



**YOSHLARNING IJTIMOIIY TARMOQLARDAN FOYDALANISHI:
FOYDA VA ZARARLARI**

Shamsiddinova Dinara

*Iqtisodiyot va pedagogika universiteti
ingliz tili 2- bosqich talabasi*

Annotatsiya: *Bugungi kunda ijtimoiy tarmoqlar yoshlar hayotining ajralmas qismiga aylangan. Ular muloqot qilish, ma'lumot olish va o'zlarini rivojlantirishda katta ahamiyat kasb etadi. Shu bilan birga, ijtimoiy tarmoqlar ruhiy salomatlikka salbiy ta'sir ko'rsatishi, real hayotdagi muloqotni susaytirishi va vaqtni isrof qilish kabi muammolarni keltirib chiqarishi mumkin. Ushbu maqolada yoshlarning ijtimoiy tarmoqlardan foydalanishining foydalari, zararli jihatlari va ulardan to'g'ri foydalanish yo'llari tahlil qilinadi.*

Kalit so'zlar: *ijtimoiy tarmoqlar, yoshlar, foyda, zarar, kiberxavfsizlik, vaqt taqsimoti, maqsadli foydalanish.*

Prezidentimiz Shavkat Mirziyoyevning "Ma'naviyat va ma'rifat ishini vatanparvarlik ishi, vijdon ishi" ekanligi to'g'risidagi qarashlarining mazmun-mohiyatini har bir fuqaroga, xususan, yoshlar ongi, qalbi va ichki dunyosiga singdirish zarur. Sarhadsiz internet dunyosiga kirgan yoshlar vaqt, umr g'animat ekanini doimo yodda saqlamog'i lozim. Virtual muloqotning avj olishi jonli muloqotga bo'lgan ehtiyojning pasayib ketishiga sabab bo'lmoqda. Shuni aytish kerakki, bugungi kunda jamiyatimizda o'zining doimiy ko'rishib turadigan yaqinlari bilan ham ijtimoiy tarmoqlarda muloqot qiluvchi insonlar ko'pchilikni tashkil etmoqda. Bunday muloqot esa real voqelikdan ayri holda kechadi va inson o'zining hissiy kechinmalarini tasvirlab bera olmaydi. Yoshlar kamolotiga, ularning hulqatvoriga va intellektiga bir qancha omillar ta'sir etadi. Bu o'rinda esa albatta, jamiyatda alohida nufuzga ega bo'lgan internet vositalarining roli beqiyosdir. Muhtaram Prezidentimiz I.Karimov o'zlarining bir qator ma'ruzalarida "Biz butun dunyoni qurshab olgan internetni cheklay olmaymiz" – deb ta'kidlab o'tganlar.

Foydalari: Ijtimoiy tarmoqlar yoshlarning bilim olish va rivojlanishida muhim rol o'ynaydi. Ular orqali yoshlar onlayn kurslar, darslar va ta'limiy resurslardan foydalanib, o'z ko'nikmalarini oshirishi mumkin. Masalan, YouTube, Telegram kabi platformalar yoshlarga o'quv materiallarini yetkazib beradi.

Shuningdek, ijtimoiy tarmoqlar masofalarni qisqartirib, oila a'zolari va do'stlar bilan aloqa qilishni osonlashtiradi. Yoshlar o'z iqtidorlarini namoyish qilish, ijodiy loyihalar yaratish va tadbirkorlik faoliyatlarini yo'lga qo'yish imkoniyatiga ega. Masalan, Instagram va TikTok kabi platformalarda blog yaratib, mashhurlikka erishayotgan yoshlar ko'pchilikni ilhomlantirmoqda.

Zararlari: Ijtimoiy tarmoqlarning haddan tashqari foydalanilishi yoshlarning ruhiy salomatligiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Ko'pincha, yoshlar tarmoqlarda



TANQIDIY NAZAR, TAHLILIY TAFAKKUR VA INNOVATION G'OYALAR



ko'rsatilayotgan "ideal hayot"ni o'z hayotlari bilan solishtirib, o'zlariga past baho berishadi. Bundan tashqari, vaqtni samarasiz sarflash va real hayotdagi muhim vazifalardan chalg'ish holatlari kuzatiladi.

Yana bir muhim jihat – yolg'on ma'lumotlar va kiberxavfsizlik xavflaridir. Ijtimoiy tarmoqlarda shaxsiy ma'lumotlarning noqonuniy foydalanilishi yoki firibgarlik holatlari yoshlarni xavf ostiga qo'yadi. Shu bilan birga, qaramlik hissi kuchayib, real hayotdagi muloqot va ijtimoiy ko'nikmalarning susayishiga olib keladi

Nimalarga E'tibor Qaratish Kerak? Ijtimoiy tarmoqlardan foydalanishda yoshlar quyidagilarga e'tibor qaratishlari lozim:

Maqsadli foydalanish: Yoshlar ijtimoiy tarmoqlarni ta'lim olish, tadqiqot olib borish va kasbiy rivojlanish uchun ishlatishi kerak.

Vaqt taqsimoti: Har kuni ma'lum vaqt chegarasini belgilash, vaqtni foydasiz kontentga sarflamaslik muhimdir.

Kiberxavfsizlik: Shaxsiy ma'lumotlarni himoya qilish va firibgarliklardan saqlanish uchun xavfsizlik choralariga rioya qilish.

Sog'lom muvozanatni saqlash: Virtual hayot va real hayot orasida sog'lom muvozanatni ushlab turish.

Ijtimoiy tarmoqlar zamonaviy yoshlar uchun katta imkoniyatlarni ochib beradi. Ammo u bilan bog'liq xavf-xatarlar ham mavjud. Yoshlar o'z vaqtlarini to'g'ri taqsimlab, maqsadli foydalanishni o'rganishlari lozim. Shu bilan birga, ota-onalar va ta'lim muassasalari yoshlarni nazorat qilib, ularga to'g'ri yo'nalish berishi zarur. Shundagina ijtimoiy tarmoqlar yoshlarning hayotini yanada mazmunli va chiroyli qilishi mumkin.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Baxtiyorov Sh. "Ijtimoiy tarmoqlarning ruhiy salomatlikka ta'siri" – Toshkent, 2023.
2. Hasanov N. "Zamonaviy yoshlar va raqamli texnologiyalar" – Samarqand, 2022.
3. World Health Organization (WHO). "Social Media Impact on Youth Mental Health," 2023.
4. Anderson M. & Jiang J. "Teens, Social Media & Technology 2023." Pew Research Center.
5. Kaplan A. M., Haenlein M. "Users of the World, Unite! The Challenges and Opportunities of Social Media." Business Horizons, 2022.