

INTERNETDAN FOYDALANISHNING IJTIMOYIY XULQ VA VIRTUAL JAMOALARDA ODOB-AXLOQ NORMALARINI SHAKLLANTIRISHNING PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

Tilavoldiyev Rasuljon Rahmonali o'g'li

Farg'ona davlat universiteti, Jismoniy tarbiya va sport fakulteti, Adaptiv jismoniy tarbiya va sport nazariyasi Kafedrası o'qituvchisi.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.15559417>

Annotatsiya. Ushbu maqola internetdan foydalanishning inson psixologiyasiga, ijtimoiy xulq-atvorga va virtual jamoalardagi odo-axloq normalariga ta'sirini psixologik nuqtai nazardan tahlil qiladi. Maqolada internetning asosiy xususiyatlari – anonimlik, virtual haqiqat, tezkor aloqa va ijtimoiy tasdiqlash mexanizmlari – ko'rib chiqilib, ularning foydalanuvchilarning xatti-harakatlariga qanday ta'sir qilishi o'rganiladi. Shu bilan birga, virtual jamoalarda odo-axloq normalarining shakllanishi, ijtimoiy izolyatsiya, kiberbulling va guruh dinamikasi kabi masalalar psixologik nazariyalar asosida yoritiladi. Maqola internetning ijobiy va salbiy oqibatlarini muhokama qilib, kelajakda odo-axloq normalarini mustahkamlash uchun psixologik va texnologik yechimlar taklif etadi. Umuman, internetning insoniyat hayotidagi o'rni va uning psixologik ta'siri chuqur tahlil qilinadi.

Kalit so'zlar: internet, ijtimoiy xulq-atvor, virtual jamoalar, odo-axloq normalari, psixologiya, anonimlik, virtual haqiqat, tezkor aloqa, ijtimoiy tasdiqlash, deindividuatsiya, konformizm, guruh dinamikasi, kiberbulling, axloqiy ajralish, ijtimoiy izolyatsiya, psixologik ta'sir.

Abstract. This article analyzes the impact of Internet use on human psychology, social behavior, and etiquette in virtual communities from a psychological perspective. The article examines the main features of the Internet - anonymity, virtual reality, instant communication, and social validation mechanisms - and examines how they affect users' behavior. At the same time, issues such as the formation of etiquette in virtual communities, social isolation, cyberbullying, and group dynamics are covered based on psychological theories. The article discusses the positive and negative consequences of the Internet and offers psychological and technological solutions to strengthen etiquette in the future. In general, the role of the Internet in human life and its psychological impact are analyzed in depth.

Keywords: Internet, social behavior, virtual communities, ethical norms, psychology, anonymity, virtual reality, instant communication, social validation, deindividuation, conformism, group dynamics, cyberbullying, moral disengagement, social isolation, psychological impact.

Аннотация. В данной статье с психологической точки зрения анализируется влияние использования Интернета на психологию человека, социальное поведение и моральные нормы в виртуальных сообществах. В статье рассматриваются основные особенности Интернета — анонимность, виртуальная реальность, механизмы мгновенного общения и социальной верификации — и исследуется, как они влияют на поведение пользователей. При этом на основе психологических теорий освещаются такие вопросы, как формирование моральных норм в виртуальных сообществах, социальная изоляция, кибербуллинг и групповая динамика. В статье рассматриваются положительные и отрицательные последствия Интернета и предлагаются психологические и технологические решения для укрепления моральных норм в будущем.

В целом глубоко анализируется роль Интернета в жизни человека и его психологическое воздействие.

Ключевые слова: Интернет, социальное поведение, виртуальные сообщества, нормы этикета, психология, анонимность, виртуальная реальность, мгновенная коммуникация, социальное подтверждение, деиндивидуализация, конформизм, групповая динамика, киберзапугивание, моральное размежевание, социальная изоляция, психологическое воздействие.

Kirish: Internetning keng tarqalishi va virtual jamoalarning rivojlanishi ijtimoiy munosabatlar va xulq-atvor normalarini tubdan o'zgartirdi. Virtual muhitda odamlarning o'zini tutishi, odob-axloq qoidalari va ijtimoiy xulq-atvorga ta'sir etuvchi psixologik omillar zamonaviy tadqiqotlarning muhim yo'nalishlaridan biriga aylandi. Ushbu maqola internetdan foydalanishning psixologik jihatlarini, virtual jamoalarda odob-axloq normalarining shakllanishi va ijtimoiy xulqning o'ziga xos xususiyatlarini ko'rib chiqadi.

Adabiyotlar tahlili

Internet zamonaviy dunyoda inson hayotining ajralmas qismiga aylandi. U muloqot, axborot almashish, bilim olish va ijtimoiy aloqalarni rivojlantirish uchun keng imkoniyatlar yaratdi. Shu bilan birga, internet foydalanuvchilarning ijtimoiy xulq-atvorga va virtual jamoalardagi odob-axloq normalariga ta'sir ko'rsatuvchi murakkab psixologik jarayonlarni ham keltirib chiqardi. Ushbu maqolada internetdan foydalanishning psixologik xususiyatlari, uning ijtimoiy xulq-atvorga ta'siri, virtual jamoalarda odob-axloq normalarini shakllantirishdagi roli va bu jarayonlarning oqibatlari batafsil ko'rib chiqiladi.

Internet va inson psixologiyasi

Internet inson psixologiyasiga chuqur ta'sir ko'rsatadigan muhit sifatida o'ziga xos xususiyatlarga ega. Ushbu ta'sirni tahlil qilishda bir nechta asosiy psixologik omillarni ko'rib chiqish zarur: anonimlik, virtual haqiqat, tezkor aloqa va ijtimoiy tasdiqlash mexanizmlari.

Anonimlik internetning eng muhim xususiyatlaridan biri hisoblanadi. Foydalanuvchilar ko'pincha o'zlarining haqiqiy shaxsiyatini yashirib, taxalluslar yoki soxta profillar orqali muloqot qilishadi. Psixologik nuqtai nazardan, bu holat "deindividuatsiya" deb ataladi – ya'ni shaxs o'zini guruhning bir qismi sifatida his qilib, individual mas'uliyatni kamroq sezadi.

Masalan, ijtimoiy tarmoqlarda yoki onlayn forumlarda tajovuzkor xatti-harakatlar ko'rsatuvchi "trollar" ko'pincha anonimlik tufayli o'zlarini erkin his qilishadi. Bu esa ularning ijtimoiy normalardan chetga chiqishiga va axloqsiz xatti-harakatlarga yo'l qo'yishiga sabab bo'ladi.

Virtual haqiqat insonning o'zini boshqa bir muhitda tasavvur qilish imkonini beradi. Bu muhitda odamlar real hayotdagi o'zlaridan farqli tarzda harakat qilishadi. Psixologiyada bu jarayon "o'zini boshqacha ko'rsatish" (self-presentation) deb ataladi. Masalan, Instagram yoki Facebook kabi platformalarda foydalanuvchilar o'zlarining hayotidagi eng yaxshi lahzalarni namoyish etishga intilishadi. Bu esa virtual shaxsiyatning ideallashtirilgan tasvirini yaratadi, lekin ko'pincha haqiqiy hayotdan farq qiladi. Shu sababli, odamlar o'zlarining haqiqiy his-tuyg'ularini yashirib, boshqalarga yoqishga urinadilar.

Tezkor aloqa imkoniyati esa internetning yana bir muhim xususiyati bo'lib, u muloqotning tezligini oshiradi. Biroq, bu tezlik odamlarning o'z xatti-harakatlarini o'ylab ko'rish (refleksiya) uchun vaqt qoldirmaydi. Natijada, impulsiv javoblar, g'azabli sharhlar yoki nizoli vaziyatlar ko'payadi.

Psixologik jihatdan, tezkor aloqa emotsional nazoratni pasaytiradi va odamlarning o'zaro munosabatlarida keskinlikni oshiradi. Masalan, X (sobiq Twitter) platformasida qisqa va tezkor xabarlar tufayli foydalanuvchilar o'z fikrlarini to'liq tushuntirishga ulgurmaydi, bu esa noto'g'ri tushunchalar va janjallarga olib keladi.

Ijtimoiy tasdiqlash mexanizmlari, ya'ni "layk", "repost" va "follouer" kabi tushunchalar ham psixologik ta'sir ko'rsatadi. Bu mexanizmlar odamlarda boshqalardan tasdiq olish istagini kuchaytiradi. Psixologiyada bu "mukofot tizimi" (reward system) deb ataladi – har bir "layk" miyadagi dopamin darajasini oshirib, foydalanuvchiga zavq bag'ishlaydi. Natijada, odamlar ko'proq e'tibor jalb qilish uchun o'z xatti-harakatlarini o'zgartiradi, bu esa ijtimoiy xulq-atvorda sun'iylikni oshiradi.

Ijtimoiy xulq-atvorning transformatsiyasi

Internet foydalanuvchilarning ijtimoiy xulq-atvorini tubdan o'zgartiradi. Bu jarayonni tushunish uchun ijtimoiy ta'lim nazariyasi (Social Learning Theory) va guruh dinamikasi kabi psixologik yondashuvlardan foydalanish mumkin. Virtual jamoalar odamlarga o'zaro ta'sir qilish orqali yangi xulq-atvor namunalarini o'rganish imkonini beradi.

Transformatsiyaning asosiy yo'nalishlari

Ijtimoiy xulq-atvorning transformatsiyasi bir nechta muhim sohalarida yaqqol ko'rinadi:

Individualizmning kuchayishi: Kollektivizmga asoslangan jamiyatlarda, masalan, O'zbekistonda, individual xohish-istaklar va shaxsiy maqsadlarga e'tibor ortib bormoqda. Bu, ayniqsa, yosh avlod orasida sezilarli.

Ijtimoiy tarmoqlarning ta'siri: Ijtimoiy media platformalari nafaqat muloqot vositasi, balki yangi ijtimoiy me'yorlar va trendlar shakllantiruvchi omil sifatida ham xizmat qilmoqda.

Bu esa "ko'rinish madaniyati" (culture of visibility) va o'zini namoyon qilish istagini kuchaytirdi.

Gender rollarining o'zgarishi: Ayollarning ijtimoiy hayotdagi faolligi ortishi va gender tengligi haqidagi global diskurs an'anaviy oilaviy rollarni qayta ko'rib chiqishga olib keldi.

Ekologik ongning yuksalishi: Iqlim o'zgarishi va atrof-muhit muammolari haqidagi xabardorlik odamlarning iste'mol odatlari va ijtimoiy faolligiga ta'sir qilib, mas'uliyatli xulq-atvor shakllarini rag'batlantirmoqda.

Masalan, ijtimoiy tarmoqlarda "layk" va "sharh" kabi mexanizmlar ijtimoiy tasdiqlash tuyg'usini oshiradi. Foydalanuvchilar ko'pincha o'zlarining haqiqiy qiziqishlari yoki qadimiyatlaridan voz kechib, boshqalarga yoqadigan kontent yaratishga intilishadi. Bu jarayon psixologiyada "konformizm" deb ataladi – ya'ni odamlar guruhning umumiy qoidalari va talablariga moslashadi. Masalan, bir mavzu bo'yicha ommabop fikr paydo bo'lsa, foydalanuvchilar o'zlarining shaxsiy fikrlarini bildirmasdan, ko'pchilikning fikriga qo'shilishga urinadilar.

Guruh dinamikasi ham internetdagi ijtimoiy xulq-atvorga katta ta'sir ko'rsatadi. Virtual jamoalarda "biz" va "ular" degan tasavvur shakllanadi, bu esa guruh ichidagi birdamlikni va tashqi guruhlariga qarshi adovatni kuchaytiradi. Psixologiyada bu "guruh ichidagi tarfakashlik" (in-group bias) deb nomlanadi. Masalan, siyosiy yoki diniy mavzularda o'tkazilgan munozaralarda foydalanuvchilar o'z guruhlarining pozitsiyasini himoya qilish uchun tajovuzkor xatti-harakatlar ko'rsatishi mumkin. Bu holat ko'pincha virtual muhitda haqiqiy muloqotdan ko'ra keskinroq bo'ladi, chunki odamlar o'zlarining his-tuyg'ularini nazorat qilishga kamroq harakat qilishadi.

Internetning yana bir ta'siri – ijtimoiy izolyatsiyaning kuchayishi. Garchi virtual jamoalar odamlarni bir-biriga yaqinlashtirsa-da, ko'p foydalanuvchilar real hayotdagi munosabatlardan uzoqlashib, faqat onlayn muhitga qaram bo'lib qolmoqda. Bu holat psixologik jihatdan yolg'izlik, depressiya va ijtimoiy ko'nikmalarning zaiflashishiga olib keladi. Masalan, tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ijtimoiy tarmoqlarda ko'p vaqt o'tkazadigan yoshlar real hayotda muloqot qilishda qiyinchiliklarga duch kelishadi.

Global qamrov va madaniy farqlar

Internet global platforma bo'lib, turli madaniyat va qadriyatlar tizimiga ega bo'lgan odamlarni birlashtiradi. Bu esa odob-axloq normalarining turlicha talqin qilinishiga olib keladi.

Masalan, bir madaniyatda qabul qilinadigan xatti-harakat boshqa madaniyatda nomaqbul sifatida qabul qilinishi mumkin. Bu holat virtual jamoalarda nizolar va noto'g'ri tushunishlarni keltirib chiqaradi.

Virtual jamoalarda odob-axloq normalari

Virtual jamoalar o'ziga xos odob-axloq normalarini shakllantiradi, lekin bu normalar real hayotdagidan farq qiladi. Psixologik nuqtai nazardan, bu jarayonni tahlil qilishda ijtimoiy norma nazariyasi va axloqiy rivojlanish modellari, masalan, Kohlbergning axloqiy rivojlanish nazariyasi qo'llaniladi.

Internetdagi odob-axloq normalari ko'pincha jamoaning madaniyati va qoidalari bilan belgilanadi. Masalan, Discord yoki Reddit kabi platformalarda har bir guruhning o'ziga xos qoidalari mavjud bo'lib, foydalanuvchilar ularga rioya qilishga majbur. Biroq, bu qoidalar universal emas va ko'pincha subyektiv tarzda qo'llaniladi. Shu sababli, bir jamoada odobli deb qabul qilingan xatti-harakat boshqa jamoada axloqsiz sifatida baholanishi mumkin. Masalan, hazil yoki kinoya bir guruhda qabul qilinsa, boshqa guruhda haqorat sifatida qaralishi mumkin.

Anonimlik va mas'uliyatning pastligi virtual jamoalarda odob-axloq normalarini buzishga olib keladi. "Kiberbulling" (onlayn zo'ravonlik) kabi hodisalar ko'pincha foydalanuvchilarning o'z harakatlari uchun javobgarlikni his qilmasligi bilan bog'liq. Psixologiyada bu "axloqiy ajralish" (moral disengagement) deb ataladi – odamlar o'z xatti-harakatlarining oqibatlarini e'tiborsiz qoldirib, ularni oqlashga urinadilar. Masalan, kimdir boshqa foydalanuvchini haqorat qilsa, buni "faqat hazil" deb oqlashi mumkin.

Virtual jamoalarda odob-axloq normalarini shakllantirishda ijtimoiy ta'sir muhim rol o'ynaydi. Agar jamoada tajovuzkor muloqot odatiy hol sifatida qabul qilinsa, yangi a'zolar ham shunga moslashadi. Bu jarayon psixologiyada "ijtimoiy yuqtirish" (social contagion) deb ataladi.

Masalan, agar guruhda haqoratli so'zlar ishlatish odat tusiga kirsas, bu xatti-harakat tezda boshqa a'zolarga ham tarqaladi.

Psixologik ta'sirning ijobiy va salbiy tomonlari

Internetdan foydalanishning ijtimoiy xulq va odob-axloqqa ta'siri ham ijobiy, ham salbiy jihatlarga ega. Ijobiy tomondan, virtual jamoalar odamlarga o'zlariga o'xshash odamlarni topish va qo'llab-quvvatlash imkonini beradi. Masalan, ruhiy kasalliklardan aziyat chekuvchilar uchun maxsus guruhlar foydalanuvchilarga o'z tajribalarini baham ko'rish va yolg'izlikdan xalos bo'lishga yordam beradi. Bu psixologik salomatlikka ijobiy ta'sir ko'rsatadi va odamlar o'zlarini jamiyatning bir qismi sifatida his qilishadi.

Salbiy tomondan, internetdagi axloqsiz xatti-harakatlar ijtimoiy barqarorlikka tahdid soladi. Nafrat so'zlari (hate speech), yolg'on axborot tarqatish va kiberbulling kabi hodisalar foydalanuvchilarda stress, xavotir va ishonchsizlikni oshiradi.

Psixologik jihatdan, bu holat odamlarning o'zaro munosabatlariga salbiy ta'sir qiladi va virtual jamoalarni zaharli muhitga aylantiradi.

Internetdan foydalanishning kelajakdagi ta'siri

Internetning ijtimoiy xulq va odob-axloqqa ta'siri kelajakda yanada kuchayishi mumkin.

Texnologiyaning rivojlanishi, masalan, sun'iy intellekt va virtual reallikning kengayishi, psixologik jarayonlarni yanada murakkablashtiradi. Masalan, virtual reallikda odamlar o'zlarini butunlay boshqa shaxs sifatida tasavvur qilishi mumkin, bu esa ularning real hayotdagi xulq-atvoriga ta'sir qilishi ehtimoldan xoli emas.

Shu bilan birga, internetdagi odob-axloq normalarini tartibga solish uchun yangi yondashuvlar ishlab chiqilishi zarur. Masalan, ijtimoiy tarmoqlar axloqsiz xatti-harakatni aniqlash uchun sun'iy intellektdan foydalanishi mumkin. Biroq, bu jarayonda shaxsiy maxfiylik va so'z erkinligi o'rtasidagi muvozanatni saqlash muhim bo'ladi.

Xulosa

Internetdan foydalanish ijtimoiy xulq-atvor va virtual jamoalarda odob-axloq normalarini shakllantirishda muhim psixologik xususiyatlarga ega. Anonimlik, virtual haqiqat, tezkor aloqa va ijtimoiy tasdiqlash kabi omillar inson psixologiyasiga ta'sir qilib, yangi xulq-atvor namunalarni vujudga keltiradi. Bu jarayon ijobiy va salbiy oqibatlariga olib keladi: bir tomondan, odamlar o'zlarini ifoda etish va qo'llab-quvvatlash imkoniyatiga ega bo'lsa, boshqa tomondan, axloqsiz xatti-harakatlar, ijtimoiy izolyatsiya va zaharli muhit kabi muammolar paydo bo'ladi.

Virtual jamoalarda odob-axloq normalarini mustahkamlash uchun psixologik ta'lim, mas'uliyatni oshirish va texnologik yechimlar zarur. Foydalanuvchilar o'z harakatlarining oqibatlari haqida ko'proq o'ylashi va virtual muhitda ham real hayotdagi ijtimoiy normalarga rioya qilishi muhimdir. Faqat shu yo'l bilan internet insoniyat uchun nafaqat texnologik, balki axloqiy jihatdan ham foydali vositaga aylanishi mumkin.

REFERENCES

1. Тилаволдиев, Р. (2024). Психологическая подготовка спортсменов к соревнованиям. *Research and implementation*, 2(6), 127-135.
2. Tilavoldiyev, R. (2024). Zamonaviy sportda sport psixologiyasining ahamiyati va sport psixologining vazifasi. *Research and Implementation*, 124-128.
3. Tilavoldiyev, R. R. (2024). SPORTCHI GAVDA TIPINING HARAКТER VA TEMPERAMENTGA TA'SIRI. *Экономика и социум*, (5-2 (120)), 700-703.
4. Qovlonbekov, A. (2024). Yangi O'zbekistonda tadbirkorlikning ijtimoiy-psixologik xususiyatlari. *Tadqiqot va amalga oshirish*, 2 (7), 174-178.
5. Ergashov, U., & Sulaymonov, M. (2023). Sportchilar dasxatlarining funksional ahamiyati va xoslanishining bugungi kundagi o'rni. *Gospodarka i Innowacje.*, 32, 1-4.
6. Эргашов, У. (2024). ВЛИЯНИЕ ЯЗЫКА НА КОГНИТИВНЫЕ И ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ. *Research and implementation*, 2(6), 146-150.
7. Baumeister, R. F., & Exline, J. J. (1999). Virtue, personality, and social relations: Self-control as the moral muscle. *Journal of Personality*, 67(6), 1165-1194.
8. Latané, B. (1981). The psychology of social impact. *American Psychologist*, 36(4), 343-356.

9. Matias, J. N. (2019). Preventing harassment and increasing group participation through social norms in online communities. *Proceedings of the ACM on Human-Computer Interaction*, 3(CSCW), 1-28.
10. Suler, J. (2004). The online disinhibition effect. *CyberPsychology & Behavior*, 7(3), 321-326.