RAQAMLI MUHITNING YOSHLAR SHAXSIY IDENTIKLIGI VA O‘ZINI ANGLASH JARAYONIGA PSIXOLOGIK TA’SIRI

Mamamyusupova Iroda Hamidovna
psixologiya fanlari nomzodi, dotsent.
Axmadaliyeva Oyshaxon Kamolovna
Qo‘shma ta’lim fakulteti 1-kurs magistranti.

Annotatsiya

Mazkur maqolada raqamli muhitning yoshlar shaxsiy identikligi va o‘zini anglash jarayoniga psixologik ta’siri nazariy jihatdan tahlil qilinadi. Raqamli texnologiyalar, ijtimoiy tarmoqlar va virtual muloqotning yoshlar o‘zini idrok etishi, shaxsiy qadriyatlarini shakllantirishi, ijtimoiy taqqoslashga moyilligi va o‘ziga baho berishiga ta’sir qiluvchi jihatlari yoritiladi. Shuningdek, virtual makonda o‘zini namoyon qilish, ijtimoiy fikr-mulohazalarni qabul qilish, raqamli identiklikni shakllantirish va real hamda virtual “Men” o‘rtasidagi munosabatlar tahlil qilinadi. Xorijiy ilmiy tadqiqotlar asosida raqamli muhitning shaxs rivojlanishiga ta’siri bir xil emasligi, uning natijasi foydalanish davomiyligidan tashqari, faoliyat mazmuni, muloqot sifati va shaxsning individual xususiyatlariga ham bog‘liqligi asoslanadi. Maqola yakunida yoshlarning raqamli savodxonligi, tanqidiy fikrlashi va mustaqil o‘zini anglash qobiliyatini rivojlantirishga qaratilgan amaliy tavsiyalar ishlab chiqiladi.

Kalit so‘zlar: raqamli muhit, shaxsiy identiklik, o‘zini anglash, yoshlar psixologiyasi, ijtimoiy tarmoqlar, raqamli identiklik, o‘ziga baho berish, ijtimoiy taqqoslash, virtual muloqot, psixologik rivojlanish.

Abstract

This article theoretically examines the psychological influence of the digital environment on young people’s personal identity and self-awareness. It explores the role of digital technologies, social networks, and online communication in self-perception, value formation, social comparison, and self-esteem. Particular attention is given to online self-presentation, social feedback, digital identity, and the relationship between the real and virtual self. A review of relevant scientific studies indicates that the effects of digital environments are not uniform and depend not only on the duration of use but also on the nature of online activities, communication quality, and individual characteristics. The article concludes with practical recommendations for strengthening digital literacy, critical thinking, and independent self-awareness among young people.

Keywords: digital environment, personal identity, self-awareness, youth psychology, social networks, digital identity, self-esteem, social comparison, online communication, psychological development.

Аннотация

В статье теоретически анализируется психологическое влияние цифровой среды на личностную идентичность и самосознание молодежи. Рассматривается роль цифровых технологий, социальных сетей и виртуального общения в формировании самовосприятия, личностных ценностей, самооценки и склонности к социальному сравнению. Особое внимание уделяется самопрезентации в интернете, восприятию социальной обратной связи, формированию цифровой идентичности и соотношению реального и виртуального образа «Я». На основе анализа научных исследований обосновывается положение о том, что влияние цифровой среды зависит не только от продолжительности ее использования, но и от характера деятельности, качества общения и индивидуальных особенностей молодежи. Предлагаются рекомендации по развитию цифровой грамотности, критического мышления и самостоятельного самопознания.

Ключевые слова: цифровая среда, личностная идентичность, самосознание, психология молодежи, социальные сети, цифровая идентичность, самооценка, социальное сравнение, виртуальное общение.

1. KIRISH (INTRODUCTION)

Zamonaviy jamiyatda raqamli texnologiyalar inson hayotining ajralmas qismiga aylanib, ta’lim, mehnat, muloqot va o‘zini namoyon qilish shakllarini sezilarli darajada o‘zgartirmoqda. Internet, ijtimoiy tarmoqlar, raqamli platformalar va virtual muloqot vositalari yoshlarning axborot olish, o‘z fikrini ifodalash, ijtimoiy guruhlarga qo‘shilish va shaxsiy tajribalarini boshqalar bilan bo‘lishish imkoniyatlarini kengaytirmoqda. Shu bilan birga, raqamli muhit yoshlarning o‘zini qanday idrok etishi, shaxsiy qadriyatlarini qanday shakllantirishi va jamiyatdagi o‘rnini qanday belgilashiga ham ta’sir ko‘rsatmoqda.

Yoshlik davri shaxsiy identiklikning shakllanishi va o‘zini anglashning chuqurlashishi bilan tavsiflanadi. Bu davrda inson “Men kimman?”, “Qanday qadriyatlarga egaman?”, “Kelajakda kim bo‘lishni istayman?” kabi savollarga javob izlaydi. Shaxs o‘z qiziqishlari, qobiliyatlari, e’tiqodlari, ijtimoiy rollari va hayotiy maqsadlarini anglashga intiladi. Mazkur jarayonda oila, ta’lim muassasasi, do‘stlar va keng ijtimoiy muhit bilan bir qatorda, raqamli makon ham muhim ijtimoiy-psixologik omilga aylanmoqda.

Shaxsiy identiklik insonning o‘zini muayyan xususiyatlar, qadriyatlar, hayotiy tajribalar va ijtimoiy rollar bilan bog‘liq yaxlit shaxs sifatida his etishini anglatadi. O‘zini anglash esa shaxsning o‘z fikrlari, hissiyotlari, xatti-harakatlari, ehtiyojlari va imkoniyatlarini tushunish jarayonidir. Bu ikki hodisa o‘zaro bog‘liq bo‘lsa-da, mazmunan aynan bir xil emas. O‘zini anglash insonning ichki tajribasini tushunishiga yordam bersa, identiklik shu tajribaning nisbatan yaxlit va izchil shaxsiy tasavvurga birlashishini ifodalaydi.

Soh, Talaifar va Harari raqamli kontekstda identiklik rivojlanishini tahlil qilib, shaxs va raqamli muhit o‘rtasidagi munosabatni to‘rtta mexanizm — raqamli muhitni tanlash, uni o‘zgartirish, muhitdan javob reaksiyalarini yuzaga keltirish va olingan tajribani hayotga tatbiq etish orqali tushuntiradilar [1]. Ushbu yondashuv

raqamli texnologiyalarni shaxsga faqat tashqi ta’sir ko‘rsatuvchi vosita sifatida emas, balki shaxsning o‘zi ham faol ravishda shakllantiradigan muhit sifatida o‘rganish imkonini beradi.

Pérez-Torres tomonidan 2024-yilda e’lon qilingan tadqiqot sharhida ijtimoiy tarmoqlarning o‘smirlar identikligi bilan munosabati to‘rtta asosiy yo‘nalishda yoritilgan: o‘zini namoyon qilish, ijtimoiy taqqoslash, namuna bo‘luvchi shaxslar va onlayn auditoriya [2]. Bu yo‘nalishlar yoshlarning virtual makonda o‘zini qanday ko‘rsatishi, boshqalarning fikrini qanday qabul qilishi va shaxsiy qarashlarini qanday rivojlantirishini tushunishda muhimdir.

Avci, Baams va Kretschmerning 2025-yilda chop etilgan tizimli sharhi 32 ta tadqiqot va jami 19 658 nafar o‘smir haqidagi ma’lumotlarni qamrab olgan. Mualliflar ijtimoiy tarmoqlardan foydalanishning davomiyligidan ko‘ra, undagi faoliyat turi va mazmuni identiklik rivojlanishining ayrim ko‘rsatkichlari bilan muhimroq bog‘liqlik ko‘rsatishi mumkinligini ta’kidlaydilar [3]. Bu xulosa raqamli muhitning ta’sirini faqat ekran qarshisida o‘tkazilgan vaqt bilan baholash yetarli emasligini ko‘rsatadi.

Mazkur mavzuning dolzarbligi O‘zbekiston yoshlarining ham ta’lim, kasbiy rivojlanish, ijtimoiy munosabatlar va shaxsiy o‘zini namoyon qilishda raqamli vositalardan keng foydalanishi bilan belgilanadi. Raqamli muhitda milliy va umuminsoniy qadriyatlar, individual manfaatlar, ommaviy madaniyat hamda turli ijtimoiy qarashlar o‘zaro ta’sirlashadi. Natijada yoshlar o‘z shaxsiy qarashlarini mustaqil shakllantirish bilan bir qatorda, tashqi baholash va ommaviy tendensiyalar ta’sirini ham boshdan kechirishlari mumkin.

Tadqiqotning maqsadi — raqamli muhitning yoshlar shaxsiy identikligi va o‘zini anglash jarayoniga ta’sir ko‘rsatuvchi asosiy psixologik mexanizmlarni nazariy jihatdan tahlil qilish hamda mazkur jarayonni sog‘lom rivojlantirish bo‘yicha tavsiyalar ishlab chiqish.

Tadqiqotning vazifalari:

1. Shaxsiy identiklik va o‘zini anglash tushunchalarining psixologik mazmunini ochib berish.
2. Raqamli muhitning o‘zini namoyon qilish va o‘ziga baho berish jarayonlariga ta’sirini tahlil qilish.
3. Ijtimoiy taqqoslash, virtual fikr-mulohaza va raqamli identiklik shakllanishi mexanizmlarini yoritish.
4. Raqamli muhitning ijobiy imkoniyatlari va ehtimoliy psixologik xavflarini aniqlashtirish.
5. Yoshlarning mustaqil o‘zini anglashini qo‘llab-quvvatlashga qaratilgan tavsiyalar ishlab chiqish.

Tadqiqot obyekti — yoshlarning shaxsiy identikligi va o‘zini anglash jarayoni.

Tadqiqot predmeti — raqamli muhitning yoshlar identikligi va o‘zini anglashiga ta’sir qiluvchi psixologik mexanizmlar.

2. METODLAR (METHODS)

Maqola nazariy-tahliliy tadqiqot shaklida tayyorlandi. Tadqiqot doirasida raqamli muhit, ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish, shaxsiy identiklik, o‘zini anglash va o‘smirlik davridagi psixologik rivojlanishga bag‘ishlangan ilmiy adabiyotlar tahlil qilindi. Asosiy manbalar sifatida raqamli kontekstda identiklik rivojlanishini tushuntiruvchi nazariy sharh, ijtimoiy tarmoqlar va o‘smirlar identikligi bo‘yicha tadqiqot sharhi hamda identiklik rivojlanishiga oid tizimli adabiyotlar tahlilidan foydalanildi [1–3].

Tadqiqotda quyidagi nazariy metodlar qo‘llanildi:

- **Ilmiy adabiyotlarni tahlil qilish** — mavzu bo‘yicha mavjud nazariy qarashlar va empirik tadqiqotlarning xulosalarini o‘rganish.
- **Qiyosiy tahlil** — raqamli muhitning shaxs rivojlanishiga ijobiy va ehtimoliy salbiy ta’sirlarini taqqoslash.
- **Tizimlashtirish** — raqamli muhit bilan identiklik rivojlanishi o‘rtasidagi aloqalarni asosiy psixologik mexanizmlar bo‘yicha guruhlash.
- **Nazariy umumlashtirish** — ilmiy manbalar asosida amaliy xulosalar va tavsiyalarni shakllantirish.

Tahlilning asosiy yo‘nalishlari sifatida shaxsiy identiklikni izlash va mustahkamlash, o‘zini raqamli makonda namoyon qilish, ijtimoiy taqqoslash, tashqi fikr-mulohazalarni qabul qilish, virtual va real “Men” o‘rtasidagi muvofiqlik hamda raqamli tajribani shaxsiy hayotga tatbiq etish belgilandi.

Maqolada identiklik tushunchasi faqat internetdagi profil yoki foydalanuvchi nomi bilan cheklanmaydi. U insonning o‘ziga oid qarashlari, shaxsiy qadriyatlari, hayotiy maqsadlari va ijtimoiy rollarini anglashini ham qamrab oladi. Raqamli identiklik esa shaxsning onlayn muhitda namoyon bo‘ladigan tasviri, faoliyati, munosabatlari va raqamli izlari bilan bog‘liq jihatlarni anglatadi.

Mazkur ishda mustaqil so‘rovnoma, eksperiment yoki psixodiagnostik tadqiqot o‘tkazilmagan. Shu sababli maqoladagi natijalar nazariy umumlashtirish xarakteriga ega bo‘lib, muayyan yoshlar guruhiga tegishli original statistik ko‘rsatkichlar sifatida talqin qilinmasligi lozim.

3. NATIJALAR (RESULTS)

Nazariy tahlil raqamli muhitning yoshlar shaxsiy identikligi va o‘zini anglash jarayoniga ta’sirini bir nechta o‘zaro bog‘liq psixologik mexanizm orqali tushuntirish mumkinligini ko‘rsatadi. Bular o‘zini namoyon qilish, ijtimoiy taqqoslash, ijtimoiy fikr-mulohazalarni qabul qilish, raqamli identiklikni shakllantirish, raqamli tajribani o‘zlashtirish va tanqidiy o‘zini baholash mexanizmlaridir.

3.1. Raqamli muhitda o‘zini namoyon qilish mexanizmi

O‘zini namoyon qilish shaxsning o‘z xususiyatlari, qiziqishlari, qadriyatlari va ijtimoiy rollarini boshqalarga qanday ko‘rsatishini anglatadi. An’anaviy hayotda bu jarayon yuzma-yuz muloqot, kiyinish, nutq, xulq-atvor va kundalik faoliyat orqali amalga oshadi. Raqamli muhitda esa shaxs o‘zini profil, fotosurat, video, izoh, shaxsiy sahifa va boshqa raqamli vositalar orqali namoyon qilishi mumkin.

Virtual makon yoshlar uchun o‘z qiziqishlarini ifodalash, ijodiy ishlarini namoyish qilish, yangi ijtimoiy guruhlarga qo‘shilish va o‘z imkoniyatlarini sinab

ko‘rish maydonini yaratadi. Masalan, san’atga qiziqqan yosh o‘z ishlarini internetda namoyish etishi, ilm-fanga qiziquvchi talaba ta’limiy hamjamiyatlarda ishtirok etishi, kasbiy maqsadga ega yosh esa o‘z loyihalarini raqamli platformalarda taqdim qilishi mumkin.

Bunday faoliyat o‘z qobiliyatlarini aniqlash va shaxsiy qiziqishlarni rivojlantirishga yordam berishi mumkin. Shaxs o‘z faoliyati yuzasidan fikr-mulohaza oladi, o‘zining kuchli tomonlarini ko‘radi va kelajakdagi maqsadlarini aniqlashtiradi. Shu ma’noda, raqamli muhit identiklikni izlash va rivojlantirish uchun qo‘shimcha imkoniyat yaratadi.

Biroq o‘zini namoyon qilish tashqi auditoriya kutgan obrazni yaratishga haddan tashqari bog‘lanib qolsa, shaxs o‘zining haqiqiy qiziqishlari va ichki ehtiyojlarini ikkinchi o‘ringa surishi mumkin. Masalan, yosh o‘zi yoqtirmaydigan faoliyatni faqat ko‘proq ma’qullash olish maqsadida namoyish qilishi yoki kundalik hayotini boshqalarga mukammal ko‘rsatishga urinishi mumkin.

Pérez-Torresning tahlili o‘zini namoyon qilishni ijtimoiy tarmoqlarda identiklik shakllanishining asosiy yo‘nalishlaridan biri sifatida ko‘rsatadi [2]. Shuning uchun raqamli muhitdagi o‘zini namoyon qilishning psixologik ahamiyati uning mavjudligidan ko‘ra, qanchalik samimiy, ongli va shaxsiy qadriyatlarga muvofiq amalga oshirilishiga ham bog‘liq.

3.2. Ijtimoiy taqqoslash va o‘ziga baho berish mexanizmi

Ijtimoiy taqqoslash — insonning o‘z qobiliyatlari, tashqi ko‘rinishi, yutuqlari yoki ijtimoiy mavqeini boshqa odamlarning xususiyatlari bilan solishtirish jarayonidir. Bu jarayon shaxsning o‘z imkoniyatlarini baholashi va o‘zini ijtimoiy muhitda anglashida muayyan vazifani bajarishi mumkin.

Raqamli platformalarda yoshlar boshqa insonlarning muvaffaqiyatlari, sayohatlari, tashqi ko‘rinishi, turmush tarzi va yutuqlari haqidagi ko‘plab materiallarni ko‘radilar. Biroq bunday materiallar ko‘pincha hayotning tanlangan, tahrirlangan yoki eng ijobiy ko‘rinishlarini namoyish etadi. Natijada kuzatuvchi o‘zining kundalik hayotini boshqa insonlarning saralangan va bezatilgan tasvirlari bilan solishtirishi mumkin.

Bunday taqqoslash ayrim hollarda motivatsiyani oshiradi. Masalan, ilmiy yoki kasbiy yutuqlarni ko‘rgan yosh o‘z oldiga yangi maqsadlar qo‘yishi, bilimini oshirishga intilishi mumkin. Boshqa holatlarda esa doimiy taqqoslash o‘ziga nisbatan norozilik, yetarlicha muvaffaqiyatli emaslik hissi yoki tashqi ko‘rinishdan qoniqmaslikni kuchaytirishi mumkin.

Avci va hammualliflarining tizimli sharhida ijtimoiy tarmoqlarda boshqalar bilan taqqoslanish identiklikni izlash bilan bir qatorda, identiklik bilan bog‘liq ruhiy bezovtalik ko‘rsatkichlari bilan ham aloqador bo‘lishi mumkinligi qayd etilgan [3]. Bu natija taqqoslashning har doim zararli ekanligini emas, balki uning mazmuni, intensivligi va shaxs tomonidan qanday talqin qilinishini hisobga olish kerakligini anglatadi.

O‘ziga baho berish jarayonida yoshning ichki mezonlari muhim ahamiyatga ega. Agar inson o‘z qadrini asosan obunachilar soni, “yoqtirish” belgisi, izohlar yoki boshqa tashqi ko‘rsatkichlar orqali baholasa, o‘zini anglash jarayoni o‘zgaruvchan

tashqi fikrlarga kuchli bog‘lanib qolishi mumkin. Aksincha, shaxs o‘zining bilimlari, sa’y-harakatlari, qadriyatlari va shaxsiy rivojlanishiga ham e’tibor qaratsa, o‘ziga nisbatan muvozanatliroq munosabat shakllantirishi mumkin.

3.3. Ijtimoiy fikr-mulohazalar va tashqi tasdiqqa ehtiyoj

Ijtimoiy fikr-mulohaza insonning boshqalar tomonidan qanday qabul qilinayotganini tushunishiga yordam beradi. An’anaviy ijtimoiy muhitda bu jarayon suhbat, maqtov, tanqid, qo‘llab-quvvatlash yoki munosabatlar orqali namoyon bo‘ladi. Raqamli muhitda esa izohlar, xabarlar, obunachilar soni, reaksiyalar va ulashishlar shaxsning faoliyatiga berilgan javob sifatida qabul qilinishi mumkin.

Yoshlar uchun bunday javoblar o‘zini tushunish va ijtimoiy mansublik hissini shakllantirishda ahamiyatli bo‘lishi mumkin. Ijobiy fikr-mulohaza insonning o‘z qobiliyatlariga ishonchini oshirishi, salbiy yoki tajovuzkor izohlar esa noqulay hissiy holatlarni yuzaga keltirishi mumkin. Shu bilan birga, raqamli ko‘rsatkichlar insonning haqiqiy qadri, qobiliyati yoki shaxsiy fazilatlarini to‘liq aks ettirmaydi.

Tashqi tasdiqqa haddan tashqari ehtiyoj paydo bo‘lganda, yosh o‘z fikrini boshqalarning munosabatiga qarab tez-tez o‘zgartirishi, o‘z qiziqishlarini yashirishi yoki ommabop qarashlarga moslashishga urinishi mumkin. Bunday holatda shaxsning ichki mezonlari bilan tashqi baholash o‘rtasida ziddiyat yuzaga keladi.

Mazkur mexanizmni tushuntirishda muhim jihat shundaki, ijtimoiy fikr-mulohaza o‘z-o‘zidan salbiy hodisa emas. U o‘z ustida ishlash, xatolarni aniqlash va ijtimoiy ko‘nikmalarni rivojlantirishga yordam berishi mumkin. Muammo tashqi baholash shaxsning o‘z qadrini belgilovchi yagona mezonga aylanganda yuzaga keladi.

Shuning uchun yoshlarni raqamli muhitdagi fikr-mulohazalarni tanqidiy baholashga, asosli tanqid bilan kamsitishni farqlashga va o‘zini baholashda ichki mezonlardan ham foydalanishga o‘rgatish muhimdir.

3.4. Raqamli identiklik va real “Men” o‘rtasidagi munosabat

Raqamli identiklik insonning internetdagi faoliyati, profillari, muloqoti, raqamli izlari va o‘zini namoyon qilish usullari bilan bog‘liq shaxsiy tasviridir. U insonning real hayotdagi identikligi bilan aloqada bo‘ladi, biroq ular har doim ham to‘liq mos kelavermaydi.

Yoshlar raqamli muhitda o‘zlarining ayrim xususiyatlarini ko‘proq namoyon etishi, boshqa jihatlarini esa yashirishi mumkin. Masalan, kundalik hayotda tortinchoq bo‘lgan yosh internetda o‘z fikrini erkinroq ifodalashi mumkin. Bu holat unga o‘z imkoniyatlarini kashf etish va muloqot ko‘nikmalarini rivojlantirishga yordam berishi ehtimol.

Boshqa tomondan, virtual obraz bilan real hayotdagi tajriba o‘rtasidagi tafovut haddan tashqari kuchaysa, shaxs o‘zini boshqalarga ko‘rsatgan obraziga mos tutish uchun bosim sezishi mumkin. U doimo muvaffaqiyatli, xursand yoki jozibali ko‘rinishga intilib, o‘zining tabiiy hissiyotlarini tan olishdan qochishi mumkin.

Raqamli identiklikning shakllanishi bir martalik hodisa emas. U foydalanuvchining tajribasi, ijtimoiy aloqalari, qiziqishlari va o‘zini anglash darajasiga muvofiq o‘zgarib boradi. Shu sababli virtual va real “Men” o‘rtasidagi munosabatni faqat farq mavjudligi bilan baholash to‘g‘ri emas. Muhimi, yosh

o‘zining turli ijtimoiy rollarini anglay olishi va ular orasida shaxsiy qadriyatlarini saqlab qolishidir.

Soh, Talaifar va Harari taklif qilgan nazariy yondashuv shaxsning raqamli muhitni tanlashi, o‘zgartirishi, undan javob reaksiyalarini olishi va raqamli tajribani hayotiga tatbiq etishini o‘zaro bog‘liq mexanizmlar sifatida ko‘rib chiqadi [1]. Bu model raqamli identiklikning passiv ta’sir natijasi emas, balki shaxsning faol ishtiroki bilan shakllanadigan jarayon ekanini tushuntirishga yordam beradi.

3.5. Raqamli muhitning identiklikni izlash va rivojlantirish imkoniyatlari

Shaxsiy identiklikning shakllanishi insonning o‘z imkoniyatlarini sinab ko‘rishi, turli ijtimoiy rollarni anglab borishi va hayotiy maqsadlarini belgilashi bilan bog‘liq. Raqamli muhit bu jarayonni kengaytiruvchi qo‘shimcha imkoniyatlarni yaratishi mumkin.

Birinchidan, internet orqali yoshlar turli kasblar, ilmiy yo‘nalishlar, madaniyatlar va dunyoqarashlar haqida ma’lumot oladilar. Bu ularning o‘z qiziqishlarini aniqlashtirishi va kelajakdagi maqsadlarini shakllantirishiga ko‘maklashadi.

Ikkinchidan, raqamli hamjamiyatlar o‘xshash qiziqish va ehtiyojlarga ega insonlarni birlashtiradi. Masalan, kitobxonlik, dasturlash, til o‘rganish yoki ijodiy faoliyatga bag‘ishlangan guruhlar yoshlarning o‘zini muayyan ijtimoiy hamjamiyatning a’zosi sifatida his qilishiga yordam berishi mumkin.

Uchinchidan, raqamli vositalar shaxsiy rivojlanishni hujjatlashtirish, o‘z natijalarini kuzatish va o‘z ustida ishlash uchun qulay sharoit yaratadi. Elektron portfolio, o‘quv platformalari va ijodiy loyihalar yoshning o‘z taraqqiyotini ko‘rishiga imkon beradi.

Avci va hammualliflarining tahliliga ko‘ra, ijtimoiy tarmoqlarda faol ishtirok etish identiklikni izlashning ayrim ko‘rsatkichlari bilan bog‘langan, shuningdek, o‘zini samimiy namoyon qilish o‘zini anglashning aniqligi bilan ijobiy munosabat ko‘rsatgan [3]. Ushbu natijalar raqamli muhitdan maqsadli va mazmunli foydalanish shaxsiy rivojlanish uchun imkoniyat yaratishi mumkinligini ko‘rsatadi. Biroq bunday bog‘liqlik sababiy ta’sirni o‘z-o‘zidan isbotlamaydi.

3.6. Axborot oqimi va mustaqil fikrlashning psixologik ahamiyati

Raqamli muhitda yoshlar katta hajmdagi axborot bilan to‘qnash keladilar. Turli qarashlar, ommaviy tendensiyalar, reklama materiallari va tavsiya algoritmlari insonning qiziqishlari hamda dunyoqarashiga ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Shu sharoitda o‘zini anglash jarayoni axborotni tanlash, tekshirish va mustaqil baholash qobiliyatlari bilan chambarchas bog‘lanadi.

Agar yosh axborot manbasining ishonchliligini tekshirmasdan, ommaviy fikrni o‘z qarashi sifatida qabul qilsa, shaxsiy pozitsiyasining shakllanishi tashqi ta’sirlarga haddan tashqari bog‘liq bo‘lib qolishi mumkin. Buning oldini olish uchun dalillarni tekshirish, muqobil qarashlarni solishtirish va o‘z fikrining sabablarini tushuntirish ko‘nikmalarini rivojlantirish zarur.

Mustaqil fikrlash shaxsning boshqalardan butunlay ajralib turishini anglatmaydi. Aksincha, u turli qarashlarni tinglash, ularni tahlil qilish va shaxsiy qadriyatlarga muvofiq asoslangan xulosa chiqarish qobiliyatidir. Bunday yondashuv

yoshlarning identikligi shakllanishida ongli tanlov va mas’uliyatni kuchaytirishi mumkin.

3.7. Raqamli muhit va psixologik xavfsizlik

Raqamli muhitning imkoniyatlari bilan bir qatorda, ayrim xavf omillari ham mavjud. Kiberbulling, kamsituvchi izohlar, shaxsiy ma’lumotlarning ruxsatsiz tarqalishi, ommaviy taqqoslash va uzluksiz bildirishnomalar yoshlarning hissiy holatiga salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin.

Bunday tajribalar shaxsning o‘ziga bo‘lgan ishonchini pasaytirishi, ijtimoiy muhitdan chekinishga undashi yoki boshqalarning fikridan ortiqcha xavotirlanishiga olib kelishi mumkin. Biroq raqamli texnologiyalardan foydalanishning o‘zi barcha yoshlarda bunday oqibatlarni keltirib chiqarmaydi. Natijalar shaxsiy xususiyatlar, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash, foydalanish mazmuni va muayyan tajribaga qarab farqlanadi.

UNICEFning 2025-yildagi raqamli muhit va bolalar farovonligiga bag‘ishlangan hisoboti ham raqamli texnologiyalarning ta’sirini faqat foydalanish davomiyligi bilan emas, balki onlayn tajriba, kontent va xavfsizlik sharoitlari bilan birgalikda ko‘rib chiqish zarurligini ta’kidlaydi [4].

Shu sababli raqamli muhitda psixologik xavfsizlikni ta’minlash yoshlarning shaxsiy identikligini rivojlantirish uchun muhim shartlardan biridir. Shaxsiy chegaralarni saqlash, maxfiylik sozlamalarini tushunish, kiberbulling holatlarida yordam so‘rash va raqamli faoliyatni ongli ravishda boshqarish ko‘nikmalari rivojlantirilishi lozim.

4. MUHOKAMA (DISCUSSION)

Nazariy tahlil raqamli muhitning yoshlar shaxsiy identikligi va o‘zini anglashiga ta’siri murakkab, ko‘p omilli va ikki tomonlama jarayon ekanini ko‘rsatadi. Raqamli texnologiyalar yoshlarning o‘zini namoyon qilishi, yangi tajribalarni sinab ko‘rishi va ijtimoiy aloqalarini kengaytirishi uchun imkoniyat yaratadi. Shu bilan birga, ular tashqi baholashga qaramlik, ijtimoiy taqqoslash va o‘zini ideal obraz bilan solishtirish kabi qiyinchiliklarni ham kuchaytirishi mumkin.

Birinchi muhim xulosa shundan iboratki, raqamli muhitning ta’sirini faqat foydalanish davomiyligi orqali baholash yetarli emas. Avci va hammualliflarining tizimli sharhi ijtimoiy tarmoqlarda nima qilinishi, o‘zini qanday namoyon qilish va boshqalar bilan qanday taqqoslash amalga oshirilishiga e’tibor qaratish zarurligini ko‘rsatadi [3]. Bu raqamli faoliyatning mazmunini psixologik tahlil qilish muhimligini asoslaydi.

Ikkinchi jihat — shaxsiy identiklik va o‘zini anglashning o‘zaro bog‘liqligidir. Yoshlar o‘z qiziqishlari, qadriyatlari va ijtimoiy rollarini anglagan sari raqamli muhitda o‘zini qanday namoyon qilish borasida ongliroq qaror qabul qilishlari mumkin. Ayni vaqtda raqamli tajriba ham yangi qiziqishlar va imkoniyatlarni ochib, shaxsning o‘zi haqidagi tasavvurlarini o‘zgartirishi mumkin. Demak, munosabat bir tomonlama emas: shaxs raqamli muhitni tanlaydi va undan foydalanadi, raqamli muhitdagi tajribalar esa shaxsning o‘zini anglashiga qayta ta’sir ko‘rsatishi mumkin [1].

Uchinchi jihat — tashqi tasdiq va ichki mezonlar o‘rtasidagi muvozanat. Ijtimoiy tarmoqlardagi ma’qullashlar va izohlar yoshlar uchun foydali axborot manbai bo‘lishi mumkin. Biroq o‘z qadrini faqat shu ko‘rsatkichlar bilan belgilash shaxsiy mustaqillikni cheklashi ehtimol. Shu sababli yoshlarning o‘z maqsadlari, qadriyatlari, qobiliyatlari va sa’y-harakatlarini mustaqil baholash ko‘nikmalarini rivojlantirish muhimdir.

To‘rtinchi jihat — raqamli muhitning ijobiy va salbiy imkoniyatlarini birgalikda ko‘rib chiqish zarurati. Raqamli makon ta’lim, ijodkorlik, o‘zini namoyon qilish va ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash uchun sharoit yaratishi mumkin. Shu bilan birga, kiberbulling, maxfiylikning buzilishi va zararli ijtimoiy taqqoslash kabi muammolar mavjud. Shuning uchun raqamli texnologiyalarni butunlay ijobiy yoki mutlaqo salbiy hodisa sifatida baholash ilmiy jihatdan asosli emas.

Beshinchi jihat — yoshlarning individual va ijtimoiy sharoitlarini hisobga olishdir. Raqamli muhitning ta’siri yoshning psixologik xususiyatlari, oilaviy qo‘llab-quvvatlash, tengdoshlar bilan munosabatlar, ta’lim imkoniyatlari va foydalanilayotgan platformalarning xususiyatlariga qarab farqlanishi mumkin. Shu bois barcha yoshlar uchun bir xil psixologik natijani taxmin qilish to‘g‘ri emas.

Mazkur maqolaning cheklovi shundaki, u nazariy adabiyotlarni tahlil qilishga asoslangan bo‘lib, O‘zbekiston yoshlarida mustaqil empirik o‘lchovlar o‘tkazilmagan. Kelgusida turli ta’lim muassasalaridagi yoshlar ishtirokida tadqiqotlar o‘tkazish, raqamli faoliyat turlarini alohida o‘rganish va identiklik ko‘rsatkichlarini vaqt davomida kuzatish maqsadga muvofiq. Bu yondashuv raqamli muhit bilan shaxsiy identiklik o‘rtasidagi bog‘liqlikni mahalliy ijtimoiy-madaniy sharoitda chuqurroq tushunishga yordam beradi.

5. XULOSA (CONCLUSION)

Nazariy tahlil asosida quyidagi xulosalar shakllantirildi.

Birinchidan, raqamli muhit yoshlarning shaxsiy identikligi va o‘zini anglash jarayoniga ta’sir ko‘rsatuvchi muhim zamonaviy ijtimoiy-psixologik omildir. U yoshlarning o‘zini namoyon qilishi, yangi ijtimoiy rollarni sinab ko‘rishi, shaxsiy qiziqishlarini rivojlantirishi va o‘z qarashlarini shakllantirishiga imkon yaratadi.

Ikkinchidan, raqamli muhitning psixologik ta’siri o‘zini namoyon qilish, ijtimoiy taqqoslash, tashqi fikr-mulohazalarni qabul qilish, raqamli identiklikni shakllantirish va axborotni tanqidiy baholash kabi mexanizmlar orqali tushuntirilishi mumkin.

Uchinchidan, raqamli faoliyatning ta’sirini faqat internetdan foydalanish davomiyligi bilan baholash yetarli emas. Kontent mazmuni, faoliyat turi, muloqot sifati, o‘zini namoyon qilish usuli va individual xususiyatlar ham hisobga olinishi kerak.

To‘rtinchidan, raqamli muhit yoshlarning identiklikni izlashiga yordam berishi bilan birga, o‘zini boshqalar bilan haddan tashqari taqqoslash va tashqi baholashga qaram bo‘lish xavfini ham yuzaga keltirishi mumkin. Shu sababli yoshlarning o‘z qadrini faqat virtual ko‘rsatkichlar bilan emas, balki shaxsiy qadriyatlari, bilimlari, sa’y-harakatlari va hayotiy maqsadlari asosida baholashini qo‘llab-quvvatlash lozim.

Beshinchidan, yoshlarning sog‘lom identiklik rivojlanishini ta’minlashda raqamli savodxonlik, tanqidiy fikrlash, hissiy barqarorlik, shaxsiy chegaralarni anglash va axborot xavfsizligi ko‘nikmalarini rivojlantirish muhim ahamiyatga ega.

Umuman olganda, raqamli muhitni yoshlar shaxsiy identikligining yagona belgilovchisi sifatida emas, balki shaxsning individual xususiyatlari va ijtimoiy sharoitlari bilan o‘zaro ta’sirlashuvchi rivojlanish maydoni sifatida tushunish maqsadga muvofiq. Raqamli imkoniyatlardan ongli foydalanish yoshlarning mustaqil o‘zini anglashi, shaxsiy qadriyatlarini mustahkamlashi va ijtimoiy hayotda faol ishtirok etishini qo‘llab-quvvatlashi mumkin.

6. AMALIY TAVSIYALAR

Yoshlarning raqamli muhitda sog‘lom identiklikni shakllantirishi va o‘zini anglashini rivojlantirish maqsadida quyidagi tavsiyalar taklif etiladi:

1. **O‘zini anglashga qaratilgan refleksiv mashg‘ulotlar.** Yoshlarni o‘z qiziqishlari, qadriyatlari, kuchli tomonlari va kelajakdagi maqsadlarini yozma ravishda tahlil qilishga undash.
2. **Ijtimoiy taqqoslashni tanqidiy baholash.** Internetdagi tasvirlar va xabarlar hayotning to‘liq manzarasini aks ettirmasligi mumkinligini tushuntirish; ommaviy ko‘rsatkichlarni shaxsiy qadr mezoniga aylantirmaslikka o‘rgatish.
3. **Raqamli identiklikni ongli boshqarish.** Shaxsiy profil va e’lon qilinadigan materiallarni shaxsiy qadriyatlar, xavfsizlik va uzoq muddatli maqsadlar nuqtayi nazaridan baholash.
4. **Raqamli savodxonlikni rivojlantirish.** Axborot manbalarini tekshirish, yolg‘on ma’lumotlarni aniqlash, algoritmik tavsiyalarni tushunish va turli qarashlarni qiyoslash ko‘nikmalarini rivojlantirish.
5. **Virtual va real hayot muvozanatini qo‘llab-quvvatlash.** Yuzma-yuz muloqot, jismoniy faollik, ijodiy mashg‘ulotlar va dam olish uchun yetarli vaqt ajratish.
6. **Psixologik xavfsizlikni ta’minlash.** Kiberbulling, kamsitish yoki shaxsiy ma’lumotlarning tarqalishi holatlarida yoshlarning ishonchli kattalar, pedagoglar yoki mutaxassislardan yordam so‘rashiga sharoit yaratish.
7. **Mahalliy empirik tadqiqotlarni rivojlantirish.** O‘zbekiston yoshlarining raqamli tajribasi, identiklik ko‘rsatkichlari va o‘zini anglash xususiyatlarini ishonchli psixodiagnostik vositalar yordamida o‘rganish.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Soh, S., Talaifar, S., Harari, G. M. Identity development in the digital context // *Social and Personality Psychology Compass*. — 2024. — Vol. 18, No. 2. — Article e12940. — DOI: https://doi.org/10.1111/spc3.12940.
2. Pérez-Torres, V. Social media: a digital social mirror for identity development during adolescence // *Current Psychology*. — 2024. — Vol. 43. — P. 22170–22180. — DOI: https://doi.org/10.1007/s12144-024-05980-z.
3. Avci, H., Baams, L., Kretschmer, T. A Systematic Review of Social Media Use and Adolescent Identity Development // *Adolescent Research Review*. — 2025. — Vol. 10, No. 2. — P. 219–236. — DOI: https://doi.org/10.1007/s40894-024-00251-1.