



## SUN'IY INTELEKTNING TAFAKKUR JARAYONLARIGA PSIXOLOGIK TA'SIRI

Usmonov  
Sherzod  
Axmadjonovich

Fergana state university,  
head of psychology department(PhD),

**Annotatsiya.** Ushbu maqola sun'iy intellekt (SI) texnologiyalarining inson tafakkur jarayonlariga psixologik ta'sirini tahlil qiladi. Xususan, sun'iy intellektning xotira, diqqat, qaror qabul qilish, kreativ tafakkur va shaxsiyat shakllanishi kabi jihatlariga ta'siri ko'rib chiqiladi. Bunda sun'iy intellektning ijobiy va salbiy tomonlari o'rganilib, kognitiv rivojlanishga bo'lgan ta'siri ilmiy tadqiqotlar va amaliy misollar asosida bayon etiladi. Shuningdek, maqolada inson psixikasini himoya qilish hamda SI bilan ishlashda uni samarali qo'llash yo'llari bo'yicha tavsiyalar keltiriladi.

**Kalit so'zlar:** sun'iy intellekt, tafakkur jarayoni, psixologik ta'sir, kognitiv rivojlanish, xotira, diqqat, qaror qabul qilish, kreativ tafakkur

**Annotation:** This article analyzes the psychological impact of artificial intelligence (AI) technologies on human cognitive processes. Specifically, it examines AI's effects on memory, attention, decision-making, creative thinking, and personality development. The study explores both positive and negative aspects of AI, illustrating its influence on cognitive development through scientific research and practical examples. Additionally, the article provides recommendations on how to use AI effectively while safeguarding human mental well-being.

**Keywords:** artificial intelligence, cognitive process, psychological impact, cognitive development, memory, attention, decision-making, creative thinking

**Аннотация:** В статье анализируется психологическое влияние технологий искусственного интеллекта (ИИ) на процессы человеческого мышления. В частности, рассматривается влияние ИИ на память, внимание, принятие решений, креативное мышление и формирование личности. Исследование охватывает как положительные, так и отрицательные стороны ИИ, иллюстрируя его влияние на когнитивное развитие с помощью научных исследований и практических примеров. Кроме того, в статье приведены рекомендации по эффективному использованию ИИ с целью защиты психического благополучия человека.

**Ключевые слова:** искусственный интеллект, когнитивный процесс, психологическое влияние, когнитивное развитие, память, внимание, принятие решений, креативное мышление

Sun'iy intellekt (SI) hozirgi kunda inson tafakkurini o'zgartirib yuborayotgan kuchli texnologiyalardan biridir. Uning inson ongiga ta'siri, xususan, qaror qabul qilish, xotira, diqqat va kreativ tafakkur kabi asosiy jarayonlarga qaratilmoqda. SI yordamida

inson faoliyatining turli sohalarida samaradorlik oshirilmoqda, ammo bu bilan birga insonning o'zi qanday o'zgarayotganini o'rganish ham dolzarbdir. Maqola sun'iy intellekt va inson tafakkuri o'rtasidagi murakkab aloqalarni yoritishga qaratilgan bo'lib, uning ijobiy va salbiy jihatlarini ko'rsatib beradi.

Sun'iy intellektning inson tafakkur jarayonlariga umumiy ta'siri turli xil jihatlardan ko'rinadi. Birinchidan, sun'iy intellekt texnologiyalari bilan muloqotda bo'lish odat tusiga kirib borar ekan, inson ongidagi jarayonlar yangi axborotga nisbatan shaffof va tezkorlik bilan ishlashga o'rganmoqda. SI o'quv jarayonlarida ham keng qo'llaniladi, bu esa insonning yangi bilimlarni tez o'zlashtirishiga ko'maklashmoqda.

Shu bilan birga, SI bilan doimiy muloqot inson tanqidiy tafakkur qobiliyatlariga ta'sir ko'rsatishi mumkin. Masalan, odamlar murakkab masalalarni hal qilishda sun'iy intellekt tavsiyalariga ishonishlari va o'z tafakkurlarini kamroq qo'llashlari kuzatilmoqda. Bu esa insonni passiv qabul qiluvchi holatiga olib kelishi ehtimolini oshiradi. Shu jihatdan, SI bilan ishlashda mustaqil fikrlash qobiliyatlarini saqlash muhim ahamiyat kasb etadi.

Xotira va diqqat inson tafakkurining asosiy komponentlari hisoblanadi. Sun'iy intellektdan foydalanish natijasida bu jarayonlarga qator ta'sirlar kuzatilmoqda. Misol uchun, SI yordamida katta hajmdagi ma'lumotlarni tezda eslab qolish va o'zlashtirish imkoniyati ortdi. Bunda inson o'ziga kerakli axborotni SI yordamida saqlab, istalgan paytda unga murojaat qilishi mumkin. Bu yengillik, o'z navbatida, xotira jarayonlarini avtomatlashtirish imkonini yaratadi, ammo insonda o'z xotira qobiliyatidan foydalanish ehtiyoji kamayishi mumkin.

Diqqat masalasiga keladigan bo'lsak, SI orqali foydalanuvchilar e'tiborini samarali tashkil qilish imkoniyatiga ega bo'lsa-da, SI texnologiyalarining ko'p vazifalilikni ta'minlash xususiyati diqqatning bir joyda to'planishiga xalaqit berishi mumkin. Ko'p vazifali qurilmalardan foydalanish inson diqqatini bo'lib qo'yadi va u uzoq vaqt davomida e'tiborini bir nuqtaga jamlash qobiliyatini yo'qotishi mumkin.

Sun'iy intellekt insonning qaror qabul qilish jarayonlariga sezilarli ta'sir ko'rsatmoqda. Ko'plab tashkilotlar va odamlar muammolarni hal qilishda SI algoritmlaridan foydalanmoqda. Masalan, biznes sohasida sun'iy intellekt yirik ma'lumotlar asosida tahliliy qarorlar qabul qilishni tezlashtirmoqda. Bu esa, bir tomondan, qaror qabul qilishning samaradorligini oshiradi va yangi imkoniyatlar yaratadi.

Ammo shuni ta'kidlash kerakki, SI yordamida qabul qilinadigan qarorlar odatda avtomatlashtirilgan tavsiyalar va algoritmik yechimlarga asoslanadi. Bu esa insonni SI tavsiyalariga qattiq bog'lanib qolishiga olib kelishi mumkin, natijada o'ziga xos fikrlash va mantiqiy yondashuvlar qobiliyatiga ta'sir ko'rsatadi. Shu sababli, qaror qabul qilishda sun'iy intellektga haddan tashqari ishonish insonning o'zining muammolarni hal qilish qobiliyatini susaytirishi mumkin.

Kreativ tafakkur inson tafakkurining eng muhim jihatlaridan biri bo'lib, yangi g'oyalar yaratish, muammolarni noyob yondashuvlar bilan hal qilish va ijodiy qobiliyatlarni o'z ichiga oladi. Sun'iy intellekt bu jarayonlarda insonni qo'llab-quvvatlay oladi, masalan, SI yordamida yangi musiqalar yaratish, rasmlar chizish yoki innovatsion texnologiyalarni ishlab chiqish mumkin.

Biroq, SI orqali kreativ tafakkur jarayonlari avtomatlashtirilsa, insonning ijodiy qobiliyatlari cheklanishi mumkin. Sun'iy intellektning kreativ yondashuvga nisbatan xatti-harakatlari odamni o'z g'oyalari tanqidiy baholashdan va chuqur mulohaza yuritishdan uzoqlashtirishi mumkin. Shuning uchun, SI orqali ijod qilishda uning yordamchi vosita sifatida ishlatilishi, lekin inson kreativ tafakkurini boshqarish qobiliyatini saqlab qolishi muhim.

Sun'iy intellekt texnologiyalaridan foydalanishda inson psixikasini himoya qilish muhim. Inson SI bilan ishlash jarayonida haddan tashqari texnologiyaga bog'lanib qolmasligi uchun bir qator chora-tadbirlar ko'rilishi lozim. Masalan, SI dan foydalanish vaqtini cheklash, texnologiyalardan dam olish kunlarini ajratish, doimiy ravishda o'z tafakkur qobiliyatini mustahkamlashga qaratilgan mashg'ulotlar bilan shug'ullanish kognitiv salomatlikni saqlashda foydali bo'lishi mumkin.

Bundan tashqari, SI bilan ishlashda shaxsiy tafakkur qobiliyatlarini rivojlantirish va o'z fikrlash qobiliyatlarini qo'llab-quvvatlash uchun SI texnologiyalarini asosiy vosita sifatida emas, balki qo'llab-quvvatlovchi vosita sifatida ishlatish tavsiya etiladi. Bu SI bilan ishlashda psixologik balansni saqlashga va tafakkur jarayonlarini optimallashtirishga yordam beradi.

Sun'iy intellekt texnologiyalari inson tafakkur jarayonlariga ijobiy va salbiy ta'sir ko'rsatmoqda. U insonning bilim olish, xotira, diqqat va ijodiy tafakkur jarayonlarini rivojlantirishda samarali vosita bo'lsa-da, haddan tashqari texnologiyaga bog'lanish kognitiv qobiliyatlarni susaytirishi mumkin. Ushbu maqolada keltirilgan tahlillar va tavsiyalar sun'iy intellekt bilan muloqotda bo'lish jarayonida inson tafakkurini mustahkamlash va uni himoya qilishning samarali usullarini aniqlashga yordam

#### **FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI.**

1. M.Isaqova, M.Zakirova, F. Soliyev, M.Yuldasheva, Sh. Usmonov. Umumiy psixologiya.Darslik. -Far'ona, 2023 y.- 706 bet
2. Howitt D., Cramer D. Introduction to SPSS Statistics in Psychology. For version 19 and earlier. 5th edition. Pearson Education Limited. 2011. — 624pp.
3. Баротов.Ш.Р. Психологик хизмат: Магистрлар учун дарслик. – Т.: “Наврўз” нашриёти, 2018. – 60-74 б.