SUN’IY INTELLEKT BILAN MULOQOT JARAYONIDA SHAXSNING O‘ZINI ANGLASH XUSUSIYATLARI

Isaxanova Moxidil Erkinovna
QDU o`qituvchisi

Annotatsiya. Mazkur maqolada sun’iy intellekt bilan muloqot jarayonida shaxsning o‘zini anglash xususiyatlari nazariy jihatdan tahlil qilinadi. O‘zini anglash, “Men” konsepsiyasi, refleksiya, o‘zini oshkor qilish, antropomorfizatsiya va virtual identifikatsiya tushunchalarining o‘zaro bog‘liqligi yoritiladi. Shuningdek, sun’iy intellekt refleksiyani qo‘llab-quvvatlovchi vosita sifatida baholanib, unga ortiqcha tayanish bilan bog‘liq psixologik xavflar ko‘rsatib beriladi.

Kalit so‘zlar: sun’iy intellekt, o‘zini anglash, “Men” konsepsiyasi, refleksiya, virtual identifikatsiya, o‘zini oshkor qilish, antropomorfizatsiya, inson–sun’iy intellekt muloqoti.

Kirish. Raqamli texnologiyalar va generativ sun’iy intellektning jadal rivojlanishi insonning axborot olish, qaror qabul qilish va muloqot qilish usullarini o‘zgartirmoqda. Dialogik sun’iy intellekt tizimlari tabiiy tilda savollarga javob berish, matn yaratish, tavsiya berish va muammolarni muhokama qilish imkoniyatiga ega bo‘lgani sababli foydalanuvchi bilan o‘zaro ta’sir faqat texnik axborot almashinuvi doirasidan chiqib, psixologik mazmun kasb etmoqda. Ayrim foydalanuvchilar bunday tizimlardan fikrlarini tartibga solish, shaxsiy tajribalarini ifodalash yoki muqobil qarashlarni izlash vositasi sifatida foydalanmoqda.

Mazkur holat psixologiya uchun muhim savolni yuzaga keltiradi: sun’iy intellekt bilan muloqot shaxsning o‘zi haqidagi tasavvurlari, refleksiyasi va identiklik hissiga qanday mexanizmlar orqali ta’sir qilishi mumkin? Ushbu savolga javob berishda sun’iy intellektning imkoniyatlarini ortiqcha baholamaslik zarur.

Hozirgi ilmiy adabiyotlarda inson-AI muloqotida o‘zini oshkor qilish, ishonch, ijtimoiy mavjudlik va antropomorfizatsiya kengroq o‘rganilgan bo‘lsada, “Men” konsepsiyasi va identiklikning uzoq muddatli o‘zgarishi bo‘yicha empirik dalillar hali yetarli emas.

O‘zini anglash shaxsning o‘z xususiyatlari, ehtiyojlari, motivlari, qadriyatlari va ijtimoiy rollarini anglash hamda ularni yaxlit “Men” tasavvuri doirasida birlashtirish jarayonidir. U.James “Men”ni bir tomondan biluvchi subyekt, ikkinchi tomondan esa kuzatilishi va baholanishi mumkin bo‘lgan obyekt sifatida farqlagan [1]. Ushbu yondashuv shaxsning o‘ziga nisbatan refleksiv pozitsiyani egallashi mumkinligini tushuntirishda muhim nazariy asos bo‘lib xizmat qiladi.

K.Rogers fenomenologik yondashuvida “Men” konsepsiyasini shaxsning o‘zi haqidagi tasavvurlari, qadriyatlari va tajribalarini birlashtiruvchi tizim sifatida ko‘radi. Real “Men” bilan ideal “Men” o‘rtasidagi moslik psixologik yaxlitlik bilan

bog‘lanadi[2]. E.Erikson esa identiklikni shaxs rivojlanishining markaziy vazifalaridan biri sifatida talqin qilib, “Men kimman?”, “Mening qadriyatlarim qanday?” va “Jamiyatdagi o‘rnim nima?” kabi savollarga nisbatan nisbatan barqaror ichki pozitsiyaning shakllanishini ta’kidlaydi[3].

Raqamli muhit ushbu jarayonlarga yangi kontekst olib kirdi. Inson real ijtimoiy rollar bilan bir qatorda onlayn makonda ham o‘zini namoyon qiladi, o‘z obrazini boshqaradi va auditoriya reaksiyalarini hisobga oladi. Shu ma’noda virtual identifikatsiya shaxsning raqamli muhitda o‘zi haqida yaratadigan va namoyon etadigan tasavvurlari, rollari va belgilarining majmuasi sifatida qaralishi mumkin. Goffmanning o‘zini taqdim etish haqidagi g‘oyalari bu hodisani tushuntirish uchun muhim nazariy asos beradi[2]. O‘zini anglashning muhim mexanizmlaridan biri refleksiyadir. Refleksiya shaxsning o‘z fikrlari, hissiyotlari, xatti-harakatlari va ularning sabablarini kuzatishi hamda tahlil qilishi bilan bog‘liq. Yozma dialogda foydalanuvchi o‘z tajribasini so‘zlarga aylantiradi; bu jarayonning o‘zi mavhum kechinmalarni strukturaga solishi va ularni qayta ko‘rib chiqishga yordam berishi mumkin.

Sun’iy intellekt bilan dialog shu nuqtada “kognitiv ko‘zgu” vazifasini bajarishi mumkin: shaxs o‘z fikrini tashqi shaklga keltiradi, tizimdan qayta tuzilgan yoki muqobil talqinni oladi va o‘z qarashlariga masofadan nazar soladi. Biroq bu ibora metaforik mazmunda qo‘llanadi. Sun’iy intellektning javobi psixologik diagnoz yoki shaxs haqidagi obyektiv xulosa emas; u foydalanuvchi bergan ma’lumot va modelning statistik til mexanizmlari asosida shakllanadigan tashqi verbal stimuldir.

Shu sababli sun’iy intellekt refleksiyani boshlashi yoki qo‘llab-quvvatlashi mumkin, ammo o‘zini anglashning mazmuni va natijasi baribir shaxsning o‘z hayotiy tajribasi, qadriyatlari, tanqidiy fikrlashi va real ijtimoiy munosabatlari bilan belgilanadi.

Virtual identifikatsiya raqamli makonda shaxsning o‘zini qanday namoyon etishi, qanday rollarni tanlashi va qanday obraz yaratishi bilan bog‘liq. Generativ sun’iy intellekt bu jarayonga yangi vositachilik qatlamini qo‘shmoqda: foydalanuvchi o‘z matni, profili, tasviri, biografiyasini sun’iy intellekt yordamida yaratishi, tahrirlashi va qayta shakllantirishi mumkin.

Bunday vaziyatda “real Men - ideal Men - virtual Men” munosabatlariga sun’iy intellekt vositasida ishlab chiqilgan yoki optimallashtirilgan “raqamli Men obrazi” qo‘shiladi. Nazariy jihatdan bu shaxsga turli rollarni xavfsiz sinab ko‘rish, o‘zini ifodalash tilini topish va o‘z obrazini qayta ko‘rib chiqish imkonini berishi mumkin. Shu bilan birga, algoritmik tarzda yaratilgan ideal obraz bilan real tajriba o‘rtasidagi tafovut kuchaysa, o‘ziga baho berish hissida ziddiyatlar yuzaga kelishi ehtimoli mavjud. Sun’iy intellekt bilan muloqotning konstruktiv imkoniyatlari: Refleksiyani faollashtirish: savol-javob shakli shaxsni o‘z fikrlari va xatti-harakatlarining sabablarini tahlil qilishga undashi mumkin. Ichki tajribani verbalizatsiya qilish: kechinmalarni so‘z bilan ifodalash ularni aniqroq tushunish va tartibga solishga yordam beradi..

- Muqobil nuqtayi nazarni ko‘rish: tizim bir vaziyatni bir necha usulda talqin qilish orqali kognitiv moslashuvchanlikni qo‘llab-quvvatlashi mumkin.

- Metakognitiv faollikni kuchaytirish: foydalanuvchi faqat “nima deb o‘ylayapman?” emas, balki “nega shunday o‘ylayapman?” degan savolga ham e’tibor qaratishi mumkin.

- Fikrlarni tizimlashtirish: dialog, reja va yozma tahlil shakllari shaxsiy tajribani mantiqiy tuzilishga keltirishga yordam beradi. Ehtimoliy psixologik xavflar: Agar shaxs o‘zi haqidagi bahoni muntazam ravishda sun’iy intellektdan izlay boshlasa, ichki baholash mezonlari va mustaqil qaror qabul qilishning roli pasayishi mumkin. Tizimni “meni to‘liq tushunadi”, “his qiladi” yoki “menga nisbatan yaxshi niyatga ega” deb qabul qilish uning real imkoniyatlari to‘g‘risida noto‘g‘ri tasavvur shakllantirishi mumkin. Shaxs o‘z hayotiy narrativini shakllantirishda tayyor algoritmik talqinlarga ortiqcha tayanishi mustaqil refleksiyani cheklashi mumkin. Sun’iy intellekt individual kontekstni to‘liq bilmasligi sababli uning tavsiyalari xato, soddalashtirilgan yoki nomos bo‘lishi mumkin. AI bilan muloqot insonlararo munosabatlarni to‘ldirishi mumkin, ammo ular o‘rnini egallasa, identiklikni shakllantiruvchi tabiiy ijtimoiy qayta aloqa kamayishi ehtimoli mavjud. Shaxsiy kechinmalarni oshkor qilishda foydalanuvchi platformaning ma’lumotlarni saqlash va qayta ishlash shartlarini hisobga olishi zarur. Nazariy tahlillar asosida quyidagi shartli ketma-ketlikni taklif qilish mumkin: shaxsiy tajriba →muammo yoki savolni verbalizatsiya qilish →sun’iy intellekt bilan dialog →tashqi javob yoki muqobil talqin →refleksiya →o‘ziga oid tasavvurlarni qayta baholash→“Men” konsepsiyasining aniqlashishi, mustahkamlanishi yoki qayta ko‘rib chiqilishi.Klassik psixologik nazariyalarda “Men” konsepsiyasi va identiklik shaxsning ichki tajribasi hamda ijtimoiy qayta aloqa orqali shakllanishi ta’kidlanadi. Zamonaviy sun’iy intellekt tizimlari esa ushbu qayta aloqa muhitiga yangi vositachi sifatida qo‘shilmoqda. Ular foydalanuvchining fikrini qayta ifodalashi, savollar berishi, muqobil talqinlar taklif qilishi va shu tariqa refleksiv jarayonni qo‘llab-quvvatlashi mumkin. Amaliy tavsiyalar**:** Sun’iy intellekt javoblarini mutlaq haqiqat yoki professional psixologik xulosa sifatida emas, tahlil qilinishi lozim bo‘lgan yordamchi axborot sifatida qabul qilish. Shaxsiy va hayotiy muhim qarorlarni to‘liq algoritmik tizim zimmasiga yuklamaslik. AI javoblarini shaxsning real tajribasi, qadriyatlari, maqsadlari va ishonchli insoniy qayta aloqa bilan solishtirish. Sun’iy intellektdan o‘z fikrini almashtiruvchi emas, uni chuqurlashtiruvchi refleksiv vosita sifatida foydalanish. Virtual va real “Men” o‘rtasidagi muvozanatni saqlash, AI yordamida yaratilgan ideal obrazni real shaxs bilan tenglashtirmaslik. Maxfiy yoki sezgir ma’lumotlarni kiritishda platformaning maxfiylik va ma’lumotlarni qayta ishlash shartlarini hisobga olish.

Xulosa. Sun’iy intellekt bilan muloqot zamonaviy shaxsning kognitiv va kommunikativ tajribasida yangi psixologik kontekst yaratmoqda. Nazariy tahlil shuni ko‘rsatadiki, dialogik AI shaxsning ichki tajribasini verbalizatsiya qilish, fikrlarni tizimlashtirish, muqobil nuqtayi nazarlarni ko‘rish va refleksiyani faollashtirishga yordam beruvchi vosita sifatida namoyon bo‘lishi mumkin. Shu bilan birga, ushbu imkoniyatlar antropomorfizatsiya, tashqi tasdiqqa ortiqcha

ehtiyoj, algoritmik talqinlarga haddan tashqari tayanish, noto‘g‘ri javoblarni shaxsiy haqiqat sifatida qabul qilish va maxfiylik xavflari bilan birga keladi.

Shuning uchun sun’iy intellektning o‘zini anglashdagi roli ikki tomonlama bo‘lib, uning psixologik natijasi foydalanish maqsadi, shaxsiy xususiyatlar, tanqidiy fikrlash va real ijtimoiy kontekstga bog‘liq. Ilmiy nuqtayi nazardan, sun’iy intellektni shaxs identikligini belgilovchi mustaqil subyekt emas, balki refleksiv jarayonni vositalashtiruvchi yangi kommunikativ texnologiya sifatida talqin qilish asosliroqdir.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Davis R. A. A Cognitive-Behavioral Model of Pathological Internet Use // *Computers in Human Behavior*. – 2001. – Vol. 17, No. 2. – P. 187–195. – DOI: 10.1016/S0747-5632(00)00041-8.

2. Kuss D. J., Griffiths M. D. Online Social Networking and Addiction- A Review of the Psychological Literature // *International Journal of Environmental Research and Public Health*. – 2011. – Vol. 8, No. 9. – P. 3528–3552.

3. Muminov D. A. Talabalar shaxsining virtual psixologik makonini o‘rganishga doir nazariyalar talqini // *Ta’limda istiqbolli izlanishlar: xalqaro ilmiy-metodik jurnal*. – 2025. – № 10. – B. 61–67. – ISSN 3060-527X.

4. Muminov D. A. Ijtimoiy tarmoqdan foydalanuvchilar shaxsining psixologik suverenitet xususiyatlari // *Buxoro xalqaro universiteti ilmiy axborotnomasi*. – 2025. – № 10. – B. 4–9.

5. Муминов Д. Р. Изучение виртуального психологического пространства личности студентов в зарубежной психологии // *Вестник интегративной психологии*. – 2025. – Вып. 38. – Ч. 2. – С. 301–306.