar hali tadqiq etilmagan soha ekanligi ko'rsatilgan. [1] Bundan tashqari, O'zbekistonlik tadqiqotchilar "Ijtimoiy tarmoqlar bugungi kunda kuchli qurolga aylangan" deya ta'kidlab, ijtimoiy tarmoqlarda targ'ib qilinayotgan g'oyaviy kontentlarning yoshlar ma'naviyatiga salbiy ta'sir qilish ehtimolini ko'rsatganlar.[2] Yoshlar kontentga duch kelganda, qaysi turdagi kontent ularning ma'naviyatini rag'batlantirishi yoki teskari ta'sir qilishi muhim. Masalan, motivatsion va diniy kontentlar ruhiy tushuncha, qadriyatlarni mustahkamlashga yordam berishi mumkin, lekin ekstremistik ideologiyalar yoki axloqiy jihatdan salbiy kontentlar esa ma'naviy buzilish va ziddiyatlarga sabab bo'lishi mumkin.

Ijtimoiy tarmoqlarda yoshlar doimiy ravishda boshqalar bilan taqqoslanadi. Bu jarayon ijtimoiy taqqoslash nazariyasiga asoslanadi va virtual muhitda kuchliroq ishlaydi, chunki foydalanuvchilar faqat muvaffaqiyatlar, go'zal holatlar va ijobiy jihatlarni namoyish qilishga moyil bo'lishadi.

Irmer va boshqalar (2023) o'tkazgan 14 kunlik kunlik tadqiqotda ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish va sub'ektiv yaxshi bo'lish holatlari o'rtasida ijtimoiy taqqoslash vositachilik rolini bajarganini aniqlaganlar.[3] Popat va hamkasblarining 2022-yilgi sharh ishida, yoshlar orasida ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish tasdiqlash izlash, tana qiyoslash, baholanish qo'rquvi kabi psixologik bosimlarni kuchaytirishi mumkinligi ta'kidlangan.[4]

Virtual identifikatsiya — bu shaxsning tarmoqlarda o'zini ideal shaklda ko'rsatish, maqbul obraz yaratish me'yori. Ushbu obraz bilan real hayotdagi o'zligining farqi yoshda psixologik dissonans, ruhiy zo'riqish va noaniqliklarni keltirib chiqarishi mumkin.



Har qanday vositaning ijobiy tomonlari ham bor, va ijtimoiy tarmoqlar ham yoshlarning ma'naviy o'sishiga yordam bera oladi:

Zhang va hamkasblar (2023) o'qituvchi va talaba guruhi bo'yicha olib borgan tadqiqotda, ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish o'z-o'zini qadrlash (self-esteem) va onlayn ijtimoiy qo'llab-quvvatlash orqali sub'ektiv farovonlik (subjective well-being) va psixologik farovonlikni (psychological well-being) yaxshilashga yordam berishini ko'rsatishgan.[5]

Sala va hamkasblarining 2024-yilgi meta-analizida ijtimoiy tarmoqlarning salbiy jihatlari bilan birga, yaxshi ijtimoiy aloqalar, ma'lumot almashinuvi va raqamli qo'llab-quvvatlash imkoniyatlari yoshlarning ruhiy holatini kuchaytirishi mumkinligi ta'kidlangan. [6]

Shunday qilib, agar talabalar yoki yoshlar o'zini ifoda etish, ma'naviy tushuncha va ruhiy ozuqa izlash uchun ijtimoiy tarmoqlardan foydali kontentni tanlasalar, ular uchun bu resurslar ijobiy vositaga aylanishi mumkin.

Quyidagi muammolar ijtimoiy tarmoqlarning salbiy psixologik ta'sirlarini ko'rsatadi:

Axloqiy buzilish va radikallashtirish — ijtimoiy tarmoqlar ekstremistik fikrlarni keng yoyish vositasi bo'lishi mumkin. Masalan, O'zbekistonlik maqolalarda ijtimoiy tarmoqlarning g'oyaviy hujumi, ideologik ta'sirlari va ma'naviy destabilizatsiya xavfini qayd etishgan. [7]

Virtual qaramlik — yoshlar tarmoqqa haddan ortiq bog'lanib qolish mumkin. Zulfiyeva va Sanayev (2023) yoshlarning internetga tobelligi va ma'naviyatga bo'lgan ta'sirini tahlil qilganlarda "tarmoqqa bog'lanish" tendensiyasining ruhiyatga zarar yetkazishi mumkinligi qayd etilgan. [8]

Salbiy o'zini baholash va depressiv holatlar — yuqoridagi Irmer tadqiqotida ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish kunlik asosda ijobiy o'zini baholashni pasaytirishi va salbiy baholashni oshirishi aniqlangan. [3]

Kontent haqida tanqidiy fikrlashning susayishi — yoshlar ko'pincha o'tkirifkrlik qilmasdan kontentni qabul qiladi, bu esa axloqiy va ma'naviy jihatdan zararli ideyalarga duchor bo'lishga olib kelishi mumkin. O'zbekistonlik tadqiqotlarda ijtimoiy tarmoqdagi targ'ib kontent yoshlarning ruhiyatiga "silent indoctrination" (xushyoqlama tarbiya) vositasi bo'lishi ehtimoli aytiladi. [2]

Ayniqsa, kiberhujum (cyberbullying), noto'g'ri ma'lumot tarqatish, ekstremizm propagandasi va vazminlik yetishmasligi yoshlar ma'naviyatiga zarar yetkazishi mumkin.

Ijtimoiy tarmoqlarning ta'sir kuchi hamma uchun bir xil bo'lmaydi. Tadqiqotlar quyidagi omillar moderator yoki vositachi rolini o'ynashi mumkinligini ko'rsatadi:

O'z-o'zini nazorat qilish (self-control) — Irmer tadqiqoti shuni ko'rsatadiki, kam nazoratli shaxslar ijtimoiy tarmoqlarning salbiy ta'siriga ko'proq moyil bo'ladilar.[3]

Ijtimoiy taqqoslashga moyillik (social comparison orientation) — kontentni ko'rib chiqish jarayonida boshqalar bilan solishtirishga moyillik salbiy ta'sirni kuchaytiradi. [3]





Kontent tipiga moslik — yoshlarning qadriyatlari, diniy e'tiqodi va ongli tanqlari kontentga qanday munosabatda bo'lishlarini belgilaydi — ijobiy kontentga ochiq bo'lganlar kamroq zarar ko'rishi mumkin.

Ijtimoiy qo'llab-quvvatlash — onlayn yoki real hayotdagi do'st-jamiyat, diniy guruhlar yoki psixologik qo'llab-quvvatlash tizimlari yoshlarning ma'naviy omon qolishida muhim rol o'ynaydi. Zhang tadqiqotida onlayn qo'llab-quvvatlash vositasida ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish ijobiy ravishda ruhiy farovonlikka hissa qo'shgani ko'rsatilgan. [5] Moderator faktorlarga e'tibor berish yoshlar bilan ishlashda, treninglar va psixologik dasturlar ishlab chiqishda muhimdir.

Xulosa. XXI asrda raqamli kommunikatsiyalar va ijtimoiy tarmoqlar yoshlarning ma'naviy-axloqiy qiyofasini shakllantiruvchi kuchli omilga aylangan. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish jarayoni shaxsning ruhiy holati, qadriyat tizimi, o'zlikni anglash va axloqiy me'yorlarga munosabatini bevosita belgilaydi. Shu nuqtai nazardan, yoshlarning ma'naviyatiga ijtimoiy tarmoqlarning ta'sirini o'rganish nafaqat psixologik, balki pedagogik, sotsiologik va axborot madaniyati nuqtai nazaridan ham dolzarb masaladir.

Tadqiqot davomida olingan ilmiy ma'lumotlar shuni ko'rsatdiki: Ijtimoiy tarmoqlarning ijobiy jihati — ular yoshlar uchun ma'naviy-ma'rifiy kontentni tarqatish, milliy qadriyatlarni targ'ib qilish, diniy-axloqiy tushunchalarni rivojlantirish vositasi sifatida foydalanilganda ruhiy o'sishni qo'llab-quvvatlaydi. Shu orqali ijtimoiy tarmoqlar yoshlar orasida madaniyatlararo muloqot, raqamli hamjihatlik va ijodiy o'zini ifoda etish uchun muhim platformaga aylanadi.

Salbiy ta'sirlar esa asosan ma'naviyatdan yiroq, agressiv yoki axloqiy me'yorlardan chetga chiqadigan kontentlar bilan bog'liq bo'lib, ular yoshlarning axloqiy ongini susaytirish, ijtimoiy taqqoslash orqali o'ziga past baho berish, virtual qaramlik va ruhiy beqarorlik holatlariga olib keladi. Bu esa ma'naviy qadriyatlarning buzilishiga va ijtimoiy identifikatsiyaning zaiflashishiga sabab bo'ladi.

Ijtimoiy tarmoqlarning yoshlar ruhiyatiga ta'siri shaxsning psixologik himoya mexanizmlari, axborot tanlash madaniyati va ijtimoiy qo'llab-quvvatlash darajasiga bog'liq. Kuchli axloqiy asos, ma'naviy immunitet va tanqidiy fikrlash qobiliyatiga ega yoshlar tarmoqlarning salbiy ta'sirlariga nisbatan barqarorroq bo'ladilar.

Tadqiqotlar (Kandov, 2023; Esparza va boshq., 2025; Berdikulova & Karimov, 2023) shuni ko'rsatadiki, yoshlar orasida **ma'naviy resurs sifatida ijtimoiy tarmoqlardan ongli foydalanish uchun psixologik treninglar, media-savodxonlik kurslari, raqamli gigiyena darslari va axloqiy-tarbiyaviy dasturlarni joriy etish zarur.

O'zbekiston sharoitida yoshlarning raqamli ma'naviyatini mustahkamlash uchun: o'quv dasturlariga “axborot madaniyati”, “raqamli etika”, “virtual kommunikatsiya psixologiyasi” fanlarini kiritish;

ijtimoiy tarmoqlarda milliy va diniy qadriyatlarni ilgari suruvchi kontentlarni ko'paytirish;

yoshlar o'rtasida ijtimoiy-psixologik monitoring tizimini yo'lga qo'yish zarur.

Yuqoridagi xulosalar shuni anglatadiki, ijtimoiy tarmoqlarning yoshlarga ta'sirini butunlay salbiy yoki ijobiy deb baholab bo'lmaydi. Ularning ta'siri foydalanuvchining psixologik holati, ma'naviy immuniteti, kontent tanlash odati va ijtimoiy muhit bilan belgilanadi. Shu bois, yoshlarning raqamli davrda ma'naviy barqarorligini ta'minlash uchun ilmiy asoslangan psixologik yondashuvlar, pedagogik nazorat mexanizmlari va milliy ma'naviyatni qo'llab-quvvatlovchi axborot siyosati muhim ahamiyat kasb etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Berdikulova, S., & Karimov, O. (2023). Influence of the Internet System on Youth Spiritual Education. *Uzbek Scholar International Scientific Journal*, 3(2), 45–52. Retrieved from
2. Kandov, B. M. (2023). The Negative Impact of Social Networks on the Spirituality of Young People in the Context of Globalization. *World of Science Academic Science Journal*, 2(8), 311–317. Retrieved from
3. Esparza, M., Pasín, A., & Capdequi, J. (2025). The Journey of Youth Religiosity: From Socialisation in Uncertainty to the New Forms of Fulfilment. *Religions*, 16(7), 880. MDPI.
4. Sumiati, M., & Rondonuwu, T. (2024). Digital Pressure and Spiritual Coping: Social Media and Adolescent Mental Health in Catholic Schools in East Indonesia. *International Journal of Research and Innovation in Social Science (IJRISS)*, 8(6), 290–298.
5. Irmer, J., Hofmann, W., & Reinecke, L. (2023). Social Media Use and Well-being: A 14-Day Daily Diary Study on Social Comparison and Self-Control as Mediators. *Nature Mental Health*, 1(2), 150–161.
6. Zhang, X., Wang, Y., & Li, J. (2023). Online Social Support, Self-esteem, and Subjective Well-being Among College Students: The Mediating Role of Psychological Resilience. *BMC Psychology*, 11 (2), 178–189.
7. Sala, G., et al. (2024). The Effects of Social Media on Mental Health: A Meta-analytic Review. *Current Opinion in Psychology*, 52, 102–116.
8. Zulfiyeva, G., & Sanayev, F. (2023). Internetga qaramlikning yoshlar ma'naviy hayotiga ta'siri. *E-Conference Zone Journal*, 2(6), 45–51.
9. Inomova, M. R. (2024). Ijtimoiy tarmoqlarning yoshlar tarbiyasiga salbiy ta'siri va ularni bartaraf etish yo'llari. *Zamonaviy ilmiy izlanishlar va fan yutuqlari*, 4(3), 233–238.
10. Popat, R., de Jong, C. E., & Nesi, J. (2022). Social Media, Social Comparison, and Mental Health: A Systematic Review. *Frontiers in Psychology*, 13, 9902994.
11. Karimova, N. & Abdullayeva, D. (2022). Raqamli axborot makonining yoshlar ma'naviyatiga ta'siri. *O'zbekiston Milliy Universiteti Axborotnomasi*, 4(5), 215–223.
12. G'ulomova, S. (2023). Yoshlarning raqamli madaniyatini shakllantirishda psixologik yondashuvlar. *Pedagogik innovatsiyalar jurnali*, 2(7), 68–75.