

IJTIMOYIY TARMOQLARDAGI MUVAFFAQIYAT ILLYUZASI

Berdikulova Mahbuba Erkinjon qizi
Guliston davlat pedagogika instituti talabalari
Abduhoshimova Shahzoda Abdurazzoq qizi
Abdullayeva Shahzoda Bobur qizi
Aliqulova Sevinch Nursotillo qizi
Texnologik ta’lim yo’nalishi 1-kurs talabalari
abduhoshimovashahzoda23@gmail.com
shaxzodaabdullayeva17@gmail.com
aliqulovasevinch13@gmail.com
<https://doi.org/10.5281/zenodo.20065394>

ANNOTATSIYA:

Maqolada ijtimoiy tarmoq-bu qiziqishlari o’xshash yoki oflayn aloqaga ega bo’lgan odamlar o’rtasida muloqot qilish, tanishish, ijtimoiy munosabatlar yaratish uchun, shuningdek, ko’ngilochar musiqa va filmlar ish maqsadlarda ishlatiladigan onlayn platforma. Illyuziya ko’p hollarda ko’zning chalg’ishi bilan bog’liq. Bu xil illyuziyalar optik illyuziya deyiladi.

Kalit so’zlar: Muloqot qilish, tanishish, ijtimoiy munosabatlar, optik illyuziya.

АННОТАЦИЯ:

В статье социальная сеть рассматривается как онолайн-платформа, используемая людьми с похожими интересами или имеющими оффлайн-связи для общения, знакомства, создания социальных отношений, а также для развлекательных целей, таких как музыка и фильмы. Иллюзия во многих случаях связана с обманом зрения. Такие иллюзии называются оптическими иллюзиями.

Ключевые слова: Общение, знакомство, социальные отношения, оптическая иллюзия.

ABSTRACT

This article discusses social networks as online platforms used for communication, making acquaintances, and building social relationships between people with similar interests or offline connections, as well as for entertainment purposes like music and movies. An illusion is often associated with a trick of the eye. Such illusions are called optical illusions.

Keywords: Communication, acquaintance social relations optical illusion.

Hozirgi kunda ijtimoiy tarmoqlar inson hayotining ajralmas qismiga aylangan. Instagram, Telegram, TikTok kabi platformalar orqali odamlar nafaqat muloqot qiladi, balki o’z hayotini boshqalarga namoyish etadi. Aynan shu jarayonda “muvaffaqiyat illyuziyasi” tushunchasi paydo bo’ladi. Ya’ni, foydalanuvchilar o’z hayotining faqat eng yaxshi, muvaffaqiyatli va chiroyli tomonlarini ko’rsatib, real hayotni yashiradi.

Ko’plab bloggerlar va mashhur shaxslar o’z sahifalarida hashamatli hayot tarzini, sayohatlarni, qimmatbaho buyumlarni ko’rsatadi. Bu esa oddiy foydalanuvchilarda noto’g’ri tasavvur uyg’otadi. Ular boshqalarning hayotini ideal deb o’ylab, o’z hayotidan qoniqmaslik hissiga tushib qoladi. Aslida esa bu ko’rsatilayotgan hayotning katta qismi rejalashtirilgan, tahrir qilingan va ba’zida sun’iy yaratilgan bo’ladi.

Ijtimoiy tarmoqlardagi muvaffaqiyat ko‘pincha “layk”, “obunachi” va “ko‘rishlar soni” bilan o‘lchanadi. Bu esa insonlarning o‘z qadr-qimmatini noto‘g‘ri mezonlar asosida baholashiga olib keladi. Masalan, kimdir ko‘proq layk olsa, u o‘zini muvaffaqiyatli deb hisoblaydi, aks holda esa o‘ziga ishonchi pasayadi. Bu holat ayniqsa yoshlar orasida keng tarqalgan.

Shuningdek, ijtimoiy tarmoqlar inson psixologiyasiga ham sezilarli ta‘sir ko‘rsatadi. Doimiy ravishda boshqalarning “mukammal” hayotini ko‘rish stress, depressiya va o‘zini past baholash kabi muammolarga olib kelishi mumkin. Psixologlar bu holatni “ijtimoiy taqqoslash sindromi” deb ataydi.

Ijtimoiy tarmoqlarda sun‘iy muvaffaqiyat ko‘rinishi

Bugungi kunda ijtimoiy tarmoqlarda aksariyat kontent oldindan rejalashtirilgan, maxsus sahnalashtirilgan va turli filtrlar hamda tahrirlash vositalari yordamida mukammallashtirilgan holda taqdim etiladi. Bu esa oddiy foydalanuvchilarda noto‘g‘ri tasavvur shakllanishiga olib keladi. Masalan, ko‘pchilik mashhur blogerlarning hayoti doim quvonchli, muammosizdek ko‘rinadi, lekin aslida bu faqatgina ko‘rsatilayotgan qismining o‘zi xolos.

Shuningdek, reklama va hamkorlik postlari ham muvaffaqiyat illyuziyasini kuchaytiradi. Ko‘plab blogerlar mahsulot yoki xizmatlarni reklama qilish orqali daromad topadi va bu jarayonda ular hayotini yanada hashamatli qilib ko‘rsatishga harakat qiladi. Bu esa yoshlar ongida “muvaffaqiyat = boylik va mashhurlik” degan noto‘g‘ri stereotipni shakllantiradi.

Psixologik ta‘sirlar va muammolar

Ijtimoiy tarmoqlarning bunday ta‘siri inson ruhiyatiga salbiy ta‘sir ko‘rsatishi mumkin. Ayniqsa, o‘smirlar va yoshlar boshqalar bilan o‘zini solishtirish natijasida tushkunlik, o‘ziga ishonchsizlik va stress holatlariga duch keladi. Ular o‘z hayotini yetarlicha qiziqarli yoki muvaffaqiyatli emas deb hisoblay boshlaydi.

Psixologlar ta‘kidlashicha, doimiy ravishda boshqalarning “ideal” hayotini kuzatish insonda norozilik hissini kuchaytiradi. Bu esa depressiya, xavotir va hatto ijtimoiy izolyatsiyaga olib kelishi mumkin. Shuning uchun ijtimoiy tarmoqlardan ongli ravishda foydalanish juda muhim hisoblanadi.

Psixologik ta‘sirlar va muammolar

Ijtimoiy tarmoqlarning bunday ta‘siri inson ruhiyatiga salbiy ta‘sir ko‘rsatishi mumkin. Ayniqsa, o‘smirlar va yoshlar boshqalar bilan o‘zini solishtirish natijasida tushkunlik, o‘ziga ishonchsizlik va stress holatlariga duch keladi. Ular o‘z hayotini yetarlicha qiziqarli yoki muvaffaqiyatli emas deb hisoblay boshlaydi.

Psixologlar ta‘kidlashicha, doimiy ravishda boshqalarning “ideal” hayotini kuzatish insonda norozilik hissini kuchaytiradi. Bu esa depressiya, xavotir va hatto ijtimoiy izolyatsiyaga olib kelishi mumkin. Shuning uchun ijtimoiy tarmoqlardan ongli ravishda foydalanish juda muhim hisoblanadi.

Muvaffaqiyatni to‘g‘ri anglash zarurati

Haqiqiy muvaffaqiyat har bir inson uchun turlicha bo‘lishi mumkin. Uni faqat tashqi ko‘rinish, boylik yoki mashhurlik bilan o‘lchash to‘g‘ri emas. Asl muvaffaqiyat – bu insonning o‘z maqsadlariga erishishi, ichki qoniqish hissi va hayotdan mamnun bo‘lishidir.

Shu sababli yoshlar o‘z oldiga real maqsadlar qo‘yishi, ijtimoiy tarmoqlardagi tasvirlarga tanqidiy qarashi va o‘z hayotiga e‘tibor qaratishi zarur. Har bir insonning hayoti o‘ziga xos va qadrligini unutmaslik kerak.

Ijtimoiy tarmoqlardan to'g'ri foydalanish yo'llari

Ijtimoiy tarmoqlardan foydalanganda vaqtni me'yorida taqsimlash, foydali kontentlarni tanlash va real hayot bilan muvozanatni saqlash muhimdir. Shuningdek, o'zini boshqalar bilan taqqoslash o'rniga shaxsiy rivojlanishga e'tibor qaratish tavsiya etiladi.

Foydalanuvchilar shuni anglab yetishlari kerakki, internetda ko'riyatotgan har bir narsa ham haqiqatni to'liq aks ettirmaydi. Shu boisdan ijtimoiy tarmoqlarga tanqidiy fikr bilan yondashish, ulardan faqat foydali maqsadlarda foydalanish muhimdir.

Xulosa qilib aytganda, ijtimoiy tarmoqlarda muvaffaqiyat illyuziyasi zamonaviy jamiyatning dolzarb muammolaridan biridir. Bu holat ayniqsa yoshlar ongiga kuchli ta'sir ko'rsatadi va ularning o'ziga bo'lgan ishonchini pasaytirishi mumkin. Shuning uchun har bir foydalanuvchi ijtimoiy tarmoqlardan ongli va me'yorida foydalanishi, ko'riyatotgan ma'lumotlarni tahlil qila olishi zarur.

Haqiqiy muvaffaqiyat tashqi ko'rinish emas, balki ichki qoniqish, mehnat va sabr natijasidir. Ijtimoiy tarmoqlar esa faqat vosita bo'lib, uni qanday ishlatish insonning o'ziga bog'liq.

Ijtimoiy tarmoqlarning ijobiy va salbiy tomonlari

Ijtimoiy tarmoqlar faqat salbiy ta'sir ko'rsatmaydi. Ularning ijobiy jihatlari ham mavjud:

Uzoqdagi insonlar bilan muloqot qilish imkoniyati

Ta'lim va foydali ma'lumotlarga oson kirish

O'z biznesini rivojlantirish imkoniyati

Biroq salbiy tomonlari ham e'tibordan chetda qolmasligi kerak:

Soxta hayot tasviri (illyuziya)

Vaqtni samarasiz sarflash

Ruhiy bosim va o'ziga ishonchsizlik

Muammoning yechimlari

Mazkur muammoni kamaytirish uchun bir nechta choralar ko'rish mumkin. Avvalo, har bir foydalanuvchi ijtimoiy tarmoqlardagi ma'lumotlar har doim ham haqiqatni aks ettirmasligini tushunishi kerak. Shuningdek, vaqtni to'g'ri taqsimlash va ijtimoiy tarmoqlardan me'yorida foydalanish muhim ahamiyatga ega. Yoshlar orasida media savodxonlikni oshirish ham muhimdir. Ya'ni, ular ko'rayotgan kontentni tahlil qilish, tanqidiy fikrlash va haqiqatni ajrata olishni o'rganishlari lozim.

Xulosa qilib aytganda, ijtimoiy tarmoqlarda muvaffaqiyat illyuziyasi zamonaviy jamiyatning dolzarb muammolaridan biridir. Bu illyuziya insonlarning ruhiy holatiga, o'ziga bo'lgan ishonchiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Shuning uchun har bir foydalanuvchi ijtimoiy tarmoqlardan ongli va me'yorida foydalanishi zarur. Haqiqiy muvaffaqiyat esa virtual dunyoda emas, balki real hayotda erishilgan natijalar bilan o'lchanadi.

Algoritmlar va muvaffaqiyat illyuziyasining shakllanishi

Ijtimoiy tarmoqlarda foydalanuvchilarga ko'rsatiladigan kontent maxsus algoritmlar asosida saralanadi. Bu algoritmlar asosan ko'proq "layk", "izoh" va "ulashish" to'plagan postlarni yuqoriga chiqaradi. Natijada foydalanuvchi ko'proq ideal, chiroyli va muvaffaqiyatli hayot tasvirlarini ko'radi. Bu esa real hayotning to'liq manzarasini emas, balki uning eng "saylangan" qismini aks ettiradi.

Shu sababli, inson ijtimoiy tarmoqlarda ko‘rayotgan kontentni umumiy haqiqat deb qabul qilishi xatodir. Aslida esa bu platformalar foydalanuvchini uzoqroq ushlab turish uchun eng jozibali va hissiyotga boy materiallarni ko‘rsatadi.

Raqamli identitet va haqiqiy shaxs o‘rtasidagi farq

Ijtimoiy tarmoqlarda har bir inson o‘zining “raqamli qiyofasi”ni yaratadi. Bu qiyofa ko‘pincha idealizatsiya qilingan bo‘lib, unda faqat ijobiy jihatlar namoyish etiladi. Inson o‘zining muammolari, qiyinchiliklari yoki muvaffaqiyatsizliklarini kamdan-kam hollarda ulashadi.

Natijada, virtual obraz va real shaxs o‘rtasida tafovut paydo bo‘ladi. Bu esa nafaqat boshqalar uchun noto‘g‘ri tasavvur uyg‘otadi, balki insonning o‘zida ham ichki ziddiyatlarni keltirib chiqarishi mumkin. U o‘zini doim mukammal ko‘rsatishga majburdek his qiladi.

Yoshlar ongiga ta‘siri

Yoshlar ijtimoiy tarmoqlarning eng faol foydalanuvchilari hisoblanadi. Ular hali hayotiy tajribaga ega bo‘lmagani sababli ko‘rilayotgan kontentni tezroq qabul qiladi va unga taqlid qilishga harakat qiladi. Bu esa noto‘g‘ri qadriyatlarning shakllanishiga olib kelishi mumkin.

Masalan, ba‘zi yoshlar tez boyish, mashhurlikka erishish yoki tashqi ko‘rinish orqali muvaffaqiyatga erishish mumkin deb o‘ylaydi. Holbuki, haqiqiy muvaffaqiyat uzoq mehnat, bilim va sabr-toqatni talab qiladi. Shu sababli yoshlar bilan ishlashda media savodxonlikni rivojlantirish muhim ahamiyatga ega.

Media savodxonlikning ahamiyati

Media savodxonlik – bu insonning axborotni tanqidiy tahlil qila olish, uning manbasini tekshirish va to‘g‘ri xulosa chiqarish qobiliyatidir. Ijtimoiy tarmoqlardan samarali foydalanish uchun bu ko‘nikma juda zarur.

Agar foydalanuvchi media savodxonlikka ega bo‘lsa, u ko‘rilayotgan kontentning qanchalik real yoki sun‘iy ekanligini anglay oladi. Bu esa muvaffaqiyat illyuziyasiga tushib qolishning oldini oladi. Shuningdek, inson o‘z vaqtini foydali maqsadlarda ishlatishga o‘rganadi.

Real hayot va virtual hayot muvozanati

Zamonaviy inson hayotida virtual va real hayot o‘rtasidagi muvozanatni saqlash muhim masalaga aylangan. Agar inson ko‘proq vaqtini ijtimoiy tarmoqlarda o‘tkazsa, u real hayotdagi munosabatlar, sog‘liq va shaxsiy rivojlanishga kamroq e‘tibor qaratadi.

Shu sababli kun tartibini to‘g‘ri rejalashtirish, sport bilan shug‘ullanish, yaqinlar bilan muloqot qilish va real maqsadlar ustida ishlash zarur. Bu insonning ruhiy va jismoniy holatini yaxshilaydi hamda hayot sifatini oshiradi.

Ilmiy tadqiqotlar natijalari

So‘nggi yillarda o‘tkazilgan ko‘plab ilmiy tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki, ijtimoiy tarmoqlardan haddan tashqari foydalanish inson ruhiyatiga salbiy ta‘sir ko‘rsatadi. Ayniqsa, kuniga bir necha soatdan ortiq vaqtini ushbu platformalarda o‘tkazadigan foydalanuvchilarda stress, uyqusizlik va diqqatning pasayishi kuzatiladi.

Bundan tashqari, “layk” va “izohlar”ga bog‘lanib qolish holati ham aniqlangan. Bu esa insonda qisqa muddatli qoniqish hissini uyg‘otadi, lekin uzoq muddatda ruhiy charchoq va qaramlikka olib kelishi mumkin.

Adabiyotlar, References, Литературы:

1. Асмолов А.Г. Психология личности. – Москва: Академический проект, 2020.

2. Божович Л.И. Личность и её формирование в детском возрасте. – Москва: Педагогика, 2019.
3. Выготский Л.С. Психология развития подростка. – Москва: Смысл, 2018.
4. Karimova V.M. Yosh psixologiyasi. – Toshkent: O‘qituvchi, 2020.
5. Кон И.С. Психология ранней юности. – Москва: Просвещение, 2019.
6. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. – Москва: Академия, 2017.
7. Qodirov A. Yoshlar va huquqiy tarbiya. – Toshkent: O‘zbekiston, 2020.
8. Rasulova M. O‘smirlik davri psixologiyasi. – Toshkent: Fan va texnologiya, 2021.
9. Yo‘ldoshev J., & Usmonov, B. Huquqiy madaniyat asoslari. – Toshkent: Adolat, 2017.
10. G‘oziyev E. Umumiy psixologiya. – Toshkent: Fan, 2019.