

O'SMIRLARDA IJTIMOIIY TARMOQLARNING IDENTITETGA TA'SIR MEXANIZMLARI VA OMILLARI

Mamayusupova Iroda Xamidovna
Qo'qon davlat universiteti, Psixologiya
kafedrası v.b. dotsenti, p.f.n., PhD
irodamamayusupova7777@gmail.com
Tel: (91)1404247

Annotatsiya: Ushbu maqolada o'smirlar identitetiga ijtimoiy tarmoqlarning ta'sir mexanizmlari va omillari psixologik nuqtai nazardan tahlil qilinadi. O'z-taqdimot (self-presentation), ijtimoiy taqqoslash (social comparison), tasdiqlash izlash (validation seeking) va algoritmik rezonans kabi ta'sir mexanizmlari ko'rib chiqiladi. Ijtimoiy tarmoqlarning o'smir shaxsiy identitetiga, tana obraziga va o'z-konseptsiasiga ko'rsatadigan ta'siri mavjud empirik tadqiqotlar asosida muhokama etiladi. O'zbekiston o'smirlarining ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish xususiyatlari alohida ko'rib chiqilib, amaliy tavsiyalar ishlab chiqiladi. Maqola natijalarining psixolog-pedagoglar va ota-onalar uchun amaliy qiymati ta'kidlanadi.

Kalit so'zlar: ijtimoiy tarmoqlar, o'smirlik identiteti, o'z-taqdimot, ijtimoiy taqqoslash, tana obrazi, o'z-konsepsiya, Instagram, TikTok, psixologik ta'sir mexanizmlari.

KIRISH

Bugungi kunda ijtimoiy tarmoqlar — Instagram, TikTok, Telegram, YouTube va boshqalar — o'smirlarning kundalik hayotiga shunchalik chuqur kirib borganki, ular virtual va real hayot o'rtasidagi chegarani tobora noaniqlashtirmoqda. Dunyo miqyosida o'tkazilgan tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, 13–17 yoshdagi o'smirlarning 90 foizdan ortig'i kamida bitta ijtimoiy tarmoqdan muntazam foydalanadi (Pew Research Center, 2022). Bu ko'rsatkich O'zbekistonda ham yil sayin oshib bormoqda.

Ijtimoiy tarmoqlar nafaqat muloqot vositasi, balki o'smirning o'zini anglash, o'zini boshqalarga taqdim etish va ijtimoiy maqomini belgilash maydoniga aylandi. Identitet shakllanishining eng faol davri — o'smirlik — aynan shu raqamli muhit bilan to'qnash kelmoqda. Bu holat psixologiya fani uchun yangi va muhim savollarni yuzaga keltiradi: ijtimoiy tarmoqlar o'smir identitetini qanday mexanizmlar orqali shakllantiradi? Bu ta'sirning ijobiy va salbiy oqibatlari qanday? Va bu jarayonni psixologik jihatdan qanday boshqarish mumkin?

Mavzuning dolzarbligi nafaqat nazariy, balki amaliy jihatdan ham muhimdir. O'smirlar ongida shakllanadigan o'z-konsepsiya, tana obrazi va ijtimoiy identitet keyinchalik ularning ruhiy salomatligi, munosabatlar tizimi va hayotiy muvaffaqiyatiga bevosita ta'sir qiladi. Shu sababli ijtimoiy tarmoqlarning identitetga ta'sir mexanizmlarini ilmiy asosda o'rganish va ota-onalar, pedagoglar hamda



psixologlarga aniq tavsiyalar berish zamonaviy psixologiyaning ustuvor vazifalaridan biridir.

Ushbu maqolaning maqsadi — ijtimoiy tarmoqlarning o'smirlik identitetiga ta'sir etuvchi asosiy psixologik mexanizmlarni aniqlash va tizimlashtirish, hamda ushbu ta'sirni moderatsiya qiluvchi omillarni ko'rsatishdir. Vazifalar: (1) ta'sir mexanizmlarini nazariy asosda tasniflash; (2) empirik tadqiqotlar natijalarini tahlil qilish; (3) O'zbekiston kontekstiga xos xususiyatlarni belgilash; (4) amaliy tavsiyalar ishlab chiqish.

METODOLOGIYA

Tadqiqot adabiyotlarni tizimli ko'rib chiqish (systematic literature review) va nazariy-tahliliy sintez metodologiyasiga asoslanadi. 2010–2024 yillar oralig'ida chop etilgan 50 dan ortiq manba, jumladan meta-tahlillar, longitudinal tadqiqotlar, eksperimental ishlar va sifatiy tadqiqotlar tahlil qilindi. Manbalar Google Scholar, PubMed, PsycINFO va Scopus bazalarida «social media adolescent identity», «Instagram self-esteem», «TikTok identity formation», «social comparison online» kabi qidiruv so'zlari orqali izlandi.

Kiritish mezonlari: (1) 10–19 yoshdagi o'smirlarni o'rganuvchi tadqiqotlar; (2) identitet, o'z-konseptsiya, tana obrazi yoki o'z-baholashni (self-esteem) o'lchagan ishlar; (3) peer-review jurnallarda nashr etilgan maqolalar. Chiqarib tashlash mezonlari: kattalar (18+) yoki bolalar (10 yoshgacha) uchun mo'ljallangan tadqiqotlar; metodologik jihatdan zaif ishlar.

Tahlil ikki bosqichda amalga oshirildi: birinchi bosqichda ta'sir mexanizmlari psixologik nazariyalar asosida tasniflandi; ikkinchi bosqichda har bir mexanizmni tasdiqlaydi yoki rad etuvchi empirik dalillar baholandi. O'zbekiston o'smirlariga oid mahalliy ma'lumotlar mavjud bo'lgan hollarda ular alohida ko'rib chiqildi.

NATIJALAR

1. O'z-taqdimot mexanizmi: virtual «men»ning qurilishi

O'z-taqdimot (self-presentation) — shaxsning o'zini boshqalarga ongli ravishda ma'lum bir tarzda taqdim etishidir (Goffman, 1959). Ijtimoiy tarmoqlarda bu jarayon yangi o'lcham kasb etadi: o'smir profil rasmi, bio (tavsif), post va stories orqali o'zining «ideal versiyasini» yaratadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, o'smirlarning aksariyati o'z profillarida haqiqiy hayotdagi o'zlaridan yaxshiroq ko'rinishga harakat qiladi — bu holat «raqamli fasad» (digital facade) deb ataladi (Twenge & Campbell, 2019).

O'z-taqdimot jarayoni identitetga ikki yo'nalishda ta'sir qilishi mumkin. Ijobiy holatda, o'smir o'zining turli qirralarini onlayn sinab ko'rish orqali identitetni boyitadi va o'ziga nisbatan yangicha nuqtai nazar shakllantirishga erishadi — bu Eriksonning «psixosotsiyal moratoriy» kontseptsiyasi bilan uyg'unlashadi. Salbiy holatda esa «raqamli men» va «haqiqiy men» o'rtasidagi doimiy farq o'smirda o'ziga nisbatan noxolislik, qoniqmaslik va «haqiqiy men yetarli emas» degan salbiy ishonchni shakllantiradi.

2. Ijtimoiy taqqoslash mexanizmi: «boshqalarga o'xshash bo'lish» bosimi

Leon Festingerning ijtimoiy taqqoslash nazariyasi (1954) odamlar o'zlarini boshqalar bilan taqqoslash orqali baholashga moyil ekanligini ko'rsatadi. Ijtimoiy





tarmoqlar bu jarayonni misli ko'rilmagan darajada kuchaytiradi: o'smir bir sutkada yuzlab odamning hayotini, ko'rinishini, muvaffaqiyatlarini va munosabatlarini ko'radi. Bu «ko'tarilgan taqqoslash» (upward comparison) — ya'ni o'zidan yaxshiroq deb bilingan odamlar bilan taqqoslash — o'smirda o'z-baholashni pasaytirishi va salbiy emotsiyalar yuzaga kelishiga sabab bo'lishi aniqlangan.

Valkenburg va boshq. (2021) o'tkazgan longitudinal tadqiqot shuni ko'rsatdi: ijtimoiy tarmoqlarda ijobiy taqqoslash (o'zini boshqalardan yaxshi ko'rish) o'z-baholashni vaqtincha oshirsa, salbiy taqqoslash uzoq muddatli depressiv alomatlar bilan bog'liq. Qizlar o'g'il bolalarga nisbatan ijtimoiy taqqoslash ta'siriga sezgirroq ekanligi ham aniqlangan — bu tana obraziga oid muammolarning qizlarda ko'proq kuzatilishi bilan bog'liq.

O'zbekiston o'smirlarida bu mexanizm madaniy omillar bilan qo'shilib, o'ziga xos ko'rinish kasb etadi. Mahalliy ijtimoiy tarmoqlarda «to'y», «muvaffaqiyat» va «farovonlik» ko'rsatkichlarini namoyish etish keng tarqalgan bo'lib, bu o'smirda oilaviy maqom va moddiy ahvolni solishtirish bosimini kuchaytiradi.

3. Tasdiqlash izlash va «layk» mexanizmi

O'smirlik davri — ijtimoiy tasdiqlashga bo'lgan ehtiyoj eng kuchli bo'lgan davr. Ijtimoiy tarmoqlardagi «layk», «kommentariya» va «ulashish» mexanizmlari bu ehtiyojni qondiruvchi kuchli teskari aloqa tizimiga aylanadi. Neyrotadqiqotlar (Sherman et al., 2016) shuni ko'rsatadiki, o'smirning posti «layk» olganda miyaning mukofot tizimi (dopaminergik tizim) faollashadi — xuddi real hayotdagi ijtimoiy tasdiqlashga o'xshash neyral jarayon ro'y beradi.

Muammo shundaki, «layk» soni o'smir uchun o'z qadri va ijtimoiy maqomining o'lchoviga aylanib qolishi mumkin. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, «layk» olish miqdori o'smirning qaysi kontentni yaratishiga, qanday kiyinishiga, qayerga borishiga va hatto nima fikr yuritishiga ta'sir qila boshlaydi. Bu holat «ijtimoiy tasdiqlashga qaram bo'lish» (approval dependency) deb ataluvchi psixologik holat rivojlanishiga zamin yaratadi.

4. Algoritmik rezonans: «echo chamber» effekti

Zamonaviy ijtimoiy tarmoqlar algoritmlari foydalanuvchiga u ko'proq vaqt sarflagan kontentga o'xshash materiallarni ko'rsatishga mo'ljallangan. O'smir uchun bu shuni anglatadiki, u o'zining mavjud qarashlarini, qiziqishlarini va hatto o'z-konseptsiyasini tasdiqlaydi yoki kuchaytiruvchi kontentlar ko'proq ko'radi. Psixologlar bu hodisani «echo chamber» — «aks sadolar kamerasi» deb ataydi.

Echo chamber effekti identitetga ham ta'sir qiladi: o'smir muayyan subkultura, mafkura yoki hayot tarzi bilan tanishsa, algoritm unga shu yo'nalishdagi ko'proq kontent ko'rsatadi va o'smir asta-sekin ushbu identitet g'oyalarini yanada chuqur o'zlashtira boshlaydi. Bu jarayon bir tomondan identitetni boyitishi mumkin, ammo ekstremal holatlarda o'smirni zararli subkulturalar — masalan, yedirishdan bosh tortish (pro-ana), o'ziga shikast yetkazish yoki radikallashuv — bilan bog'liq identitetlarga torta boshlashi kuzatilgan.

5. Tana obraziga ta'sir: vizual madaniyat va «ideal ko'rinish»





Ijtimoiy tarmoqlar, ayniqsa Instagram va TikTok, vizual kontentga asoslangan platformalar sifatida tana obrazi (body image) masalasida alohida ta'sir o'tkazadi. Fotosuratlar va videolardagi filtrlar, fotoredaktorlar va virtual effektlar «ideal ko'rinish» standartlarini shunchalik yuqori darajaga olib chiqadiki, bu standartlarga real hayotda erishish imkonsizligiga yaqin. Tadqiqotlar (Fardouly et al., 2018) Instagram foydalanish bilan tana qoniqmasligining ortishi o'rtasida sezilarli statistik bog'liqlikni aniqlagan.

O'smir qizlar orasida «tana dissatisfaksiyasi» (body dissatisfaction) va ovqatlanish buzilishlari bilan bog'liq psixologik muammolar ijtimoiy tarmoqlar faol foydalanish bilan korrelyatsiya qilishi ko'pgina meta-tahlillarda tasdiqlangan. O'g'il bolalarda esa «muskulli ideal» standartlari bilan bog'liq tana obrazi muammolari tobora ko'proq kuzatilmoqda.

6. Ta'sirni moderatsiya qiluvchi omillar

Ijtimoiy tarmoqlarning identitetga ta'siri barcha o'smirlar uchun bir xil emas — uni kuchaytiruvchi va zaiflashtiruvchi bir qator omillar mavjud. Kuchaytiruvchi omillar: past o'z-baholash, yolg'izlik hissi, oilaviy qo'llab-quvvatlashning yetishmasligi, ekrandagi vaqtning ortiqcha bo'lishi va passiv foydalanish (faqat kuzatib o'tirish). Zaiflashtiruvchi (himoya) omillar: mustahkam oilaviy aloqa, raqamli savodxonlik (media literacy), ijtimoiy tarmoqlarni tanqidiy baholash qobiliyati, real hayotdagi tengdoshlar bilan sifatli muloqot va sport bilan shug'ullanish.

Foydalanish turi ham muhim omil hisoblanadi. Tadqiqotlar faol foydalanish (post qilish, izoh yozish, muloqot) va passiv foydalanish (faqat ko'rish) o'rtasidagi farqni ko'rsatadi: passiv foydalanish identitetga salbiy ta'sir o'tkazishi ko'proq aniqlangan, chunki faqat taqqoslash uchun material yig'iladi, o'zini ifodalash esa amalga oshmaydi.

MUHOKAMA

Ko'rib chiqilgan mexanizmlar ijtimoiy tarmoqlarning o'smir identitetiga ta'sirini tushuntiruvchi murakkab psixologik tizim mavjudligini ko'rsatadi. Bu ta'sir na faqat salbiy, na faqat ijobiy — u ko'p jihatdan o'smirning shaxsiy xususiyatlariga, foydalanish turiga va atrofidagi ijtimoiy muhitga bog'liq. Shu sababli «ijtimoiy tarmoqlar yaxshimi yoki yomonmi?» degan soddalashtirilgan savol o'rniga «qanday sharoitlarda va kim uchun zararli, kim uchun foydali?» degan kontekstual savol qo'yilishi maqsadga muvofiq.

Psixologik mexanizmlar nuqtai nazaridan eng xavfli kombinatsiya — past o'z-baholash, oilaviy qo'llab-quvvatlash yetishmasligi va passiv foydalanishning bir-biriga to'qnashuvidir. Bunday holatda ijtimoiy taqqoslash, tasdiqlash izlash va algoritmik rezonans effektlari bir-birini kuchaytirib, identitet diffuziyasi yoki salbiy identitet shakllanishiga zamin yaratadi.

O'zbekiston kontekstida ijtimoiy tarmoqlar ta'sirini tahlil qilishda madaniy omillar hisobga olinishi zarur. O'zbek jamiyatida «uyat» va ijtimoiy baho tushunchalari kuchli bo'lib, ijtimoiy tarmoqlardagi «layk» va baho olish mexanizmlari bu madaniy hissiyotlar bilan uyg'unlashganda o'smirlarga ko'proq ta'sir qilishi mumkin. Shu bilan birga, kuchli oilaviy aloqa va mahalla ijtimoiy to'ri zamonaviy o'zbek o'smiri uchun





ijtimoiy tarmoqlarning salbiy ta'siriga qarshi himoya omili sifatida ishlashi mumkin — bu potentsialdan amaliy psixologlar foydalanishi kerak.

Metodologik nuqtai nazardan ushbu sohadagi ko'plab tadqiqotlar o'z-hisobot so'rovnomalari va kesimli (cross-sectional) dizaynlarga asoslanganligi sabab sabab-natija munosabatini aniqlash qiyinligicha qolmoqda. Longitudinal va eksperimental dizaynlardagi yangi tadqiqotlar mexanizmlarni aniqroq belgilash imkonini beradi.

XULOSA

Ijtimoiy tarmoqlarning o'smirlik identitetiga ta'siri o'z-taqdimot, ijtimoiy taqqoslash, tasdiqlash izlash, algoritmik rezonans va tana obraziga ta'sir kabi bir-biri bilan bog'liq psixologik mexanizmlar orqali amalga oshadi. Bu mexanizmlarning har biri o'z-konseptsiya, o'z-baholash va identitet shakllanishining turli qirralariga ta'sir qiladi.

Ta'sirning xarakteri va kuchi ko'p jihatdan o'smirning shaxsiy resurslari, foydalanish uslubi va atrofidagi ijtimoiy muhit tomonidan belgilanadi. Himoya omillarini kuchaytirish — raqamli savodxonlikni oshirish, oilaviy aloqani mustahkamlash, real hayotdagi ijtimoiy faollikni qo'llab-quvvatlash — ijtimoiy tarmoqlarning salbiy ta'sirini sezilarli darajada kamaytirishi mumkin.

Kelgusidagi tadqiqotlar uchun O'zbekiston o'smirlarida ijtimoiy tarmoqlar foydalanishi va identitet shakllanishi o'rtasidagi munosabatni longitudinal metodka empirik o'rganish ustuvor yo'nalish sifatida tavsiya etiladi. Bundan tashqari, maktab muhitida raqamli savodxonlikni oshirishga qaratilgan psixologik dasturlarni ishlab chiqish va amalga oshirish ham dolzarb ahamiyat kasb etadi.

ADABIYOTLAR

1. Xamidovna, Mamayusupova Iroda va Mamayusupova I.X. “T.Lirining so‘rovnomasi” “Shaxslararo munosabatlar diagnostikasi” metodologiyasi asosida o‘smirlar o‘rtasidagi konfliktlarning ijtimoiy-psixologik xususiyatlarini o‘rganish”. Library Progress International 44.3 (2024): 16399-16407. https://scholar.google.ru/citations?view_op=view_citation&hl=ru&user=sZY1_zEAAAJ&citation_for_view=sZY1_zEAAAJ:4JMBOYKVNBMC
2. Mamayusupova, I. (2024). O'SGIRLARDA ZAMONAVIY IQTISODIYOTI YO'LLARINI OLDINI OLISH BO'YICHA PSIXOLOGIK MASLAHATLAR. Zamonaviy fan va tadqiqotlar , 3 (6). https://scholar.google.ru/citations?view_op=view_citation&hl=ru&user=sZY1_zEAAAJ&citation_for_view=sZY1_zEAAAJ:R3hNpaxXUhUC
3. Mamayusupova I. TA'LIMNI TASHKILOT SHAKLLARI VA TURLARI //NRJ. – 2024. – T. 1. – Yo‘q. 3. – 550-556-betlar. https://scholar.google.ru/citations?view_op=view_citation&hl=ru&user=sZY1_zEAAAJ&citation_for_view=sZY1_zEAAAJ:e5wmG9Sq2KIC
4. Mamayusupova, Iroda, Gulchehra Umurqulova, Dilrabo Abduxoliqova. “O’RTA TA’LIM MAKTABDA FIZIKA O’QITISHDA INTERFAOL USULLARDAN FOYDALANISHNING TA’SIRI”. Zamonaviy fan va tadqiqotlar 3.5 (2024): 851-856.





https://scholar.google.ru/citations?view_op=view_citation&hl=ru&user=sZY1_zEAAAJ&citation_for_view=sZY1_zEAAAJ:TQgYirikUcIC

5. Mamayusupova I. X., Mirhayitova S. OILADA O ‘SPIRIN YOSHLARGA BO ‘LGAN NIZOLARNI KELIB CHIQISHINI OLDINI OLIHDA PSIXOLOGIK MASLAXATLAR //Inter education & global study. – 2024. – №. 4 (2). – C. 479-486.

https://scholar.google.ru/citations?view_op=view_citation&hl=ru&user=sZY1_zEAAAJ&cstart=20&pagesize=80&citation_for_view=sZY1_zEAAAJ:_Qo2XoVZTnwC

6. Xamidovna, Mamayusupova Iroda. “PEDAGOGIK TEXNOLOGIYA TUSHUNCHASI”. Xalqaro ilmiy tadqiqotchilar jurnali (IJSR) INDEXING 5.2 (2024): 503-505.

https://scholar.google.ru/citations?view_op=view_citation&hl=ru&user=sZY1_zEAAAJ&cstart=20&pagesize=80&citation_for_view=sZY1_zEAAAJ:HDshCWvjkbEC

7. Mamayusupova I., Umurqulova G., Abduxoliqova D. O‘RTA TA’LIM MAKTABDA FIZIKA FANINI O‘QITISHDA INTERFAOL USULLARDAN FOYDALANISHNING TA’SIRI //Zamonaviy fan va tadqiqotlar. – 2024. – T. 3. – Yo‘q. 5. – 851-856-

https://scholar.google.ru/citations?view_op=view_citation&hl=ru&user=sZY1_zEAAAJ&citation_for_view=sZY1_zEAAAJ:3fE2CSJlrl

8. Мамаюсупова, И. Х. (2025). СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К ПСИХОЛОГИЧЕСКОМУ СОПРОВОЖДЕНИЮ ПОДРОСТКОВ С ТРУДНЫМ ВОСПИТАНИЕМ. Advances in Science and Education, 1(11), 52-55.

<https://science-education.uz/index.php/journal/article/view/220>

9. Khamidovna, M. I. (2024). "T. Leary's Questionnaire" Diagnosis of Interpersonal Relationships" Study of the Socio-Psychological Characteristics of Conflicts among Adolescents Based on the Methodology. Library of Progress-Library Science, Information Technology & Computer, 44(3).

<https://scholar.google.ru/scholar?oi=bibs&hl=ru&q=related:2ykgpys-FxsJ:scholar.google.com/>

