

GLOBALLASHUV SHAROITIDA SHAKLLANAYOTGAN O'SMIR SHAXSIGA
IJTIMOIY TARMOQLARNING AHAMIYATI**Muqimov Shakarshoh Otabekovich***Osiyo xalqaro universiteti 1-bosqich magistri*

Annotatsiya: *Biz yoshlarga berilayotgan shart-sharoitlar kishini quvontiradi. Har bir amalga oshirilayotgan islohotlar yoshlarni yanada bilim olishi, izlanishi, sport bilan shug'ullanishini talab etmoqda. Men g'urur va iftihar bilan aytishim mumkunki yoshlarga e'tibor kelajakka e'tibor demakdir. Hozirgi kunda internet tarmoqlaridan foydalanish kundalik turmushga aylanib bormoqda. Ijtimoiy tarmoqlardan foydalanishning foydali va samarali tomonlariniham ko'rishimiz mumkun. Masalan mobil telefonlar orqali yaqinlarimiz bilan muloqot jarayonlari ish faoliyatlarini tezlik bilan hal qilishimiz, google, youtube va telegram tarmoqlaridan o'zimizga kerakli bo'lgan malumotlarni tezda olishimiz mumkun. Hozirgi vaqtda talabalar uchun ham qulayliklar yaratilmoqda shu jumladan o'quv jarayonlarining model kiridit tizimiga o'tishi malumotlarni elektron shaklida hemis platformasiga joylash, talabalarga qulayliklar tug'dirmoqda. Ijtimoiy tarmoqlarning foydali tomonlari ko'p bo'lganday uning salbiy va dolzarb tomonlarini ham unutmasligimiz lozim.*

Kalit so'zlar: *o'smirlilik, internet, psixologik xizmat, axborot.*

Internet bu – hozirgi zamon talabidagi yagona ommabop kompyuter tarmog'i hisoblanib, bizga barcha sohalarga oid noaniqlik ya'ni ongimizga mavhum bo'lgan tushunchalar haqida ochiq, oddiy va ravon ma'lumot beruvchi axborot manbaidir. Tabiiyki, hozirgi kunda ushbu omilga bo'lgan ehtiyojmandlar soni kundan kunga ortib bormoqda. Mazkur tarmoq butun dunyo miqyosida global tarmoqdir. Zero unda mavjud yangiliklardan xabardor etuvchi matnlar, tasvir hamda ovoz xizmatlari va bir qator imkoniyatlar barcha jabhada katta yengilliklarni yuzaga keltirayotgan bo'lsada, ammo ikkinchi tomondan insoniyatni beixtiyor virtual olamga jalb etib bormoqda. Ayniqsa, bu ta'sir doirasidan o'smir yoshlar ham yo'q emas.

Shuningdek, Konstitutsiyamizning 41-moddasida bepul umumiy ta'lim olish huquqining yoshlar uchun kafolatlangani ham e'tiborga molikdir. Yoshlar o'z iqtidor va iste'dodlarini to'la namoyon etishga haqlidirlar. Hozirgi kunda prezident maktablari, Temurbeklar maktabi, ijod va ixtisoslashtirilgan maktablarda yoshlarga berilayotgan zamonaviy ta'lim-tarbiya Yangi Renessansning mustahkam poydevori bo'lsa, oliy ta'lim sohasidagi islohotlar va imkoniyatlar ustunidir. Davlatimiz rahbari tomonidan yosh avlodni shakllantirishga qaratilgan tarbiya masalalariga alohida e'tibor qaratilmoqda. Jumladan, davlatimiz rahbari Shavkat Mirziyoyev deyarli barcha islohotlarning poy-devorisifatida yoshlarni qo'llab-quvvatlash siyosatida ko'rayotganining yaqqol tasdig'i sifatida boshlang'ich, o'rta va oliy ta'lim islohotlarini ko'rishimiz mumkun. Bu islohotlarning yutug'i esa, bu sohadagi korrupsiyaga qarshi

kurashni, hamda yoshlarning davlat va qonunlarga ishonchini ortirmoqda. Hozirgi kunda mamlakatimizda chuqur, keng qamroʻvli iqtisodiy, siyosiy, ijtimoiy, madaniy, maʼnaviy islohotlar amalga oshirilmoqda. Jamiyat maʼnaviy yuksalish va yangilanish sari yuz tutgan. Jamiyat maʼnaviyatini yuksaltirish davlat siyosatining ustuvor yoʻnalishi hisoblanadi. Mustaqilligimizning ilk yillaridanoq jismonan sogʻlom, maʼnanetuk shaxs yaratishga eʼtibor berila boshlandi. Bu boradagi ishlarni aniq, maqsadli amalga oshirish uchun davlat ahamiyatiga molik dasturlar, rejalar ishlab chiqildi. Mamlakat kelajagi uchun sogʻlom, dunyoqarashi keng, ham jismonan ham ruhan sogʻlom avlodlarni yaratish hamda ularni yetishtirish uchun psixologiya sohasiga alohida eʼtibor berilmoqda. Soʻnggi yillarda mamlakatda psixologiya sohasida pedagog kadrlarni tayyorlash hamda amalyotchi psixologlar faoliyatini qoʻllab-quvvatlashga oid bir qator ishlar amalga oshirildi. Xususan: Yurtboshimiz tomonidan aholiga psixologik xizmat koʻrsatish va psixologiya sohasida kadrlar tayyorlash tizimini tubdan takomillashtirish chora-tadbirlari toʻgʻrisidagi qarori loyihasi eʼlon qilindi. Psixologiya sohasiga qaratilayotgan bunday eʼtibor uning sohasiboʻlgan tibbiyot psixologiyasining ham rivojiga xizmat qilmoqda. Inson salomatligi azaliy va koʻp qirrali masala boʻlib, hozirgi globallashuvning markaziy nuqtasida turadi. Jamiyatni muqarrar halokatdan olib qolish uchun sogʻlom, baquvvat avlodni tarbiyalashimiz hayotiy zaruratdir. Bugungi zamon shiddati hayotimizni internet yoki ijtimoiy tarmoqlarsiz aslo tasavvur etib boʻlmazligini namoyon qilmoqda. Aksariyat odamlarning faoliyati internet, ijtimoiy tarmoqlar va telegram kanallari orqali dunyoda sodir boʻlayotgan kundalik yangiliklardan xabardor boʻlish, ularni bir-biriga uzatish bilan bogʻliq. Mobil telefonining yaratilishi insoniyat uchun haqiqiy inqilobdir. Eng achinarli tomoni yoshlarni ijtimoiy tarmoqqa bogʻlanib qolishi kishini oʻylantiradi. Masalan, qoʻl telefoni inson sogʻligiga zarardir. Mobil telefondan chiqayotgan nur inson miya hujayralariga jiddiy taʼsir qilib, uni turli xavfli kasalliklarga duchor etadi. Ammo bugungi kunda telefon oʻsmirlarimiz hayotidagi muhim vositalardan biriga aylangan. Koʻpchilik yoshlarimiz ijtimoiy tarmoqlarga qaram boʻlib qolganini xattoki oʻzlari ham sezishmaydi. Instagram, tik-tok vatelegram tarmoqlaridaxarxil bexayo videolarni koʻrib oʻz yaqinlariga nisbatan mexr-oqibat tuygʻusini yoʻqotib qoʻyayotganday goʻyo. Koʻcha-koʻyda yigit-qizlarning qoʻlidan telefon tushmaydi. Aksariyat yoshlar oʻzlarining qimmatli vaqtlarini behuda sarflab, ijtimoiy tarmoqlardan kun boʻyi foydalanishadi. Shu tariqa, ular deyarli barcha axborotga ega boʻlishadi va oʻz dunyoqarashidan kelib chiqib, u yoki bu masalaga munosabat bildirishadi. Biroq bildirilgan munosabatlarning barchasini saviyali, yaʼni maʼnaviyatli kishilarning fikri, deb boʻlmaydi, albatta. Ayniqsa, bugungi kunda etarli bilim va koʻnikmalarga ega boʻlmagan kimsalar ham toʻgʻri yo notoʻgʻriligini oʻylab oʻtirmasdan, ijtimoiy tarmoqlarda tarqatilgan har qanday maʼlumot yuzasidan yoxud baʼzi masalalarga bilim va salohiyati etadimi, yoʻqmi, bundan qatʼi nazar, oʻz fikrini

bildirishadi. To'g'ri, hozir texnika asri, texnika imkoniyatlari cheksiz. Ba'zan katta yoshli insonlar ham telefonda soatlab gaplashishadi. Aslida telefonda foydalan-ganda qarama-qarshi tomon salomatligini bilish uchun 4 daqiqa yetarli bo'lar ekan. Biz cheksiz internet, cheksiz telefon imkoniyatlariga o'rganib qolib, o'z atrofi-mizdagi voqealarga befarq qarayapmiz. Virtual olamda o'z tanishlarimiz bilan soat-lab gaplashyapmiz, kamiga virtual olamda sevyapmiz, do'stlashyapmiz, guldek oilamizni shu «do'st»lar bilan munosabatlar orqali buzyapmiz. Hozirgi kunga kelib butun dunyo uyali aloqa abonentlarining soni 1,9 milliardni tashkil qiladi. Yur-timizda deyarli har ikki kishining birida uyali telefon mavjud. Uyali telefonda foydalanayotgan insonga uning ta'siri 15 soniyaga qadar sezilmaydi. Agar so'z-lashuv va foydalanish vaqtini oshirsa unda yaqqol o'zgarish seziladi, chunki alfa to'lqinlar miya faoliyatini yomonlashtiradi va o'zining to'lqin xususiyatlarini namoyon qila boshlaydi. Inson tanasining elektromagnit nurlanishlarga eng ta'sirchan qismi bosh bo'lib, aynan shu sohada so'zlashuv olib boriladi. Shuning uchun u insonda nurlanish jarayoni tezlashishini yana ham orttiradi. Mutaxassislar so'zlashuv jarayonidagi insonning qon bosimini o'lgaganida har xil yoshdagilarda bosim ko'tarilishi aniqlangan. Shuni ta'kidlab o'tish kerakki, dunyoda har 20 ta insondan bittasi ushbu mobil aloqa nurlanishining qurboniga aylanmoqda. 2000 yilda Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti uyali telefonlar zarariga oid Yevropa parlamentiga taqdim etgan hisobotida insonlarning saraton kasaliga chalinishida uyali telefonlarning ta'siri kuchli ekanini ta'kidlagan edi. Nemis mutaxassislari kamerali va kamerasiz uyali telefonlarda elektromagnit nurlanishi bo'yicha test o'tkazishganda, kamerali telefonlarning nurlanishi sodda uyali telefonlarga qara-ganda ko'proq bo'lgan. Nurlanish asosan uyali telefonda so'zlashuv vaqtida chiqadi, lekin «kutish» holatida u nurlanishdan butkul xalos bo'lmaydi, chunki uyali telefon baza stansiyasiga o'zining tarmoq doirasida ekanligi, qo'ng'iroq, SMS va shu kabi ma'lumotlarni qabul qilishga tayyorligi haqida axborot berib turadi. Buni tunda uyali telefoniga «budilnik» qo'yib, yonida olib yotadigan foydalanuvchilar bilishlari foydadan xoli bo'lmaydi. Uyali telefonda foydalanishga kelsak, uni so'zlashuv vaqtidagi «kutish» holatida quloqda emas, balki qo'lda ushlab turish, shuningdek, metropolitenda, xizmat doirasidan tashqarida, zarur bo'lmasa tunda, keraksiz paytlarda o'chirib qo'yish muhim. Bundan tashqari, ust kiyimning ichiga solib yurish tavsiya qilinmaydi. Uni iloji boricha qo'lda va yon xaltada olib yurish lozim. Shuningdek, uyali telefonni yosh bolalardan uzoqda tutish kerak. Saraton xastaligini o'rganish bo'yicha xalqaro agentlik va Butunjahon sog'liqni saqlash tashkiloti mobil telefonlar odamlarda xavfli o'smalarni keltirib chiqarishini birinchi marta e'tirof etdi. Shu kungacha bu haqida faqat taxminlar aytib kelingan bo'lsa, endilikda nufuzli xalqaro tashkilotlar ham qo'l telefonlarining zarari haqida uzil-kesil fikr bildirishdi. Elektromagnit to'lqinlari hamisha salomatlik uchun zararli, deb hisoblab kelingan. Agar u to'g'ridan-to'g'ri har kuni quloqqa yo'naltirib turilsa, uning ichkarisidagi eshitish hamda ko'rish a'zolari (ko'z to'rpardasi) faoliyatini ta'minlaydigan

asab to'qimalariga ta'sir ko'rsatadi. Ba'zi odamlar goho kuniga soatlab mobil telefonini quloqlaridan olishmaydi. Bu organizm uchun nihoyatda og'irlik qiladi. Bosh miya to'qimalarining zararlanishi, ayrim tadqiqotchilar fikriga ko'ra, birdaniga emas, balki oradan 15-20 yil o'tgachgina aniq namoyon bo'ladi. Shu sababli ular yaqin kelajakda bosh miya o'smasi bilan xastalangan odamlar soni keskin oshib ketadi, deb hisoblashmoqda. Negaki, har kuni atigi 15 daqiqa mobil telefonda gaplashishning o'zi miyada saraton o'smasi hosil bo'lishi uchunetarlidir. Bola o'smirligida mustaqil qaror qabul qilishni o'rganmasa, katta hayotda ham uni kimdir boshqarishi kerak bo'ladi. O'smirlik yillari –ota-onalar uchun ham, bolalar uchun ham murakkab davr. Bu yoshda farzandlar o'z fikrini eng to'g'ri deb hisoblashadi. Ota-onalar ham kichkintoy deb hisoblab yurgan bolasining endi o'z fikrini, o'z qarashlarini ayon qilishlarini qabul qilishlari qiyin bo'ladi. Ayniqsa, faqat bolasining g'amida yashaydigan onalarda bu jarayon qiyin kechadi. Bunda ular o'zlarini xuddi endi bolasiga keraksiz bo'lib qolganday his qilishlari mumkin. Bolalar ham o'zlarini aqlan katta bo'lganday his qilishsada, moddiy va jismoniy jihatdan ota-onaga tobe bo'lib qolaveradi. Barcha tushunmovchiliklar shundan kelib chiqadi. O'smir bolalar uchun o'zidan boshqa hamma nohaq. Agar ota-onasi tomo-nidan uning fikri rad etilsa, bola bu fikrda yanayam qat'iyilashadi. Bunday vaziyatda ota-onalar uning fikrini hurmat qilishlarini sezdirishlari va shuning barobarida o'ylagan qarorlarining natijasi haqida maslahatlashishlari kerak bo'ladi. Bunda bolaga savollar berish orqali uni o'ylashga undab, to'g'ri qaror chiqarish imkoniyatini berish lozim.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Ikromova, S. A. (2024). BASICS OF PSYCHOLOGICAL SERVICES. *PEDAGOG*, 7(5), 670-676.
2. Akbarovna, I. S. (2024). THE IMPORTANCE OF PEDAGOGICAL MANAGEMENT IN EDUCATION. *PSIXOLOGIYA VA SOTSIOLOGIYA ILMIY JURNALI*, 2(4), 40-46.
3. Akbarovna, I. S. (2024). PSIXOLOGIK XIZMAT ASOSLARI. *PSIXOLOGIYA VA SOTSIOLOGIYA ILMIY JURNALI*, 2(4), 54-60.
4. Akbarovna, I. S. (2024). STAGES OF PSYCHOLOGICAL CONSULTATION. *PEDAGOG*, 7(4), 328-334.
5. Икромова, С. А. (2023). ФАКТОРЫ ФОРМИРОВАНИЯ ИММУНИТЕТА К ДЕСТРУКТИВНЫМ ИДЕЯМ У ПОДРОСТКОВ. *European research*, (3 (81)), 47-49.
6. Ikromova, S. (2024). PEDAGOGIK TEXNOLOGIYA SHAKLLARI VA MAZMUNI. *Multidisciplinary Journal of Science and Technology*, 4(3), 918-924.
7. Ikromova, S. (2024). FORMS AND CONTENT OF PEDAGOGICAL TECHNOLOGY. *Multidisciplinary Journal of Science and Technology*, 4(3), 933-939.

8. Akbarovna, I. S. (2024). MASTERING THE BASICS OF PEDAGOGICAL SKILLS. *Multidisciplinary Journal of Science and Technology*, 4(3), 882-887.
9. Akbarovna, I. S. (2024). PEDAGOGIK MAHORAT ASOSLARINI O'ZLASHTIRISH. *Multidisciplinary Journal of Science and Technology*, 4(3), 888-893.
10. Akbarovna, I. S. (2024). THE IMPORTANCE OF FORMING MATHEMATICAL CONCEPTS. *Multidisciplinary Journal of Science and Technology*, 4(3), 912-917.
11. Akbarovna, I. S. (2024). MATEMATIK TUSHUNCHALARNI SHAKLLANISHINING AHAMIYATI. *Multidisciplinary Journal of Science and Technology*, 4(3), 900-905.
12. Икромова, С. А. (2024). ЭТАПЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КОНСУЛЬТАЦИИ. *Multidisciplinary Journal of Science and Technology*, 4(3), 875-881.
13. Akbarovna, I. S. (2024). PSIXOLOGIK MASLAHAT BOSQICHLARI. *Multidisciplinary Journal of Science and Technology*, 4(3), 860-866.
14. Akbarovna, I. S. (2024, April). BOSHLANG'ICH SINFLARDA SINFDAN TASHQARI MASHG 'ULOTLAR. In *International conference on multidisciplinary science* (Vol. 2, No. 4, pp. 27-32).
15. Akbarovna, I. S. (2024, April). BOSHLANG'ICH TA'LIMDA TA'LIM MASALASI. In *International conference on multidisciplinary science* (Vol. 2, No. 4, pp. 21-26).