

# MULOQOTNING BUGUNGI KUNDAGI ZAMONAVIY TEXNOLOGIYALARI BILAN ALOQADORLIGI VA KOMMUNIKATSIYALASHUVI

Normatov Sanjar Abdug'ani o'g'li  
Jizzax davlat pedagogika instituti "Falsafa,  
tarbiya va huquq ta'limi" kafedrası o'qituvchisi  
+998995581392

**Annotatsiya.** Ushbu maqolada bugungi kunda zamonaviy texnologiyalarning insonlar o'rtasidagi o'zaro muloqotga va munosabatlar tizimiga ta'siri, Kommunikatsiyalashuvning ijobiy va salbiy oqibatlari to'g'risida yozilgan.

**Kalit so'zlar.** Muloqot, ijtimoiy tarmoqlar, munosabatlar, hamkorlik, texnologiya, kommunikatsiya, jamiyat, bag'rikenglik, aloqa, muvozanat, inson

**Annotation:** This article discusses the impact of modern technology on human interaction and communication systems today. It is written about the positive and negative consequences of communication.

**Keywords:** Communication, social networks, relationships, collaboration, technology, communication, society, tolerance, communication, balance, human

**Аннотация:** В этой статье обсуждается влияние современных технологий на систему человеческого взаимодействия и взаимоотношений сегодня. Написано о положительных и отрицательных последствиях общения.

**Ключевые слова:** Общение, социальные сети, отношения, сотрудничество, технологии, общение, общество, толерантность, общение, баланс, человек

Kompyuter tarmoqlarining zamonaviy inson hayot va faoliyatiga jadal kirib borishi va rivojlanishi jamiyatning ijtimoiy, iqtisodiy va hatto siyosiy masalalarini hal etishda alohida ahamiyat kasb etmoqda, shu bilan birga, shaxsning shaxsiy xususiyatlari, bilim doirasi, dunyoqarashi o'zgarishiga ham ta'sir etmoqda. Global Internet tarmog'ining taraqqiy etishi bilan zamonaviy shaxs axborot texnologiyalari davri bilan hamnafas holda uning ma'naviy va madaniy hayoti «onlayn hayot» tarzini boshidan kechirmoqda.

Zamonaviy shaxs har sohadan xabardor, bilim va malakali, keng dunyoqarashli, ishbilarmon bo'lishi uchun tunu kun mobil telefonidan ajralmasligi, doimo elektron pochtasini kuzatib borishi, Internet ijtimoiy tarmoqlarida onlayn

muloqotda bo'lishi, umuman internet-muhitda yashashi zarurdek tuyuladi. Ba'zan kompyuter, mobil telefoni ishlamay qolsa, go'yo hayot to'xtab qolganga o'xshaydi. Bu hol, ayniqsa, yoshlar va o'smirlarni kuchli tashvishga soladi. Kompyuter virtual olami tobora o'ziga jalb etib, ularga kuchli ta'sir eta boshlaydi. Insonlarda kompyuter texnologiyalari, kompyuter texnikasi, elektron va tarmoq resurslariga bo'lgan ehtiyoj ularni tez-tez kibermuhitda bo'lishlariga hamda buning ta'sirida ularning shaxsiy xislatlari, onglari, shuningdek, motivatsiyalari o'zgarishiga olib keladi.<sup>1</sup> Zero XXI asr axborot asri sifatida namoyon bo'lib, Internet tarmog'ida so'nggi o'n yilliklarda katta hajmli axborotlar oqimiga ega bo'lgan, hozirgi davrda insonlarning turli-tuman va ko'plab ehtiyojlarini qondiruvchi qulay muhit bu kibermuhitga aylanib bormoqda. Shu bilan birga, Internet tarmog'i foydalanuvchilari soni ham juda tez o'sib borayotganligining guvohi bo'lmoqdamiz. Statistik ma'lumotlarga ko'ra dunyodagi 3 milliard kishi dunyoning 40% muloqot uchun ijtimoiy axborot vositalaridan foydalanadi. Shundan ham bilish mumkinki ijtimoiy tarmoqlar ta'siri barcha uchun umumiy ahamiyat kasb etishi aniq va ravshan haqiqatdir.

Axborot-kommunikatsiya texnologiyalari shunchalik jadal tusda rivojlanmoqdaki, bugungi kunimizdagi innovatsion yutuqlar ertaga «eskirib» o'rniga yangilari paydo bo'lmoqda. Mazkur jarayonlarni o'rganish ham shunchalik tezkorlikni talab etishi tabiiy holat. Shu boisdan ham go'yo odamlar zamon talabi bilan va muhit ta'sirida Innovatsiyalar zamonaviy olamning insoniyat iqtisodiy va ijtimoiy taraqqiyotining muhim qismiga aylangan. Internet-muhit insonga muloqot uchun zarur muhitga aylandi va quyidagi maqsadlarda xizmat qila boshladi:

- Zamonaviy insonlar ijtimoiy tarmoqlarda do'st tutingan va o'ziga yaqin deb bilgan kishilar muloqotda bo'lish;
- Bo'sh vaqtini maroqli o'tkazish maqsadida turli o'yinlar o'ynash va qiziqarli hodisalarni tomosha qilish;
- O'z ustida ishlash maqsadida bilimni oshirish;
- turli axborot olish manbai;

---

<sup>1</sup> <http://uz.infocom.uz/2014/06/29/onlayn-muloqotning-bolalar-va-yoshlar-ruhiyatiga-tasiri/>

Internet tarmog‘i axborot resurslari ta’lim olish, kundalik hayotdagi ishlarni tezkorlik bilan amalga oshirishda katta ahamiyatga molik. Keyingi davrlarda «onlayn muloqot» tushunchasini tez-tez eshitamiz. «Onlayn muloqot» – shaxs tarbiyasiga psixologik va ijtimoiy jihatdan ta’sir etadi. Ayrim yoshlarda yangi qiziqish, motiv va maqsadlar yuzaga kelishi mumkin. Internet tarmog‘i foydalanuvchilari o‘z ehtiyojlarini virtual qondirish yo‘lida haqiqiy hayotdagi fiziologik va ma’naviy ehtiyojlarini unutishlari ham mumkin.

Kompyuter o‘yinlari virtual olamida taqdim etiladigan internet-muhit bilan o‘rin almashadi, o‘smir-yoshlar ongida o‘z-o‘zini anglash, motivatsion shaxsiy ehtiyojlariga ta’sirini ko‘rsatadi.<sup>2</sup> G‘oyalar, shaxsiy va kasbiy hikoyalar va tajribalarni yetkazish uchun ijtimoiy tarmoqlardan keng foydalanish bugungi kunda odamlar muloqot tarziga katta ta’sir ko‘rsatishi ajablanarli emas. Sizningcha, ijtimoiy tarmoqlar muloqotga qanday ta’sir ko‘rsatdi? Siz o‘ylaganingizdan ko‘ra ko‘proq yo‘llar bilan! Ammo hammasi ham salbiy emas - shunchaki muloqotdagi ijtimoiy tarmoqlarning ta’siri borligi barchamiz uchun ayon bo‘lgan haqiqatdir.

Ijtimoiy tarmoqlarni bir-biriga xabar yuborish, sharhlash va o‘zaro aloqada bo‘lish orqali onlayn-hamjamiyat bilan bo‘lishish va hamkorlik qilishni o‘z ichiga olgan onlayn platformalar to‘plami deb ta’riflash mumkin. Bugungi kunda Instagram, Facebook, Twitter, Pinterest, LinkedIn, Odnaklasniki, Telegram, Watsapp, va Snapchat kabi eng ko‘p ishlatiladigan ijtimoiy media platformalar mavjud.

Tadqiqotlar shuni ko‘rsatadiki insonlarning 11 foizi hafta oxiri ko‘chaga chiqqandan ko‘ra uyda qolib Facebook ijtimoiy tarmog‘ini kuzatish va muloqot qilishni afzal ko‘rishgan. Internet tarmog‘ida ko‘proq boshqalarni kuzatish, umumiy tanishuvlar, muloqot qilish va shu bilan birga kompaniya mijozlarini faoliyat bilan tanishtirish kabi ishlarni tarmoqlarda amalga oshiradi.

Ko‘pchilik odamlar ijtimoiy tarmoqlarga moyilligi kuchli bo‘lib juda ko‘p vaqtini turli xil saytlarni kuzatish va ko‘rish uchun sarflaydi. Oxir oqibat bu doimiy ravishda ijtimoiy va turli xil ko‘ngil ochar saytlarda doimiy vaqtimizni o‘tkazish biz

---

<sup>2</sup> <https://naqshband.uz/makolalar/kompyuterni-yoshlarga-tasiri>

uchun oddiy hol bo'lib qoladi. Oxir oqibat o'zining bor energiyasi va potensialini internet olamiga sarflay boshlaydi va bu jarayonda o'zini to'xtatish qiyinlashadi.

Zamonaviy shaxsning axborot-kommunikatsiya va kompyuter texnologiyalaridan foydalanishlari tobora hayotiy zaruratga aylanib borishi bilan yuzaga keladigan shu kabi holatlarga pedagog, psixolog olimlar va shifokorlar alohida e'tibor qaratishlari shart chunki zamonaviy inson kundalik hayotda katta hajmdagi axborotlarga duch keladi va dolzarb axborotlar oqimini qabul qiladi. Shu o'rinda sog'liqni saqlash sohasidagi mutaxassislar bu holatni inson uchun yangi xuruj ekanligini ta'kidlamoqda. Shu boisdan bugungi kunda uzoq vaqt turli xil saytlar va ko'ngilochar o'yinlar orqali vaqtimizni bekorga sarflab o'tirishimiz ortidan turli xil kasalliklarga chalinish xolatlari borligi barchamiz uchun achinarli holatdir. Ko'pchilik bu kabi insonlar hayotini zo'mbiga qiyoslash mumkin. Buning ortidan esa tinimsiz ruhiy xastaliklar inson hayotini zaharlamoqda. Ijtimoiy tarmoqlarga haddan tashqari bog'lanib qolish yaxshilikka olib kelmasligi haqida Insider Pro nashri hikoya qiladi. Amerika pediatriklar akademiyasi ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish bolalar va o'smirlar sog'lig'ida psixologik depressiya kabi salbiy oqibatlarga olib kelishi haqida ogohlantiradi. Biroq barcha yoshdagi katta kishilar uchun ham aynan shunday xavf mavjud. Quyida ijtimoiy tarmoqlar ruhiy salomatlik uchun zararli ekanligini ko'rsatuvchi tadqiqotlar bilan tanishishingiz mumkin.

Internetga doimiy bog'lanib qolish bu xastalik belgisi sifatida talqin qilayotgan guruhlar va buni doimiy normal holat sifatida qabul qiluvchilar mavjuddir. Ikki holatda ham bu narsa ma'lum ma'noda haqiqatga yaqin dalillar bilan asoslangani bizga ma'lumdir Nottingem Trent universiteti olimlari kishi ruhiy xarakteristikasi, shaxs tipi va ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish o'rtasidagi aloqalar haqidagi ilmiy adabiyotlarni o'rganib chiqdi. Tadqiqot mualliflari quyidagi xulosaga keldi:

“Facebook’ga bog’lanib qolish sindromi haqida gapirish uchun barcha asoslar mavjud. Chunki ijtimoiy tarmoqlarda juda ko‘p vaqt o‘tkazuvchi bir qator kishilarda shaxsiy hayotdan qochish, butun e’tiborni Facebook’ga qaratish, haqiqatdan

yiroqlashish, kayfiyatning keskin tushishi, real hayotdan uzoqlashish, o'z istagini yashirish kabi qaramlikning barcha belgilari kuzatildi". Shuningdek, tadqiqotlar xuruj sindromi ham mavjudligini ko'rsatdi. Bir necha yil avval Suonsidagi universitet olimlari internetdan foydalanishni to'xtatgan kishilar ruhiy xurujdan aziyat chekishini aniqladi.

Yaqinda ular ushbu mavzuda yangi tadqiqot o'tkazdi va internetdan voz kechish nafaqat ruhiy shikast yetkazishi, balki jismoniy sog'liqqa ham zarar yetkazishini aniqladi. Tadqiqot mualliflaridan biri Fil Rid bu holatni quyidagicha ta'riflaydi: "Internetda juda ko'p vaqt sarflovchi kishilar mobil qurilmadan foydalanishni to'xtatganda, tashvishli holatga tushib qolishi bizga ancha ilgari ma'lum edi. Biroq hozir ruhiy holatdagi o'zgarishlar real jismoniy o'zgarishlar bilan birga kechishini aniqladik".

Bir necha yil avval o'tkazilgan tadqiqot Facebook'dan ko'p foydalangan odam o'zini baxtli lahzalardan mahrum qilishi va hayotdan kamroq bahra olishini ko'rsatdi. "Sirtidan qaraganda Facebook kishilar o'rtasida o'ziga xos muloqot vositasi bo'lib xizmat qiladi. Biroq odamlar bilan jonli muloqot kishi kayfiyatiga yaxshi ta'sir ko'rsatgani holda, Facebook'da muloqot qilish yoshlarga aks ta'sir ko'rsatib, ularni baxtsiz qiladi", — deya ta'kidlaydi tadqiqot mualliflari. Yana bir tadqiqot esa ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish ijtimoiy yakkalanish hisini yuzaga keltirishini ko'rsatdi. Olimlar kishilarning Facebook, Twitter, Google, YouTube, Linked, Instagram, Pinterest, Tumblr, Vine, Snapchat va Reddit kabi 11 ta ijtimoiy tarmoqda o'tkazgan vaqti ularning o'zini qanchalik ijtimoiy yakkalangan his qilishiga bog'liq ekanligini o'rganib chiqdi.

Ular o'rtasida to'g'ridan-to'g'ri bog'liqlik mavjudligi aniqlandi. Ijtimoiy yakkalanish hisi insonning ruhiy va jismoniy salomatligiga ulkan zarar yetkazishi mumkin. Facebook kishilarda ijtimoiy yakkalanish hisini yuzaga keltirishi sabablaridan biri taqqoslashdir. Frenlenti ko'zdan kechira turib, istab yoki istamagan holda o'zimizni boshqa odamlar bilan taqqoslaymiz. Ijtimoiy tarmoqlardagi do'stlarimiz bilan taqqoslay turib o'zimizga yaxshi yoki yomon baho berishimiz o'rganilgan tadqiqot o'tkazildi. Har ikkala holatda ham taqqoslash

kishilarda tushkunlik holatini yuzaga keltirishi aniqlandi. Shunisi hayratlanarliki, real hayotda zararimizga bo‘lgan taqqoslash bizni xafa qiladi. Biroq ijtimoiy tarmoqlar dunyosida istalgan taqqoslash tushkunlikka olib keladi.

Ijtimoiy tarmoqlarda taqqoslash hasad uyg‘otishi sir emas. Do‘stimizning tropik plyajlardagi suratlarini ko‘rib yoki boshqalarning farzandlari qanchalik ideal ekanligi haqida o‘qiy turib, qay birimiz yuqoridagi tuyg‘uni his qilmaganmiz?

Ilmiy tadqiqotlar ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish ko‘rolmaslik hissini yuzaga keltirishini bir ovozdan tasdiqladi. Ana shunday tadqiqotlardan birining mualliflari quyidagi xulosaga keldi:

“Birgina Facebook shunchalik ko‘p hasad hissini yuzaga keltiradiki, uni salbiy hissiyotlar o‘chog‘i sifatida qabul qilish mumkin”. Yana bir tadqiqotda hasad qilish tuyg‘usi va Facebook-depressiya o‘rtasidagi bog‘liqlik o‘rganildi va tushkunlik aynan hasad tufayli yuzaga kelishi aniqlandi. Ya’ni kishi o‘z hasadini nazorat qila olsa, Facebook tushkunlikka olib kelmaydi. Bu Facebook-depressiyaning sababi aynan hasad ekanligini anglatadi. Ijtimoiy tarmoqlardan foydalanish bilan bog‘liq muammolardan biri — ular o‘zimizni yomon his qilishimizga olib kelsa-da, yana va yana ularga qaytamiz. Biz yangi dozadan so‘ng o‘zini yaxshi his qila boshlashi haqida o‘ylaydigan, aslida esa o‘zini o‘ldiradigan narkomanlarga o‘xshab qolamiz. Kishilar Facebook’dan foydalangandan so‘ng o‘z holatiga qanday baho berishi va haqiqatda o‘zlarini qanday his qilishiga bag‘ishlangan tadqiqot mavjud. Facebook’dan keyingi holat boshqa yumush bilan shug‘ullangan kishilarning holatidan har doim yomonroq. Biroq qo‘shimcha tajribalar odamlar ijtimoiy tarmoqlardan foydalangandan so‘ng o‘zlarini yaxshiroq his qilishi haqidagi fikrga borishini ko‘rsatdi.

Bir necha yil oldin o‘tkazilgan tadqiqot ijtimoiy tarmoqlardagi ko‘p sonli do‘stlar bor kishilar ijtimoiy hayotda faol emasligin ko‘rsatdi. Shunday xulosa chiqarish mumkin: miya o‘zida qancha do‘stlik aloqalarini sig‘dira olishi borasida allaqanday cheklov mavjud va do‘stlikni saqlash uchun kishilar bilan ko‘proq virtual emas, balki real hayotda muloqot qilish avzal. Shuning uchun Facebook’dan foydalanish jonli muloqot o‘rnini bosmaydi. Yolg‘izlik hissi ko‘plab ruhiy va

jismoniy muammolarni keltirib chiqarishini hisobga olsak, jonli muloqot inson salomatligi uchun muhim zarurat hisoblanadi. Virtual do'stlar bilan o'tkazilgan vaqt jonli muloqot kabi davro samarasini ko'rsatmaydi. Yuqorida keltirilgan ma'lumotlar ijtimoiy tarmoqlardan hech qanday naf yo'qligini ko'rsatadi. To'g'ri, ular uzoq masofada aloqalarni saqlab turish yoki anchadan buyon aloqani yo'qotgan do'stlaringizni topishga yordam beradi. Biroq ijtimoiy tarmoqlardan shunchaki vaqtni o'tkazish yoki undan kayfiyatni ko'tarish uchun foydalanish — yaxshi natijaga olib kelmaydi. Shu jihatdan ham XXI asr shaxsi ko'proq stressli holatlarga duch keladi shu boisdan axborot-kommunikatsiya va kompyuter texnologiyalarining shaxs kamolotida tutayotgan o'rniga alohida e'tibor qaratgan holda kelajak avlodning turli salbiy holatlar, ya'ni internetga qaramlik, kompyuter o'yinlariga berilib ketib, real hayotiy vazifalarini unutish, ijtimoiy tarmoqlar salbiy oqibatlarining oldini olishga yo'naltirilgan dolzarb masalalar ustida ish yuritishlari hamda o'smir-yoshlarga ko'proq ta'limiy, rivojlantiruvchi, til va boshqa sohalarda o'rgatuvchi dasturlardan foydalanish metodlarini joriy etishlari zarur. Masalan, Internet olamida o'zlariga zarur bo'lgan foydali axborotdan to'g'ri foydalanish salohiyatlarini shakllantirish lozim.<sup>3</sup> Zamonaviy internet taqdim etadigan ijobiy axborot-resurslari bilan bir qatorda, ayrim virtual olamdagi axloqsizlik, buzg'unchilikni targ'ib etuvchi axborotlar, salbiy ta'sirli kompyuter o'yinlarining xavfli ta'siridan bolalar va o'smirlarni himoya etish dolzarb masalaga aylanib ulgurgan. Internet-resurslarini turli soha mutaxassisleri, jumladan, pedagogik va psixologik nuqtai nazaridan nazorat qilish lozim. Bu borada, ayniqsa, ota-ona nazoratini amalga oshiruvchi kompyuter dasturlaridan foydalanish zarur. Shu boisdan ham umumta'lim maktablari va boshqa ta'lim muassasalarida o'sib kelayotgan avlod ongini chalg'ituvchi axborotlardan o'zlarini himoya etish immunitetini shakllantirish kattalarning muhim vazifasidir. Axborot-kommunikatsiya texnologiyalari vositalari o'smir-yoshlarni jalb etarkan, ta'lim tizimida foydalanilishi zarur bo'lgan innovatsion psixologik-pedagogik dasturlar yaratish davr talabidir. Umuman olganda internet tarmog'idan samarali foydalanish

---

<sup>3</sup> M. Is'hoqov, Y. Mannonov, K. Mavlonov "Internet tizimidan foydalanish" Toshkent - «ilm ziyo» - 2015 12-bet

har bir inson o'zi uchun kerakli yo'nalishni tanlab asosan ineretdan maqsadli muloqotga kirishsagina tarmoq u uchun foydali bo'lish ehtimoli ortadi. Shu orqali inson o'z-o'zini takomillashtirishi va turli xil masalalarni hal qilishi mumkin.