IQRO JURNALI , IQRO JOURNAL, ИКРО ЖУРНАЛИ
ISSN:2181-4341| wordlyknowledge.uz/index.php/iqro
Volume 21 Issue 02 MAY 2026

KIBERPSIXOLOGIYA: RAQAMLI MUHITDA SHAXS RIVOJLANISHINING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Sharifova E'zoza Azimjon qizi

Toshkent Davlat Tibbiyot Universiteti Chirchiq filiali Farmatsiya,

psixologiya va xalqaro fakultet Psixologiya yo'nalishi 2-kurs talabasi

ezozasharifova150@gmail.com

Tel:+998 88 363 50 06

ANNOTATSIYA

Mazkur maqolada kiberpsixologiyaning nazariy asoslari, raqamli muhitning shaxs rivojlanishiga ta'siri hamda virtual makonda inson psixikasida yuz beradigan o'zgarishlar tahlil qilingan. Shuningdek, ijtimoiy tarmoqlar, sun'iy intellekt texnologiyalari va raqamli kommunikatsiyaning shaxsning kognitiv, emotsional hamda ijtimoiy rivojlanishiga ta'siri ilmiy manbalar asosida yoritilgan. Tadqiqot davomida kiberpsixologiyaning zamonaviy psixologiya fanidagi o'rni, raqamli muhitning inson xulq-atvoriga ta'sir mexanizmlari hamda internet makonida yuzaga kelayotgan yangi psixologik hodisalar nazariy jihatdan tahlil qilindi. Tadqiqot natijalari raqamli texnologiyalarning inson hayotidagi ahamiyati ortib borayotganligi va ularning shaxs rivojlanishiga ko'rsatadigan ijobiy hamda salbiy ta'sirlarini chuqur o'rganish zarurligini ko'rsatadi.

Kalit so'zlar: kiberpsixologiya, raqamli muhit, shaxs rivojlanishi, ijtimoiy tarmoqlar, sun'iy intellekt, virtual muloqot, internet, psixologik salomatlik, raqamli texnologiyalar, kognitiv rivojlanish.

АННОТАЦИЯ

В данной статье анализируются теоретические основы киберпсихологии, влияние цифровой среды на развитие личности и психологические изменения, происходящие в виртуальном пространстве. Рассматривается влияние социальных сетей, технологий искусственного интеллекта и цифровой коммуникации на когнитивное, эмоциональное и социальное развитие личности. В ходе исследования теоретически изучены место киберпсихологии в современной психологической науке, механизмы влияния цифровой среды на поведение человека, а также новые психологические феномены, возникающие в интернет-пространстве. Результаты исследования показывают возрастающую роль цифровых технологий в жизни человека и необходимость более глубокого изучения их положительных и отрицательных психологических последствий.

Ключевые слова: киберпсихология, цифровая среда, развитие личности, социальные сети, искусственный интеллект, виртуальное общение, интернет, психологическое здоровье, цифровые технологии, когнитивное развитие.

ABSTRACT

This article analyzes the theoretical foundations of cyberpsychology, the impact of the digital environment on personality development, and the psychological changes occurring in virtual spaces. The study examines the influence of social networks, artificial intelligence technologies,

and digital communication on cognitive, emotional, and social development. It also explores the role of cyberpsychology in modern psychological science, the mechanisms through which digital environments affect human behavior, and the emergence of new psychological phenomena in cyberspace. The findings highlight the growing significance of digital technologies in human life and emphasize the need for a deeper understanding of their positive and negative psychological consequences for personality development.

Keywords: cyberpsychology, digital environment, personality development, social networks, artificial intelligence, virtual communication, internet, psychological health, digital technologies, cognitive development.

KIRISH

XXI asr axborot texnologiyalari asri sifatida inson hayotining barcha jabhalariga sezilarli ta’sir ko‘rsatmoqda. Raqamli texnologiyalarning jadal rivojlanishi natijasida internet, ijtimoiy tarmoqlar, sun’iy intellekt tizimlari va virtual kommunikatsiya vositalari inson kundalik hayotining ajralmas qismiga aylandi. Mazkur o‘zgarishlar nafaqat iqtisodiy va ijtimoiy sohalarga, balki inson psixikasiga ham kuchli ta’sir ko‘rsatmoqda. Shu sababli raqamli muhitning shaxs rivojlanishiga ta’sirini o‘rganish zamonaviy psixologiya fanining dolzarb yo‘nalishlaridan biri hisoblanadi. So‘nggi yillarda kiberpsixologiya mustaqil ilmiy yo‘nalish sifatida shakllanib, inson va raqamli texnologiyalar o‘rtasidagi o‘zaro munosabatlarning psixologik jihatlarini tadqiq etishga qaratilgan fan sifatida rivojlanmoqda. Kiberpsixologiya internetdan foydalanish, virtual muloqot, ijtimoiy tarmoqlardagi xulq-atvor, onlayn identifikatsiya, raqamli qaramlik va sun’iy intellekt bilan bog‘liq psixologik jarayonlarni o‘rganadi. Ushbu yo‘nalishning paydo bo‘lishi inson faoliyatining tobora ko‘proq qismi virtual makonga ko‘chib borayotgani bilan izohlanadi. Raqamli muhit insonning kognitiv, emotsional va ijtimoiy rivojlanishiga bevosita ta’sir ko‘rsatadi. Bir tomondan, internet va zamonaviy texnologiyalar axborot olish, bilimlarni egallash, muloqot qilish va ijodiy faoliyatni rivojlantirish uchun keng imkoniyatlar yaratadi. Ikkinchi tomondan esa, virtual makonda ortiqcha vaqt o‘tkazish, ijtimoiy tarmoqlarga qaramlik, kiberbulling, yolg‘izlik hissining ortishi va emotsional zo‘riqish kabi salbiy oqibatlarni yuzaga keltirishi mumkin. Shu bois raqamli muhitning shaxs rivojlanishiga ta’sirini kompleks tarzda o‘rganish muhim ilmiy ahamiyat kasb etadi. Bugungi kunda ayniqsa yoshlar va talabalar raqamli texnologiyalarning eng faol foydalanuvchilari hisoblanadi. Ular ta’lim olish, muloqot qilish, dam olish va kasbiy rivojlanish jarayonlarida internet va ijtimoiy tarmoqlardan keng foydalanadilar. Bu esa raqamli muhitning yoshlar dunyoqarashi, qadriyatlari, xulq-atvori va psixologik holatiga ta’sirini yanada kuchaytiradi. Shuning uchun ham kiberpsixologik tadqiqotlarda yoshlar auditoriyasi alohida e’tibor markazida turadi. Xorijiy tadqiqotchilar orasida J. Suler, K. Young, S. Turkle, M. Griffiths va boshqa olimlar kiberpsixologiya rivojiga katta hissa qo‘shganlar. Ularning ilmiy ishlarida internetga qaramlik, virtual identiklik, onlayn kommunikatsiya va raqamli muhitning psixologik ta’siri masalalari keng yoritilgan. Mazkur tadqiqotlar kiberpsixologiyaning zamonaviy psixologiya fanidagi o‘rni va ahamiyatini belgilashda muhim nazariy asos bo‘lib xizmat qiladi. Mahalliy psixologiya fanida ham raqamli texnologiyalar va inson psixikasi o‘rtasidagi munosabatlarni o‘rganishga qiziqish ortib bormoqda. Axborot texnologiyalarining ta’lim tizimiga kirib kelishi, masofaviy ta’lim shakllarining rivojlanishi hamda sun’iy intellekt texnologiyalarining kundalik hayotga joriy etilishi ushbu yo‘nalishdagi tadqiqotlar zaruratini yanada kuchaytirmoqda. Mavzuning dolzarbligi shundaki, zamonaviy jamiyatda inson hayotining tobora ko‘proq qismi raqamli makonda kechmoqda. Bu esa shaxs

rivojlanishiga yangi imkoniyatlar bilan bir qatorda yangi psixologik muammolarni ham olib kelmoqda. Shu sababli kiberpsixologik jarayonlarni chuqur o‘rganish va raqamli muhitning inson psixikasiga ta’sir mexanizmlarini aniqlash muhim ilmiy va amaliy ahamiyatga ega. Tadqiqotning maqsadi raqamli muhitda shaxs rivojlanishining psixologik xususiyatlarini hamda kiberpsixologiyaning nazariy asoslarini tahlil qilishdan iborat. Tadqiqotning vazifalari sifatida kiberpsixologiya tushunchasining mazmunini yoritish, raqamli muhitning shaxs rivojlanishiga ta’sirini tahlil qilish, virtual kommunikatsiyaning psixologik xususiyatlarini aniqlash va raqamli texnologiyalarning ijobiy hamda salbiy oqibatlarini ilmiy jihatdan baholash belgilandi. Tadqiqot obyekti sifatida raqamli muhitda shakllanadigan psixologik jarayonlar tanlandi. Tadqiqot predmeti esa raqamli texnologiyalarning shaxs rivojlanishiga ko‘rsatadigan psixologik ta’siri hisoblanadi.

Mazkur tadqiqot natijalari kiberpsixologiyaning nazariy asoslarini boyitish, raqamli muhitning shaxs rivojlanishiga ta’sirini chuqurroq tushunish hamda yoshlarning psixologik salomatligini mustahkamlash bo‘yicha ilmiy tavsiyalar ishlab chiqishga xizmat qiladi.

METODLAR

Mazkur tadqiqotda kiberpsixologiya va raqamli muhitning shaxs rivojlanishiga ta’sirini o‘rganishda nazariy-tahliliy yondashuvdan foydalanildi. Tadqiqot empirik ma’lumotlarga emas, balki mahalliy va xorijiy ilmiy adabiyotlar, monografiyalar, ilmiy maqolalar hamda zamonaviy psixologik konsepsiyalarni o‘rganish va tahlil qilish asosida amalga oshirildi. Tadqiqotning asosiy maqsadi kiberpsixologiyaning nazariy asoslarini yoritish, raqamli muhitning shaxs rivojlanishiga ta’sirini aniqlash hamda ushbu jarayonda yuzaga keladigan psixologik o‘zgarishlarni ilmiy manbalar asosida tahlil qilishdan iborat bo‘ldi. Tadqiqotning metodologik asosini zamonaviy psixologiya, kiberpsixologiya, media psixologiyasi va shaxs rivojlanishi nazariyalari tashkil etdi. Ilmiy tahlil jarayonida J. Suler, K. Young, S. Turkle, M. Griffiths kabi xorijiy olimlarning kiberpsixologiyaga oid ilmiy ishlari, shuningdek, shaxs rivojlanishi va psixologik moslashuv masalalariga bag‘ishlangan ilmiy manbalar o‘rganildi. Shu bilan birga, raqamli texnologiyalarning inson psixikasiga ta’siri bilan bog‘liq zamonaviy ilmiy qarashlar ham tahlil qilindi. Tadqiqot davomida ilmiy adabiyotlarni tahlil qilish, qiyosiy tahlil, tizimlashtirish va umumlashtirish metodlaridan foydalanildi. Ilmiy manbalarni tahlil qilish orqali kiberpsixologiya tushunchasining mohiyati, uning predmeti va asosiy yo‘nalishlari aniqlashtirildi. Qiyosiy tahlil yordamida turli olimlarning raqamli muhit va shaxs rivojlanishi haqidagi qarashlari o‘zaro taqqoslandi. Tizimlashtirish metodi orqali raqamli texnologiyalarning kognitiv, emotsional va ijtimoiy rivojlanishga ta’siri yagona ilmiy tizimga keltirildi. Umumlashtirish usuli esa mavjud nazariy qarashlar asosida umumiy ilmiy xulosalar chiqarish imkonini berdi. Tahlil jarayonida raqamli muhitning shaxs rivojlanishiga ko‘rsatadigan ijobiy va salbiy ta’sirlari alohida o‘rganildi. Xususan, internet va ijtimoiy tarmoqlarning axborot olish, bilimlarni kengaytirish, muloqot imkoniyatlarini rivojlantirishdagi ahamiyati bilan bir qatorda, internetga qaramlik, kiberbulling, virtual identiklik muammolari va emotsional zo‘riqish kabi salbiy jihatlari ham ilmiy manbalar asosida tahlil qilindi. Shuningdek, sun’iy intellekt texnologiyalarining inson tafakkuri va psixologik jarayonlariga ta’siri masalalariga ham e’tibor qaratildi. Mazkur tadqiqot nazariy xarakterga ega bo‘lib, unda eksperimental yoki statistik usullardan foydalanilmadi. Asosiy e’tibor mavjud ilmiy bilimlarni tahlil qilish, tizimlashtirish va umumlashtirishga qaratildi. Bu esa kiberpsixologiyaning nazariy asoslarini chuqurroq yoritish hamda raqamli muhitning shaxs rivojlanishidagi o‘rnini ilmiy jihatdan asoslash imkonini berdi.

Tadqiqotda qo‘llanilgan metodologik yondashuv kiberpsixologik jarayonlarni kompleks tarzda tahlil qilish, raqamli muhitning shaxs rivojlanishiga ta’sirini aniqlash hamda ushbu sohada mavjud ilmiy qarashlarni tizimlashtirish imkoniyatini yaratdi. Olingan nazariy natijalar kiberpsixologiyaning zamonaviy psixologiya fanidagi o‘rnini belgilash va kelgusidagi ilmiy tadqiqotlar uchun nazariy asos bo‘lib xizmat qiladi.

NATIJALAR

Ilmiy manbalar tahlili shuni ko‘rsatadiki, kiberpsixologiya zamonaviy psixologiya fanining jadal rivojlanayotgan yo‘nalishlaridan biri hisoblanadi. Ushbu yo‘nalish insonning raqamli muhit bilan o‘zaro munosabati jarayonida yuzaga keladigan psixologik hodisalar va qonuniyatlarni o‘rganishga qaratilgan. Raqamli texnologiyalarning hayotning barcha sohalariga kirib borishi natijasida inson faoliyatining muhim qismi virtual makonda amalga oshirilmoqda. Bu esa shaxs rivojlanishi, muloqot jarayonlari, emotsional holatlar va kognitiv faoliyatda yangi psixologik o‘zgarishlarning yuzaga kelishiga sabab bo‘lmoqda. Tadqiqot natijalari raqamli muhitning shaxs rivojlanishiga ko‘rsatadigan ta’siri ikki tomonlama xarakterga ega ekanligini ko‘rsatdi. Bir tomondan, internet va zamonaviy axborot texnologiyalari inson uchun cheksiz bilim manbai, yangi kommunikativ imkoniyatlar va ijodiy rivojlanish vositasi sifatida xizmat qiladi. Raqamli texnologiyalar tufayli inson qisqa vaqt ichida katta hajmdagi axborotga ega bo‘lishi, dunyoning istalgan nuqtasidagi insonlar bilan muloqot qilishi va turli ta’lim resurslaridan foydalanishi mumkin. Bu holat ayniqsa talaba yoshlarning bilim olish imkoniyatlarini kengaytirish va kasbiy rivojlanishini qo‘llab-quvvatlashda muhim ahamiyat kasb etadi. Biroq raqamli muhitning salbiy jihatlari ham mavjud. Nazariy manbalar internet va ijtimoiy tarmoqlardan haddan tashqari foydalanish inson psixologiyasiga salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkinligini ko‘rsatadi. Xususan, virtual makonda uzoq vaqt qolish diqqatning tarqoqlashuvi, emotsional charchoq, uyqu buzilishlari va real ijtimoiy munosabatlarning qisqarishiga olib kelishi mumkin. Ayrim hollarda esa internetga qaramlik shakllanib, bu insonning kundalik faoliyati va psixologik salomatligiga salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Tahlillar ijtimoiy tarmoqlarning shaxs rivojlanishidagi o‘rni alohida e’tiborga loyiq ekanligini ko‘rsatdi. Bugungi kunda ijtimoiy tarmoqlar nafaqat muloqot vositasi, balki o‘zini namoyon qilish, fikr almashish va shaxsiy identiklikni shakllantirish maydoniga ham aylangan. Virtual makonda yaratiladigan obrazlar ko‘pincha real hayotdagi shaxs qiyofasidan farq qiladi. Bu esa ba’zi hollarda insonning o‘zini baholashi va o‘ziga bo‘lgan munosabatiga ta’sir etishi mumkin. Ayniqsa yoshlar orasida boshqalar bilan doimiy taqqoslash, ideal obrazlarga intilish va ijtimoiy tasdiqqa ehtiyojning ortishi emotsional zo‘riqishlarga sabab bo‘lishi mumkin. Tadqiqot davomida virtual kommunikatsiyaning psixologik xususiyatlari ham tahlil qilindi. Virtual muloqot insonlarga geografik masofalardan qat’i nazar bir-biri bilan aloqada bo‘lish imkoniyatini yaratadi. Shu bilan birga, yuzma-yuz muloqotda mavjud bo‘lgan emotsional signallar va noverbal vositalarning cheklanganligi ayrim kommunikativ qiyinchiliklarni yuzaga keltirishi mumkin. Natijada insonlar o‘rtasidagi munosabatlarning mazmuni va sifati o‘zgaradi. Virtual makondagi anonimlik esa ayrim hollarda agressiv xatti-harakatlar va kiberbulling kabi salbiy hodisalarning paydo bo‘lishiga sabab bo‘ladi. Nazariy tahlillar kiberbulling muammosining dolzarbligini ham ko‘rsatdi. Kiberbulling internet va ijtimoiy tarmoqlar orqali amalga oshiriladigan psixologik zo‘ravonlik shakli bo‘lib, u insonning emotsional holatiga jiddiy zarar yetkazishi mumkin. Ayniqsa o‘smirlar va talabalar orasida kiberbullingning uchrashi tashvish, depressiv holatlar va ijtimoiy yakkalanishga olib kelishi mumkin. Shu sababli zamonaviy psixologiyada kiberbullingning oldini olish va unga qarshi kurashish muhim vazifalardan biri sifatida qaralmoqda. Tadqiqot natijalari sun’iy intellekt texnologiyalarining psixologik ta’siri masalasiga ham e’tibor qaratish zarurligini ko‘rsatdi.

Sun’iy intellekt tizimlari inson hayotini yengillashtirish, axborotni qayta ishlash va ta’lim jarayonlarini takomillashtirishda muhim ahamiyat kasb etmoqda. Shu bilan birga, sun’iy intellektga haddan tashqari tayanish mustaqil fikrlash va muammolarni hal qilish ko‘nikmalarining pasayishiga sabab bo‘lishi mumkin. Bu holat ayniqsa yoshlar orasida tanqidiy fikrlash va ijodiy yondashuvning rivojlanishiga ta’sir ko‘rsatishi ehtimolini yuzaga keltiradi. Shuningdek, raqamli muhit insonning kognitiv jarayonlariga ham sezilarli ta’sir ko‘rsatadi. Axborot oqimining nihoyatda tezlashishi natijasida insonning diqqatini uzoq vaqt davomida bir obyektga qaratishi qiyinlashmoqda. Buning natijasida qisqa muddatli axborotni tez qabul qilish qobiliyati rivojlanayotgan bo‘lsa-da, chuqur tahliliy fikrlash va uzoq muddatli diqqatni saqlash ko‘nikmalari ma’lum darajada zaiflashishi mumkin. Umuman olganda, o‘tkazilgan nazariy tahlillar raqamli muhit shaxs rivojlanishiga kuchli ta’sir ko‘rsatayotganligini tasdiqlaydi. Ushbu ta’sir ijobiy va salbiy jihatlarga ega bo‘lib, uning natijalari insonning individual xususiyatlari, texnologiyalardan foydalanish madaniyati va ijtimoiy muhit bilan chambarchas bog‘liqdir. Kiberpsixologik jarayonlarni chuqur o‘rganish zamonaviy jamiyatda inson psixologik salomatligini saqlash va raqamli texnologiyalardan oqilona foydalanish strategiyalarini ishlab chiqishda muhim ahamiyat kasb etadi.

MUHOKAMA

Mazkur tadqiqot natijalari zamonaviy jamiyatda kiberpsixologiyaning ahamiyati tobora ortib borayotganligini ko‘rsatadi. Raqamli texnologiyalar inson hayotining ajralmas qismiga aylangan bir sharoitda shaxs rivojlanishining psixologik jihatlarini virtual muhitdan ajratgan holda tasavvur qilish qiyin. O‘rganilgan ilmiy manbalar va nazariy qarashlar kiberpsixologiyaning nafaqat yangi ilmiy yo‘nalish, balki zamonaviy psixologiyaning istiqbolli tarmoqlaridan biri ekanligini tasdiqlaydi. Tadqiqot davomida aniqlangan natijalar xorijiy olimlarning ilmiy qarashlari bilan uyg‘unlik kasb etadi. Jumladan, J. Suler virtual muhit inson xulq-atvoriga real hayotdan farqli ta’sir ko‘rsatishini ta’kidlaydi. Uning fikricha, internetdagi anonimlik, jismoniy masofaning mavjud emasligi va virtual identiklik insonlarning o‘zini tutish uslublarini o‘zgartiradi. Tadqiqot natijalari ham virtual makonda insonlarning o‘z fikrlarini erkinroq ifodalashi va ayrim hollarda real hayotda namoyon qilmaydigan xatti-harakatlarni ko‘rsatishi mumkinligini tasdiqlaydi. K. Young tomonidan olib borilgan tadqiqotlar internetga qaramlik fenomenining shakllanish mexanizmlarini tushuntirib beradi. Muallif internetdan haddan tashqari foydalanish insonning ijtimoiy faolligi, emotsional holati va kundalik faoliyatiga salbiy ta’sir ko‘rsatishini qayd etadi. Mazkur tadqiqotda ham internet va ijtimoiy tarmoqlardan me’yoridan ortiq foydalanish diqqatning pasayishi, vaqtni boshqarishdagi qiyinchiliklar va psixologik qaramlik xavfini kuchaytirishi mumkinligi aniqlandi.

Shuningdek, S. Turkle raqamli texnologiyalar insonlar o‘rtasidagi muloqot shakllarini tubdan o‘zgartirayotganini ta’kidlaydi. Uning fikricha, virtual kommunikatsiya imkoniyatlari kengaygan bo‘lsa-da, real ijtimoiy munosabatlarning chuqurligi ayrim hollarda kamayishi mumkin. Tadqiqot natijalari ham mazkur qarashlarni qo‘llab-quvvatlaydi. Chunki virtual muloqot insonlarni bir-biriga yaqinlashtirish bilan bir qatorda, real emotsional aloqalarning zaiflashishiga ham olib kelishi ehtimoldan xoli emas. Muhokama jarayonida sun’iy intellekt texnologiyalarining shaxs rivojlanishiga ta’siri alohida e’tiborga loyiq ekanligi aniqlandi. So‘nggi yillarda sun’iy intellekt asosidagi dasturlar ta’lim, tibbiyot, iqtisodiyot va kundalik hayotning ko‘plab sohalarida keng qo‘llanilmoqda. Bu esa insonning axborot bilan ishlash usullari, qaror qabul qilish jarayonlari va kognitiv faoliyatida yangi o‘zgarishlarni yuzaga keltirmoqda. Bir tomondan, sun’iy intellekt bilim olish va ma’lumotlarni qayta ishlash imkoniyatlarini kengaytirsa, ikkinchi tomondan, insonning mustaqil fikrlashi va muammolarni hal qilish ko‘nikmalariga ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Tadqiqot natijalari yoshlar orasida raqamli

madaniyatni rivojlantirish zarurligini ham ko‘rsatdi. Raqamli texnologiyalardan samarali va xavfsiz foydalanish ko‘nikmalarini shakllantirish nafaqat texnik bilimlarni, balki psixologik savodxonlikni ham talab qiladi. Shu sababli ta’lim muassasalarida media savodxonlik, kiberxavfsizlik va raqamli etikaga oid bilimlarni keng targ‘ib qilish muhim ahamiyatga ega. Shuningdek, kiberbulling, internetga qaramlik va virtual stress kabi muammolar zamonaviy psixologik xizmatlar faoliyatida alohida e’tibor talab qiladigan masalalar sirasiga kiradi. Ushbu muammolarning oldini olish uchun profilaktik dasturlar ishlab chiqish, psixologik maslahat xizmatlarini takomillashtirish va yoshlar bilan muntazam psixoprofilaktik ishlarni tashkil etish zarur. Umuman olganda, olib borilgan nazariy tahlillar kiberpsixologiyaning zamonaviy psixologiya fanidagi o‘rni va ahamiyati tobora ortib borayotganligini ko‘rsatadi. Raqamli muhitning shaxs rivojlanishiga ta’siri murakkab va ko‘p qirrali bo‘lib, ushbu jarayonlarni chuqur o‘rganish kelajakdagi ilmiy izlanishlarning muhim yo‘nalishlaridan biri bo‘lib qoladi. Shu bois kiberpsixologiya sohasidagi tadqiqotlarni kengaytirish va raqamli texnologiyalarning inson psixikasiga ta’sirini yanada chuqurroq tahlil qilish dolzarb ilmiy vazifalardan biri hisoblanadi.

XULOSA

Mazkur tadqiqotda kiberpsixologiyaning nazariy asoslari hamda raqamli muhitning shaxs rivojlanishiga ta’siri ilmiy adabiyotlar asosida tahlil qilindi. O‘tkazilgan nazariy tahlillar shuni ko‘rsatdiki, axborot texnologiyalarining jadal rivojlanishi inson hayot tarzini, muloqot shakllarini va psixologik jarayonlarini sezilarli darajada o‘zgartirmoqda. Natijada kiberpsixologiya zamonaviy psixologiya fanining dolzarb va istiqbolli yo‘nalishlaridan biri sifatida shakllanib bormoqda. Tadqiqot natijalari raqamli muhitning shaxs rivojlanishiga ko‘rsatadigan ta’siri murakkab va ko‘p qirrali ekanligini ko‘rsatdi. Bir tomondan, internet va raqamli texnologiyalar inson uchun yangi bilimlar olish, kasbiy rivojlanish, ijodiy faoliyatni kengaytirish hamda global kommunikatsiya imkoniyatlarini yaratadi. Ayniqsa ta’lim sohasida raqamli texnologiyalar bilim olishning samaradorligini oshirish va axborotga tezkor kirish imkoniyatlarini kengaytirishda muhim vosita bo‘lib xizmat qilmoqda. Boshqa tomondan, raqamli muhitning ayrim salbiy jihatlari ham mavjud. Internetga qaramlik, kiberbulling, virtual stress, emotsional zo‘riqish va real ijtimoiy munosabatlarning qisqarishi kabi holatlar inson psixologik salomatligiga salbiy ta’sir ko‘rsatishi mumkin. Shu sababli raqamli texnologiyalardan foydalanishda muvozanatni saqlash va raqamli madaniyatni rivojlantirish muhim ahamiyat kasb etadi. Nazariy tahlillar ijtimoiy tarmoqlar shaxsning o‘zini namoyon qilishi, identifikatsiyasi va kommunikativ faolligiga ta’sir etishini ko‘rsatdi. Virtual makon insonlarga keng muloqot imkoniyatlarini yaratish bilan birga, ayrim hollarda o‘zini baholash darajasi va emotsional holatga ham ta’sir qilishi mumkin. Ayniqsa yoshlar orasida virtual obrazlar va real shaxsiyat o‘rtasidagi tafovut psixologik muammolar yuzaga kelishiga sabab bo‘lish ehtimoli mavjud. Tadqiqot davomida sun’iy intellekt texnologiyalarining shaxs rivojlanishidagi o‘rni ham tahlil qilindi. Sun’iy intellekt ta’lim, kasbiy faoliyat va kundalik hayotda inson imkoniyatlarini kengaytirayotgan bo‘lsa-da, undan foydalanishda tanqidiy fikrlash va mustaqil qaror qabul qilish ko‘nikmalarini saqlab qolish muhimligi aniqlandi. Zamonaviy sharoitda texnologik taraqqiyot bilan psixologik xavfsizlik o‘rtasidagi muvozanatni ta’minlash dolzarb vazifalardan biri hisoblanadi. Shuningdek, kiberpsixologik tadqiqotlar yoshlar orasida psixologik savodxonlikni oshirish, media madaniyatni rivojlantirish va internetdan oqilona foydalanish ko‘nikmalarini shakllantirish zarurligini ko‘rsatmoqda. Ta’lim muassasalarida media savodxonlik, raqamli etikaga rioya qilish va kiberxavfsizlik bo‘yicha bilimlarni keng targ‘ib qilish yoshlarning psixologik salomatligini mustahkamlashga xizmat qiladi. Umuman olganda, kiberpsixologiya raqamli jamiyat sharoitida inson psixikasida yuz berayotgan o‘zgarishlarni tushunish va izohlash imkonini beruvchi muhim

ilmiy yo‘nalish hisoblanadi. Raqamli muhitning shaxs rivojlanishiga ta’sirini chuqur o‘rganish kelajakda insonning psixologik farovonligini ta’minlash, texnologik taraqqiyotning salbiy oqibatlarini kamaytirish va raqamli madaniyatni rivojlantirishga xizmat qiladi. Shu bois kiberpsixologiya bo‘yicha ilmiy tadqiqotlarni yanada kengaytirish va ushbu yo‘nalishning nazariy hamda amaliy asoslarini takomillashtirish zamonaviy psixologiyaning muhim vazifalaridan biri bo‘lib qoladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1.G‘oziev E.G‘. Psixologiya. – Toshkent: O‘qituvchi, 2008.

2.Davletshin M.G‘. Umumiy psixologiya. – Toshkent: O‘qituvchi, 2002.

3.Nishonova Z.T. Rivojlanish psixologiyasi. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2017.

4.Karimova V.M. Psixologiya. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2012.

5.Vohidov M.V. Bolalar va o‘smirlar psixologiyasi. – Toshkent: O‘qituvchi, 2007.

6.Haydarov F.I., Xalilova N.I. Psixologiya asoslari. – Toshkent, 2010.

7.Nishonova Z.T., Alimuhamedov D.A. Yosh davrlari psixologiyasi. – Toshkent: O‘zbekiston faylasuflari milliy jamiyati nashriyoti, 2018.

8.To‘laganova G.K. Shaxs psixologiyasi. – Toshkent: Universitet, 2020.

9.G‘aniyev B.M. Zamonaviy psixologiyaning dolzarb masalalari. – Toshkent, 2021.

10.O‘zbekiston Respublikasi Oliy ta’lim tizimida raqamli transformatsiya masalalari bo‘yicha ilmiy maqolalar to‘plami. – Toshkent, 2023.

11.Suler J. The Psychology of Cyberspace. – New York: Rider University Press, 2004.

12. Suler J. The online disinhibition effect. CyberPsychology & Behavior. 2004. Vol. 7(3). P. 321–326.

13.Young K.S. Caught in the Net: How to Recognize the Signs of Internet Addiction. – New York: Wiley, 1998.

14.Young K.S. Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. CyberPsychology & Behavior. 1998. Vol. 1(3). P. 237–244.

15.Turkle S. Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other. – New York: Basic Books, 2011.

16. Turkle S. Reclaiming Conversation. – New York: Penguin Books, 2015.

17.Griffiths M. Internet addiction: Fact or fiction? The Psychologist. 1999. Vol. 12(5). P. 246–250.

18.Wallace P. The Psychology of the Internet. – Cambridge University Press, 2016.

19.Joinson A.N. Understanding the Psychology of Internet Behaviour. – London: Palgrave Macmillan, 2003.

20. Carr N. The Shallows: What the Internet Is Doing to Our Brains. – New York: W.W. Norton, 2010.

21.Greenfield S. Mind Change: How Digital Technologies Are Leaving Their Mark on Our Brains. – London: Rider Books, 2015.

22.Goleman D. Emotional Intelligence. – New York: Bantam Books, 1995.

23.Bandura A. Self-Efficacy: The Exercise of Control. – New York: W.H. Freeman, 1997.

24.Castells M. The Internet Galaxy: Reflections on the Internet, Business and Society. – Oxford University Press, 2001.

25.Livingstone S. Children and the Internet. – Cambridge: Polity Press, 2009.