

GLOBALLASHUV JARAYONIDA YOSHLARNING AXBOROT TEKNOLOGIYALARI VA SMARTFONLARDAN FOIDALANISHING XOTIRA JARAYONIGA KO'RSATAYOTGAN TA'SIRI

Xalmuratova Dilaram Abdikarimovna

Nizomiy nomidagi O'zbekiston Milliy Pedagogika Universiteti
"Psixologiya" kafedrasida o'qituvchisi. Tel: +998998594853

Ikromitdinova Fotima

Nizomiy nomidagi O'zbekiston Milliy Pedagogika Universiteti
"Pedagogika-psixologiya va inkluziv ta'lim" fakulteti
"Maxsus pedagogika: Surdopedagogika" yo'nalishi talabasi.

Аннотация: В статье рассматривается влияние использования информационных технологий и смартфонов молодёжью в условиях глобализации на процессы памяти. Отмечается, что чрезмерная зависимость от цифровых устройств приводит к снижению концентрации внимания и ухудшению запоминания информации. В работе предложены рекомендации по формированию культуры использования смартфонов и развитию памяти в цифровую эпоху.

Ключевые слова: глобализация, молодёжь, информационные технологии, смартфон, память, цифровая культура, когнитивная деятельность, интернет.

Annotation: This article analyzes the impact of young people's use of information technologies and smartphones on memory processes in the context of globalization. It is noted that excessive dependence on digital devices leads to reduced attention span and weakened memory retention. The study provides recommendations for developing smartphone usage culture and strengthening memory functions in the digital age.

Keywords: globalization, youth, information technology, smartphone, memory, digital culture, cognitive activity.

XXI asrda globallashuv jarayoni insoniyat hayotining barcha jabhalariga, ayniqsa yosh avlodning dunyoqarashi va fikrlash tarziga chuqur ta'sir ko'rsatmoqda. Axborot texnologiyalari, internet va smartfonlar yoshlar hayotining ajralmas qismiga aylanib bormoqda. Internetning ommalashuvi, mobil ilovalarning kengayishi va zamonaviy qurilmalarning qulayligi tufayli odamlar muloqot qilish, bilim olish, ish yuritish va hordiq chiqarishda ulardan faol foydalanmoqda. Smartfonlar nafaqat aloqa vositasi, balki shaxsiy yordamchi, bilim manbai va kundalik turmushni yengillashtiruvchi qudratli texnologiyaga aylandi. Axborot texnologiyalarining rivojlanishi esa insoniyat taraqqiyotiga katta hissa qo'shib, ta'lim, sog'liqni saqlash, biznes va madaniyat sohalarida yangi imkoniyatlarni yuzaga chiqardi. Shu jihatdan, ular hayot sifatini oshirish va global aloqalarni

mustahkamlashda muhim omil bo'lib xizmat qilmoqda. Axborot texnologiyalari va smartfonlarning keng tarqalishi nafaqat kundalik turmushni, balki butun iqtisodiyotni ham tubdan o'zgartirmoqda. Raqamli xizmatlar, onlayn savdo va elektron to'lov tizimlari orqali iqtisodiy jarayonlar ancha tezlashdi va qulaylashdi. Bugungi kunda odamlar birgina smartfon yordamida bank xizmatlaridan foydalanish, mahsulot xarid qilish yoki xizmatlar uchun to'lovlarni amalga oshirish imkoniyatiga ega. Bu esa nafaqat vaqt va resurslarni tejaydi, balki iqtisodiyotda shaffoflikni oshiradi, soliq tushumlarining ortishiga ham xizmat qiladi. Shuningdek, axborot texnologiyalariga asoslangan yangi ish o'rinlari paydo bo'lishi, startaplar va innovatsion loyihalarning rivojlanishi iqtisodiy o'sishga sezilarli hissa qo'shmoqda. Smartfonlar orqali biznes yuritish imkoniyatlari kengayib, kichik tadbirkorlik ham global bozorga chiqish imkoniyatiga ega bo'lib bormoqda.

Ushbu vositalar insonning axborotga bo'lgan ehtiyojini tez va oson qondirsada, ulardan ortiqcha foydalanish natijasida kognitiv jarayonlar, xususan, xotira faoliyatida ma'lum o'zgarishlar yuzaga kelmoqda. Smartfon va axborot texnologiyalari inson xotirasini rivojlantirish va qo'llab-quvvatlash jarayonida muhim ahamiyat kasb etadi. Masalan, elektron kundaliklar, eslatmalar va kalendardan foydalanish insonlarga vaqtni to'g'ri boshqarish, muhim voqealarni esdan chiqarmaslik imkonini beradi. Shuningdek, onlayn ensiklopediyalar, ilmiy maqolalar va turli o'quv dasturlari orqali bilim doirasini kengaytirish, yangi ma'lumotlarni tezkor va oson o'zlashtirish mumkin. Turli xil interaktiv o'yinlar va ilovalar esa xotira mashqlari sifatida xizmat qilib, kognitiv qobiliyatlarni yaxshilashga yordam beradi. Bunday imkoniyatlar insonning faolligini oshirib, o'qish va ishlash jarayonini samaraliroq qiladi. Mazkur mavzuning dolzarbligi shundaki, zamonaviy yoshlar katta hajmdagi ma'lumotni tez qabul qilishga majbur bo'layotgan bir paytda, eslab qolish, diqqatni jamlash va uzoq muddatli xotirani saqlash qobiliyatlari sekin-asta pasayib bormoqda. Shu sababli global davrda axborot texnologiyalarining yoshlar xotirasiga ta'sirini ilmiy asosda o'rganish muhim ahamiyat kasb etadi.

Globallashuv va raqamli muhitda yoshlarning ijtimoiylashuviga ta'sir ko'rsatuvchi omillari sifatida quyidagi jarayonlarni ko'rishimiz mumkin:

1. Globallashuv natijasida jamiyatda axborotning tezkor almashinuvi, turli madaniyat va g'oyalarning keng tarqalishi kuzatilmoqda. Yoshlar bu jarayonning faol ishtirokchisi sifatida internet, ijtimoiy tarmoqlar va smartfonlar orqali yangi axborot muhitida ijtimoiylashmoqdalar. Bu holat ularning fikrlash uslubi, dunyoqarashi va xotira faoliyatida yangi tendensiyalarni yuzaga keltirmoqda.

2. Axborot texnologiyalari va kognitiv jarayonlar o'rtasidagi bog'liqlik

Psixologiya fanlarida xotira, diqqat va fikrlash inson kognitiv faoliyatining asosiy komponentlari hisoblanadi. Axborot texnologiyalari orqali ma'lumotni tez qabul qilish imkoniyati ortgani bilan, uni chuqur tahlil qilish va xotirada saqlash darajasi kamaymoqda. Bu holat "informatsion ortiqchalik" (information overload) deb ataladi. Yoshlar orasida "raqamli xotira" fenomeni - ya'ni ma'lumotni eslab qolish o'rniga uni topishni yodda saqlash tendensiyasi - tabiiy xotira tizimining faoliyatini susaytiradi.

3. Smartfonlardan foydalanishning xotiraga ta'siri. Smartfonlar yoshlarning kundalik hayotida muloqot, ta'lim va hordiq vositasi sifatida muhim o'rin tutadi. Biroq ularni uzluksiz ishlatish diqqatning parchalanganligi, ma'lumotni chuqur eslab qolish qobiliyatining pasayishiga olib keladi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, smartfonlardan tez-tez foydalanadigan yoshlar orasida qisqa muddatli xotira faoliyatining sekinlashuvi, assotsiativ fikrlashning susayishi kuzatiladi. Bu esa ta'lim jarayonida ma'lumotni o'zlashtirish sifati pasayishiga sabab bo'ladi.

4. Xotirani rivojlantirish va axborot madaniyatini shakllantirish yo'llari

Yoshlarda xotirani mustahkamlash uchun axborot texnologiyalaridan maqsadli va me'yorli foydalanish madaniyatini shakllantirish zarur. Buning uchun ta'lim muassasalarida "axborot gigiyenasi", "diqqatni boshqarish" va "raqamli ongli faoliyat" bo'yicha mashg'ulotlarni yo'lga qo'yish maqsadga muvofiqdir. Shu bilan birga, milliy qadriyatlar va an'anaviy ta'lim usullari asosida eslab qolish, yod olish va fikrni izchil ifoda etish kabi ko'nikmalarni rivojlantirish ham muhim ahamiyatga ega. Doimiy ravishda raqamli qurilmalarga murojaat qilish odati insonni ma'lumotlarni mustaqil eslab qolishdan ko'ra, texnologiyaga tayanishga o'rgatadi. Bunday holat asta-sekin diqqatning susayishi, esda saqlash qobiliyatining pasayishi va kognitiv jarayonlarning zaiflashuviga sabab bo'lishi mumkin. Bundan tashqari, raqamli muhitda ortiqcha vaqt o'tkazish insonlarning ijtimoiy muloqotini cheklab, tabiiy ravishda shakllanadigan xotira mashqlarini kamaytiradi.

Quyida olimlarning tadqiqot va maqolalari ham buni tasdiqlaydi.

-Xitoydagi 6-dan 18 yoshgacha bo'lgan o'quvchilarda smartfondan muntazam foydalanish ularning uyqu sifati va kundalik xotirasiga salbiy ta'sir qilishi aniqlangan. Uyqudagi buzilishlar xotira natijalarini yomonlashtiradi.

- Universitet talabalari ishtirokida telefon yaqinligining o'qish va xotiraga ta'siri tekshirilgan. Telefon yonida bo'lsa va odam telefonga doimiy ravishda fikr bilan qarasa, xotira va yodda saqlash qobiliyati pasayishi kuzatilgan.

-Xitoy va Filippin talabalari o'rtasida telefon qaramligi (addiction) va uyqu sifati o'rtasidagi bog'liqlik tekshirilgan; natijalar shuni ko'rsatadiki, telefon qaramligi kundalik xotira (daily memory)ga salbiy ta'sir qilmoqda va uyqu sifati bu ta'sirda vositalashuvchi (mediator) rolini o'ynaydi.

-Tehrandagi kattalar ishtirokida smartfon qaramligi ortiqcha bo'lganda kognitiv (e'tibor, xotira) muammolar hamda jismoniy og'riqlar paydo bo'lishi aniqlangan.

-Internetdan muammoli darajada foydalanish, aloqalar muammolari va odamlarning internetni ishlatish motivatsiyasi "yolg'izlik" hissini kuchaytirishi mumkinligi ko'rsatilgan.

- ICT (axborot va kommunikatsiya texnologiyalari) yolg'izlik va ijtimoiy bog'lanish (social connectedness) o'rtasidagi munosabatlar bo'yicha keng ko'lamli sharh - ba'zi foydalanish turlari yolg'izlikni oshirishi, boshqa turlari esa ijtimoiy aloqalarni saqlashga yordam berishi mumkin, degan xulosaga kelinadi.

Ushbu tadqiqotlar asosida quyidagi xulosalarni keltirish mumkin:

Doimiy smartfon va internetdan foydalanish, ayniqsa uyqu vaqtiga yaqin paytlarda, uyqu siklini buzadi, uyqu sifatini pasaytiradi. Uyqu yomon bo'lsa, xotira konsolidatsiyasi (ya'ni ma'lumotlarning ong ostidan ong ustiga o'tishi) zaiflashadi.

Telefon yaqinligida bo'lish yoki telefonga doimiy ravishda fikr bilan murojaat qilish (ya'ni "telefon haqida o'ylash") e'tiborning parchalanishiga olib keladi, bu esa xotira yodda saqlash, eslab qolish imkoniyatlarini pasaytiradi. Raqamli qaramlik (smartphone addiction) yolg'izlik hissini kuchaytirishi mumkin: odamlar real ijtimoiy muloqot o'rnini onlayn muloqot, ijtimoiy tarmoqlarda faollik yoki doimiy tekshirish odatlariga almashtiradi, bu esa yuzma-yuz aloqalarning kamayishi orqali yolg'izlikka olib keladi.

Globallashuv va axborot texnologiyalarining tez sur'atlar bilan rivojlanishi yoshlar hayotida katta imkoniyatlar yaratmoqda, biroq bu jarayon ularning kognitiv faoliyati, ayniqsa xotira qobiliyatiga salbiy ta'sir ko'rsatmoqda. Axborot ortiqchasi, smartfonlarga qaramlik va diqqatning parchalanganligi yoshlarning eslab qolish qobiliyatini susaytiradi. Shu bois ta'lim va tarbiya jarayonida axborot texnologiyalaridan to'g'ri va me'yorli foydalanish madaniyatini shakllantirish, xotirani rivojlantiruvchi psixologik mashqlar hamda samarali ta'lim usullarini keng joriy etish dolzarb masala hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Karimova V. M. Psixologiya asoslari. – Toshkent: Innovatsiya-Ziyo, 2018. – 320 b.
2. Rasulova D. Yoshlar psixologiyasi va raqamli avlod muammolari. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2020. – 276 b.
3. Ochildiyev A. Globallashuv davrida yoshlarning axborot maydonidagi ijtimoiylashuvi // Ta'lim va taraqqiyot. – 2022. – №2. – B. 45–52.
4. Shodiyeva M. Axborot texnologiyalari ta'sirida xotira va tafakkur jarayonlari // Psixologiya va pedagogika muammolari. – 2021. – №4. – B. 33–39.
5. To'xtayeva N. Zamonaviy axborot texnologiyalarining ta'lim jarayonidagi psixologik jihatlari. – Toshkent: O'zbekiston Milliy universiteti nashriyoti, 2019. – 210 b.