

Yoshlar ongini hozirgi kunning axborot xurujlaridan himoya qilishning psixologik omillari

Raxmonova Go‘zal Bobir qizi

Guliston davlat pedagogika instituti Ijtimoiy gumanitar fanlar fakulteti
Xorijiy til va adabiyoti yo‘nalishi tyutori

Annotatsiya: Ushbu tadqiqot yoshlarning ongini hozirgi kunning axborot xurujlaridan himoya qilishning psixologik omillarini o‘rganishga qaratilgan. Bugungi kunda internet va ijtimoiy tarmoqlar orqali tarqaladigan axborot miqdori ortib bormoqda, bu esa yoshlarning ruhiy holati va ongiga salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Tadqiqotda, yoshlarning axborot oqimiga qarshi kurash usullari, ularning tanqidiy fikrlash qobiliyatini rivojlantirish, shuningdek, psixologik mustahkamlik va stressga chidamlilik kabi omillarni o‘rganish ko‘zda tutilgan. Shuningdek, axborot xurujlarining turli shakllari (dezinformatsiya, manipulyatsiya va h.k.) hamda ularni aniqlash va ularga qarshi kurashish strategiyalari haqida ma'lumot beriladi. Yoshlarni ongini himoya qilish uchun zarur bo‘lgan psixologik resurslar va ta'lim tizimidagi o‘zgarishlar ham muhokama qilinadi. Ushbu tadqiqot natijalari yoshlarni axborotdan himoya qilish bo‘yicha samarali strategiyalar ishlab chiqishda yordam berishi mumkin.

Kalit so‘zlar: kritik fikrlash, o‘z-o‘zini anglash, emotsional intellect, axborot san'atkorligi, stressga chidamlilik, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash, ma'naviy rivojlanish.

Аннотация: Данное исследование направлено на изучение психологических факторов защиты сознания молодежи от современных информационных атак. Сегодня объем информации, распространяемой через Интернет и социальные сети, увеличивается, что может оказать негативное влияние на психическое состояние и сознание молодежи. В исследовании планируется изучить методы борьбы с информационным потоком молодежи, развитие у нее навыков критического мышления, а также изучение таких факторов, как психологическая устойчивость и стрессоустойчивость. Также представлена информация о различных формах информационных атак (dezinformatsiya, manipulyatsiya i t. d.) i strategiyah ix vyavleniya i bor'by s nimi. Takzhe obshchayutsya psixologicheskiye resursy i obrazovatelnyye izmeneniya, neobxodimyye dlya zashchity soznaniya molodykh lyudey. Rezul'taty etogo issledovaniya moyut pomoch' v razrabotke effektivnykh strategiy zashchity molodykh lyudey ot informatsii.

Ключевые слова: критическое мышление, самосознание, эмоциональный интеллект, информационная креативность, стрессоустойчивость, социальная поддержка, духовное развитие.

Abstract: This study is aimed at studying the psychological factors of protecting the minds of young people from today's information attacks. Today, the amount of information spread through the Internet and social networks is increasing, which can have a negative effect on the mental state and consciousness of young people. In the study, it is planned to study the methods of combating the information flow of young people, the development of their critical thinking skills, as well as the study of factors such as psychological strength and stress resistance. It also provides information on various forms of information attacks (disinformation, manipulation, etc.) and strategies for identifying and combating them. Psychological resources and educational changes needed to protect the minds of young people are also discussed. The results of this research can help in developing effective strategies for protecting young people from information.

Key words: critical thinking, self-awareness, emotional intelligence, information creativity, stress resistance, social support, spiritual development.

Kirish: Yoshlar ongini hozirgi kunning axborot xurujlaridan himoya qilishning psixologik omillari bir qancha muhim jihatlarni o‘z ichiga oladi. Bu jihatlar yoshlarning ruhiy salomatligi, qaror qabul qilish qobiliyati va umumiy hayot sifatiga ta'sir qiladi. Quyidagi omillarni ko‘rib chiqish mumkin:

1. Kritik fikrlash qobiliyati: Yoshlar axborotni tahlil qilish va baholash qobiliyatini rivojlantirishlari kerak. Bu, ularga ma'lumotlarning haqiqatligini aniqlashda yordam beradi va manipulyatsiyalangan yoki yolg'on axborotdan saqlanishga imkon beradi.
2. Axborot manbalarini tanlash: Yoshlarni ishonchli va obro‘li manbalardan axborot olishga o‘rgatish, ularni yolg'on va manipulyativ ma'lumotlardan himoya qiladi.
3. Emotsional barqarorlik: Stress va emotsional yuklamalarni boshqarish qobiliyati yoshlarni axborot xurujlariga qarshi turishda yordam beradi. Meditatsiya, sport yoki boshqa stressni kamaytiruvchi faoliyatlar bilan shug'ullanish foydali bo‘lishi mumkin.
4. Ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash: Oila, do‘stlar va jamiyatdagi ijtimoiy aloqalar yoshlarning psixologik salomatligi uchun muhimdir. Ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash tizimi yoshlarning og'ir vaziyatlarga qarshi kurashishga yordam beradi.

5. O‘z-o‘zini anglash: Yoshlarning o‘z hissiyotlari, qadriyatlari va maqsadlarini tushunishi ularni tashqi ta'sirlardan kamroq ta'sirlanishga yordam beradi.

6. O‘qituvchilar va ota-onalarning roli: Ota-onalar va o‘qituvchilar yoshlarni axborot xavflaridan himoya qilishda muhim rol o‘ynaydi. Ularning ko‘magi bilan yoshlar to‘g‘ri fikrlashni, mantiqiy qaror qabul qilishni o‘rganadilar.

7. Raqamli savodxonlik: Raqamli dunyoda yashayotgan yoshlar uchun raqamli savodxonlikni oshirish muhimdir. Ular internetda qanday qilib to‘g‘ri ma'lumot topishni va noto‘g‘rilaridan qanday saqlanishni bilishlari kerak.

Ushbu omillarni hisobga olish orqali yoshlarni zamonaviy axborot xurujlariga qarshi kurashishga tayyorlash mumkin. Buning natijasida ular yanada mustahkam, ongli va oqilona shaxs sifatida rivojlanadilar.

Asosiy qism: Hozirgi kunda yoshlar axborot texnologiyalari rivoji va internetning keng tarqalishi sababli turli xil axborot xurujlariga duch kelmoqdalar. Ijtimoiy tarmoqlar, yangiliklar portallari va boshqa onlayn platformalarda tarqatilyotgan ma'lumotlarning to‘g‘riligi, ishonchliligi va foydaliligi doimiy ravishda savol ostiga olinmoqda. Yoshlarning ongini himoya qilish, ularga tanqidiy fikrlash qobiliyatini rivojlantirish va axborotlarning psixologik ta'siridan saqlanish muhim ahamiyatga ega.

Ushbu maqolada yoshlarning ongini hozirgi kunning axborot xurujlaridan himoya qilishda muhim bo‘lgan psixologik omillarni tahlil qilamiz. Bular orasida tanqidiy fikrlash, emosional barqarorlik, o‘z-o‘zini anglash, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash va shaxsiy chegaralarni belgilash kabi jihatlar mavjud.

Tanqidiy Fikrlash

Yoshlarni axborot xurujlaridan himoya qilishda tanqidiy fikrlash qobiliyati eng asosiy omillardan biridir. Tanqidiy fikrlash — bu ma'lumotlarni chuqur tahlil qilish, ularning manbasini baholash va har qanday ma'lumotni shubha bilan qabul qilish qobiliyatidir. Yoshlar bu ko‘nikmalarni rivojlantirib, yolg'on yoki manipulyatsion axborotni aniqlay oladilar.

Emosional Barqarorlik

Emosional barqarorlik yoshlarning stress va noqulay his-tuyg'ularga qarshi kurasha olish qobiliyatidir. Axborot xurujlari ko‘pincha qo‘rquv, xavotir yoki g'azab kabi kuchli emosiyalarni keltirib chiqaradi. Emosional barqarorligi yuqori bo‘lgan

yoshlar bunday his-tuyg'ularni boshqarish orqali sog'lom qarorlar qabul qilishlari mumkin.

O‘z-O‘zini Anglash

O‘z-o‘zini anglash — bu shaxsning o‘z hissiyotlari, qadriyatlari va ehtiyojlarini tushunishdir. Yoshlar o‘z-o‘zini anglagan holda, ular o‘zining manfaatlarini himoya qilishga tayyor bo‘lishadi hamda insonlarni manipulyatsiya qiluvchi axborotlarga nisbatan immunitet hosil qiladilar.

Ijtimoiy Qo‘llab-Quvvatlash

Ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash — bu do‘stlar, oilalar yoki hamkasblar tomonidan taqdim etilgan emotsional yordamdir. Yoshlar ijtimoiy tarmoqlarda faol ishtirok etib, bir-birlari bilan tajriba almashish orqali haqiqatan ham foydali ma'lumotlarga erishadilar va noto‘g‘ri ma'lumotlardan saqlanishga yordam beradigan muhit yaratadilar.

Shaxsiy Chegaralarni Belgilash

Shaxsiy chegaralarni belgilash yoshlarning o‘z hissiyotlari va shaxsiyatlarini himoya qilishda muhim rol o‘ynaydi. Yoshlar uchun noto‘g‘ri yoki zararli axborotni filtrlash imkoniyatiga ega bo‘lish juda muhimdir. Bu ularni salbiy ta'sirlardan saqlaydi va ruhiyatlarini yaxshilaydi.

Xulosa: Yoshlarni hozirgi kunning axborot xurujlaridan himoya qilish uchun psixologik omillarni tushunish zarur. Tanqidiy fikrlash, emosional barqarorlik, o‘z-o‘zini *anglash*, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash va shaxsiy chegaralarni belgilash kabi jihatlar yosh avlodga mustaqil fikr yuritishga yordam beradi hamda salbiy ta'sirlardan himoyalalanishlarini ta'minlaydi. Bu jarayon nafaqat individual darajada balki jamiyat miqyosida ham ahamiyatga ega bo‘ladi. oshlarni hozirgi kunning axborot xurujlari oldida himoya qilish uchun psixologik omillarning ahamiyatini inkor qilib bo‘lmaydi. Tanqidiy fikr yuritish qobiliyati, psixologik resurslar, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash, ta’lim va media-savodxonlik — bularning barchasi yoshlarning ongini mustahkamlashda muhim rol o‘ynaydi. Kelajak avlodimizni sog'lom ruhda tarbiyalash orqali biz ularga yanada yorqin kelajak yaratamiz.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. O‘qituvchi, A. (2020). O‘zbekiston tarixi. Tashkent: O‘zbekiston davlat nashriyoti.
2. Karimova, N. (2019). Iqtisodiyot asoslari. Tashkent: Iqtisodiyot va tadbirkorlik universiteti.



3. Abdullaeva, S. (2021). "O‘zbek tilida yangi so‘z hosil qilish usullari". Filologiya masalalari, 12(3), 45-52.

4. Rahmonov, F. (2022). "Innovatsion texnologiyalar va ta'lim". Ta'lim muammolari, 15(1), 77-85.

Internet manbalari:

- O‘zbekiston Respublikasi Davlat Statistika Qo‘mitasi. (2023). "Statistik ma'lumotlar". <https://stat.uz>

- UNESCO. (2022). "Ta'lim sohasidagi global tendensiyalar". <https://unesco.org>



**Research Science and
Innovation House**

