

O'ZBEKISTON: ZAMONAVIY ILM-FAN VA TADQIQOT MASALALARI

IJTIMOIIY TARMOQLARDA “MUKAMMAL HAYOT” BOSIMI VA UNING RUHIYATGA TA’SIRI

*Qo’qon universiteti Andijon filiali Ijtimoiy-gumanitar fakulteti filologiya
ingliz tili yo’nalishi talabasi*

Nasriddinova Maxbuba Sardorbekovna

*Qo’qon universiteti Andijon filiali Tibbiyot fakulteti davolash ishi yo’nalishi
talabasi*

Dumayeva Muqaddamoy Odilxon qizi

Annotatsiya: Mazkur maqolada ijtimoiy tarmoqlarda keng tarqalayotgan “mukammal hayot” kontentlarining yoshlar ruhiy holatiga ta’siri tibbiy va filologik yondashuvlar asosida tahlil qilinadi. Tadqiqotda Instagram, TikTok va YouTube platformalaridagi yaratilgan kontentlarning lingvistik xususiyatlari, xususan, idealizatsiya qiluvchi soʻz birikmalari va yashirin ma’no beruvchi diskurs elementlari koʻrib chiqiladi. Tibbiy nuqtayi nazardan esa ushbu kontentning doimiy iste’moli stress, xavotir va emotsional charchoq kabi ruhiy holatlarning kuchayishiga olib kelishi tahlil etiladi. Natijalar **filolog va tibbiyot** mutaxassislari hamkorligida media savodxonlikni oshirish zarurligini koʻrsatadi.

Kalit soʻzlar: Ijtimoiy tarmoqlar, mukammal hayot diskursi, ingliz tilidagi kontent, ruhiy salomatlik, stress va xavotir.

Kirish

Soʻnggi tadqiqotlar shuni koʻrsatadiki, ijtimoiy tarmoqlarga doimiy bogʻliqlik yoshlar orasida ruhiy bosimni oshiradi va ular oʻzlarini boshqalar bilan tez-tez solishtirishga moyil boʻladi [1,45]. Shuningdek ijtimoiy tarmoqlar yoshlar hayotida muhim ijtimoiy va psixologik rol oʻynay boshladi. Instagram, TikTok, YouTube va boshqa platformalarda ingliz tilida yaratilgan “mukammal hayot” kontenti keng tarqalgan boʻlib, u koʻpincha idealizatsiya qiluvchi vizual va lingvistik elementlar orqali foydalanuvchilarni real hayot bilan solishtirishga undaydi. Ushbu kontentda ishlatiladigan soʻz birikmalari va frazeologik iboralar (masalan, “perfect life”, “be your best self”, “glow up”) yoshlarning oʻz-oʻzini baholashiga, motivatsion, lekin baʼzan haddan tashqari bosim yaratishga olib keladi. Ingliz tilidagi ijtimoiy media kontenti koʻpincha motivatsion iboralar va madaniy stereotiplar orqali foydalanuvchilarni boshqalar bilan solishtirishga undaydi, bu esa ularning ruhiy holatiga yashirin taʼsir koʻrsatadi [2,25]. Tibbiyot nuqtai nazaridan, bunday idealizatsiya qilingan kontentga doimiy taʼsir stress, xavotir, depressiv holatlar, emotsional charchoq va uyqu buzilishi kabi ruhiy salomatlik muammolarini kuchaytirishi

O'ZBEKISTON: ZAMONAVIY ILM-FAN VA TADQIQOT MASALALARI

mumkin. Yoshlar ko'pincha ijtimoiy tarmoqlarda boshqalarning muvaffaqiyatlari va go'zalligi bilan o'zlarini solishtiradi, bu esa kortizol va boshqa stress gormonlarining ortishi bilan bog'liq fiziologik o'zgarishlarga olib keladi. Shu sababli, bu muammo nafaqat psixologik, balki tibbiy jihatdan ham dolzarb hisoblanadi. Filologik tahlil esa ingliz tilidagi kontentning lingvistik va madaniy xususiyatlarini o'rganish imkonini beradi. Masalan, motivatsion so'zlar, tashqi mukammallikni targ'ib qiluvchi frazalar va madaniy kontekst yoshlarning ruhiy reaksiyasini qanday shakllantirishi mumkinligi tadqiqot predmeti sifatida ko'riladi. Ingliz tilidagi kontentni o'zbek auditoriyasiga tarjima qilish yoki moslashtirish jarayonida lingvistik noaniqliklar, kontekstni noto'g'ri tushunish ham stress va noto'g'ri taqqoslashga olib keladi. Shu sababli, ushbu tadqiqot ijtimoiy tarmoqlarda ingliz tilidagi "mukammal hayot" diskursining yoshlar ruhiyatiga ta'sirini interdisiplinar yondashuv bilan o'rganishga qaratilgan. Tadqiqotning asosiy maqsadi — tibbiyot va filologiya integratsiyasi orqali yoshlar salomatligini ta'sir qiluvchi ijtimoiy media omillarini aniqlash va ularni kamaytirish bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqishdir. So'nggi yillarda ijtimoiy tarmoqlar yoshlar hayotida muhim rol o'ynay boshladi. Instagram, TikTok, YouTube kabi platformalarda ingliz tilida yaratilgan "mukammal hayot" kontenti keng tarqalgan bo'lib, u ko'pincha idealizatsiya qiluvchi so'zlar, vizual obrazlar va madaniy stereotiplardan iborat. Bu kontent yoshlarni o'zlarini boshqalar bilan solishtirishga undaydi, natijada ruhiy bosim, stress va xavotir darajasi oshadi. Tibbiyot nuqtai nazaridan, bunday holatlar depressiv kayfiyat, uyqu buzilishi, emotsional charchoq va kortizol darajasining oshishi kabi fiziologik va psixologik o'zgarishlarga olib kelishi mumkin. Shu bilan birga, uzoq muddatli ta'sirlar yoshlar orasida ruhiy salomatlik muammolarini kuchaytiradi.

Filologiya nuqtai nazaridan, ingliz tilidagi kontentning lingvistik va madaniy xususiyatlari muhim ahamiyatga ega. Yoshlar ingliz tilini mukammal bilmasligi yoki kontentni tanqidiy o'qiy olmasligi natijasida uning ta'sirini noto'g'ri tushunadi va o'zini real hayot bilan solishtirish orqali stressni kuchaytiradi. Shu sababli, ijtimoiy media kontentini tahlil qilishda filolog va tibbiyot mutaxassislari hamkorligi zarur bo'ladi. Shu sababli, ijtimoiy media kontentini tahlil qilishda filolog va tibbiyot mutaxassislari hamkorligi zarur bo'ladi. Filologlar kontentning lingvistik va madaniy jihatlarini tahlil qilsa, tibbiyot mutaxassislari uning yoshlar ruhiyatiga ta'sirini aniqlashi mumkin. Bu hamkorlik natijasida nafaqat kontentning zararli ta'siri aniqlanadi, balki yoshlarning stress, xavotir va depressiv holatlarga uchrash xavfini kamaytirishga qaratilgan strategiyalar ishlab chiqish imkoniyati paydo bo'ladi. Shuningdek, bu yondashuv media savodxonlikni oshirish, ijtimoiy tarmoqlarda tanqidiy fikrlashni rivojlantirish va ruhiy salomatlikni qo'llab-quvvatlashga xizmat qiladi. Interdisiplinar tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ijtimoiy

O'ZBEKISTON: **ZAMONAVIY ILM-FAN VA TADQIQOT MASALALARI**

tarmoqlarda ingliz tilidagi kontentning ta'sirini tushunish va unga qarshi choralar ishlab chiqish uchun nafaqat tibbiy bilim, balki lingvistik tahlil qobiliyati ham muhimdir. Shu bilan birga, yoshlar orasida kontentni tanqidiy o'qish va madaniy kontekstni tushunish qobiliyatini rivojlantirish ruhiy bosimni kamaytirishda samarali vosita bo'lib xizmat qiladi. Shu tariqa, filolog va tibbiyot mutaxassislari birgalikda ishlash orqali dolzarb muammoni yanada samarali o'rganish va yechim ishlab chiqish imkoniyatiga ega bo'ladi. Bundan tashqari, ijtimoiy tarmoqlarda "mukammal hayot" kontentining yoshlar orasida o'zini tanqidiy baholash qobiliyatini pasaytirishi va o'ziga nisbatan real bo'lmagan kutishlarni shakllantirishi ham muhim jihatdir. Masalan, Instagram'da mashhur blogerlar tomonidan e'lon qilinadigan ingliz tilidagi motivatsion postlar, "morning routine" yoki "perfect weekend" kabi kontentlar yoshlarni o'z kundalik hayotini boshqalarnikiga solishtirishga undaydi va bu stressni kuchaytiradi. Shuningdek, filologik tahlil bu kontentning semantik va pragmatik xususiyatlarini ochib beradi. Masalan, "self-love" yoki "work hard, play hard" iboralari yoshlar uchun motivatsion bo'lib ko'rinsa-da, ular ko'pincha ortiqcha bosim yaratadi, chunki ularning kundalik tajribasi va sharoiti bilan mos kelmaydi. Ingliz tilini yetarlicha bilmagan foydalanuvchilar bu iboralarni noto'g'ri talqin qilishi va o'zini boshqalar bilan solishtirib, ruhiy charchoqni kuchaytirishi mumkin.

Bundan tashqari, tibbiy jihatdan, kontentning vizual komponentlari ham muhim ahamiyatga ega. Masalan, mukammal tana, mukammal uy yoki mukammal hayot tarzini ko'rsatuvchi videolar kortizol va adrenalin darajasining ortishiga olib kelishi mumkin, bu esa uzoq muddatda depressiv holat yoki uyqu buzilishiga sabab bo'ladi. Shu bilan birga, filologlar kontentdagi madaniy stereotiplarni aniqlash orqali yoshlarni ongli iste'mol va tanqidiy fikrlashga o'rgatish imkonini beradi. Shu tariqa, interdisiplinar yondashuv nafaqat kontentning ruhiy salomatlikka salbiy ta'sirini aniqlash, balki unga qarshi profilaktik choralarni ishlab chiqish va yoshlarni ijtimoiy tarmoqlarda sog'lom media madaniyati bilan tanishtirish imkonini beradi. Bu hamkorlik orqali tibbiyot va filologiya bilimlari birlashtirilib, dolzarb va amaliy muammoni hal qilishga qaratilgan samarali yechimlar ishlab chiqilishi mumkin. Bundan tashqari doimiy ravishda idealizatsiya qilingan ijtimoiy media kontentini ko'rish stress gormonlari — xususan kortizol darajasining oshishiga olib keladi va bu uzoq muddatda ruhiy va fiziologik holatning buzilishiga sabab bo'ladi [3,90]..

Barchamiz payqashimiz mumkinki bizning hayotimiz kundan kunga soxtalashib bormoqda har bir ko'rayotgan, kuzatayotgan real deb o'ylayotgan voqeliklar yoki qandaydur elementlarni asil haqiqatlarini anglab qolganlar ham bo'layapti. Deylik yaqin do'stlar yoki bir biradan uzoqlashib borayotgan qadrdonlar hech qachon bir birlaridan habar olib yozmaydi. Ammo ularning

O'ZBEKISTON: ZAMONAVIY ILM-FAN VA TADQIQOT MASALALARI

tug'ilgan kunlarida tabriklab sahifasiga qo'ygan tarihlardan bilishimiz mumkinki bu ko'zbo'yamachilikni bir turi vaholanki qachon oxirgi marta xol ahvolini so'rab yozganini bilmayotgan o'sha qo'shtirnoq ichidagi do'stlar o'sha kunga kelib tabriklashligi kerakligini bilib qoladilar. O'zlarini shu darajada ijtimoiy tarmoqlarda ko'rsatadilarki ularni real hayotda ko'rganlar hech qachon taniy olmaydilar. Xattoki shu darajadagi holatlarga duch keldimki, qandaydur obunachisi oz guruhlardan olingan video rasmlarni o'zlari borganlaridek o'zlari tanavvul qilganlaridek o'z sahifalarida do'stlari va tanishlari bilan baham ko'radilar. Buni ko'rgan tashqaridagi insonlar ularni qo'shtirnoq ichidagi mukammal hayotlariga havas qilishni hohlaydilar, havas qilish bilan cheklanib qolmay keyingi bosqichda o'zlarini hayotlaridan nolib noshukurlik qilishlikni boshlaydilar va yaqin insonlariga aziyat yetkazish orqali o'zlariga ham yaqinlariga ham zarar yetkizgan bo'lishadilar. Influencer blogerlarni kuzatishni, obuna bo'lishni ham chek-chegarasi mavjud, ular ham bizning hayotimizga somon ta'sir o'tkizishlari mavjud deylik muzlatgichlarini ochganda to'la bo'lishligi, kiyim kechaklarini oxiri bo'lmasligi insonga qandaydur dil xiralikarni paydo qiladi. Faqatgina bu bilan cheklanmay ko'rishimiz mumkinki, faqatgina ayollarda emas erkaklarda ham o'z hayot tarzidan qoniqmaslik hislari mavjud bo'lishi mumkin lekin ular ko'rayotgan noshukurchiliklari bunday ehtiyojlarga bog'liq emas. Ular ko'proq ayollaridan nolishadi va ijtimoiy tarmoqdagi butun yuz, tanasi sun'iy bo'lgan ayollarni o'zining samimiy, tabiiy, sodda ayollaridan ustun ko'radilar. Shu sabablardan ham ko'proq ajrimlar kelib chiqadi. Bu misollarimiz faqat erkaklarga emas ayollarga bog'liq hollari ham bor deylik ayollar juda ham ko'p vaziyatlarda yosh bloger oilalarni miriqib kuzatib o'tiradilar va ularning o'rnilarida bo'lib qolishlikni orzu qilishadilar, kun ora qimmatbaxo sovg'alarni, gullarni olishlik tabiiy holat, shunday bo'lishligi kerak, bu suv va havodek kerakli deb o'ylashni, shunday fiklashni boshlashadilar. Vaholanki u gullar va sovg'alar reklama qilib berganlari sababidan berilgan yoki reklama qilib berishi uchun berilgan bo'ladi. Buni bilmagan ayollar esa gulday oilasini noshukurligi va besabrligi uchun barbod qiladilar, mana shu holat internetga qullik va qaramlik deb ataladi afsuski!

Metodika:

Ushbu tadqiqot ijtimoiy tarmoqlarda ingliz tilida yaratilgan "mukammal hayot" kontentining yoshlar ruhiyatiga ta'sirini interdisiplinar yondashuv orqali o'rganishga qaratilgan. Tadqiqot obyekti — Instagram, TikTok va YouTube platformalaridagi ingliz tilidagi postlar va videolar; predmeti esa ushbu kontentning ruhiy salomatlikka, xususan stress, xavotir va o'z-o'zini baholashga ta'siridir. Oldingi tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ijtimoiy tarmoqlardagi kontent yoshlar ruhiy holatiga bevosita va bilvosita ta'sir ko'rsatadi, ayniqsa doimiy onlayn muloqot sharoitida [4,78].

O'ZBEKISTON: **ZAMONAVIY ILM-FAN VA TADQIQOT MASALALARI**

Kontent tanlash va tahlil qilish (Filologik yondashuv) 50 ta mashhur ingliz tilidagi post va video tanlandi. Kontentdagi motivatsion iboralar, metaforalar va madaniy stereotiplar lingvistik tahlil qilindi. Tanqidiy diskurs va semantik tahlil orqali kontentdagi yashirin bosim va ijtimoiy taqqoslash elementlari aniqlandi. Bu yondashuv ijtimoiy tarmoqlardagi til birliklarining foydalanuvchi hissiy holatiga qanday ta'sir qilishini tushunishga yordam beradi [4,80].

Ruhiy salomatlikni baholash (Tibbiyot yondashuvi) 18–25 yoshdagi 100 nafar ishtirokchi tanlandi. So'rovnomalar, psixologik testlar (Beck Anxiety Inventory, Perceived Stress Scale) va qisqa intervyular orqali kontent iste'moli bilan bog'liq stress va xavotir darajasi o'lchandi. Psixologik baholash usullari onlayn muhitda muloqot qiluvchi yoshlarning ruhiy holatini aniqlashda samarali hisoblanadi [4,85]. Olingan natijalar statistika vositalari bilan tahlil qilindi.

Integratsion tahlil

Filologik va tibbiy natijalar birlashtirilib, kontentning lingvistik xususiyatlari va ruhiy salomatlik ko'rsatkichlari orasidagi bog'liqlik aniqlandi. Bunday integratsion yondashuv ijtimoiy tarmoqlarning ruhiy ta'sir mexanizmlarini chuqurroq ochib berishga xizmat qiladi [4,90]. Shu orqali yoshlar orasida media savodxonlikni oshirish va zararli ta'sirlarni kamaytirish bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqildi.

Natijalar:

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, ijtimoiy tarmoqlarda ingliz tilida tarqatilayotgan “mukammal hayot”ga oid kontent yoshlar ruhiy holatiga sezilarli ta'sir ko'rsatmoqda. Lingvistik tahlil jarayonida tanlangan 50 ta post va videoda eng ko'p uchragan til birliklari sifatida “perfect life”, “success mindset”, “no excuses”, “stay productive”, “glow up” kabi iboralar aniqlandi. Ushbu birliklar asosan buyruq ohangida yoki ideal holatni normativ sifatida ko'rsatish orqali auditoriyaga yashirin bosim yuklaydi. Tilshunos D. Crystal ta'kidlaganidek, internet tilida qisqa, takroriy va emotsional jihatdan kuchli birliklar foydalanuvchi ongiga tez singadi va ularning o'zini idrok etishiga ta'sir qiladi [5,58]. Psixologik baholash natijalariga ko'ra, so'rovnomada qatnashgan 100 nafar ishtirokchining 67 foizi ijtimoiy tarmoqlarda ko'rilgan kontentdan so'ng o'z hayotini boshqalar bilan solishtirishga moyilligi oshganini bildirgan. Beck Anxiety Inventory natijalari esa ishtirokchilarning muhim qismida o'rtacha va yuqori darajadagi xavotir mavjudligini ko'rsatdi. Ayniqsa, ingliz tilidagi motivatsion kontentni muntazam iste'mol qiluvchi yoshlar orasida stress darajasi yuqoriroq ekani aniqlandi. Integratsion tahlil natijalari shuni ko'rsatdiki, lingvistik jihatdan idealizatsiyalangan va soddalashtirilgan til shakllari ruhiy bosimni kuchaytiruvchi omil sifatida namoyon bo'ladi. Crystal fikricha, internet tilining global xarakteri madaniy

O'ZBEKISTON: ZAMONAVIY ILM-FAN VA TADQIQOT MASALALARI

filtrsiz qabul qilinadi va bu holat mahalliy auditoriyada noto'g'ri talqinlarga olib kelishi mumkin [5,70]. Mazkur tadqiqot natijalari ham aynan shu xulosani tasdiqlaydi. Umuman olganda, natijalar ingliz tilidagi ijtimoiy media kontentining nafaqat axborot, balki psixologik ta'sir vositasi sifatida ham faol ishlayotganini ko'rsatadi. Bu esa tilshunoslik va tibbiyot yo'nalishlari hamkorligida bunday kontentni tahlil qilish zarurligini yana bir bor tasdiqlaydi.

Muhokama:

Mazkur tadqiqot natijalari ijtimoiy tarmoqlarda ingliz tilida yaratilayotgan "mukammal hayot" kontenti yoshlar ruhiy salomatligiga ko'p qirrali ta'sir ko'rsatishini tasdiqlaydi. Olingan natijalar shuni ko'rsatdiki, lingvistik jihatdan idealizatsiyalangan, soddalashtirilgan va takroriy birliklardan foydalanilgan kontent foydalanuvchilar ongida real hayot va onlayn tasvir o'rtasidagi tafovutni kuchaytiradi. Bu holat yoshlar orasida o'z-o'zini past baholash, doimiy solishtirish va ichki qoniqmaslik hissining ortishiga olib keladi. Tilshunoslik nuqtayi nazaridan, ingliz tilining global lingua franca sifatidagi mavqei mazkur kontentning tez va keng tarqalishiga sabab bo'lmoqda. Biroq madaniy filtrning yetishmasligi natijasida mazkur xabarlar mahalliy ijtimoiy va ruhiy kontekstga moslashmasdan qabul qilinadi. Media ta'lim bo'yicha tadqiqotlarda ta'kidlanishicha, foydalanuvchilarda tanqidiy media savodxonlik yetarli bo'lmaganda, ular kontentni real me'yor sifatida qabul qilishga moyil bo'ladi [6,110]. Tadqiqotimizda aniqlangan yuqori stress va xavotir ko'rsatkichlari aynan shu jarayon bilan bevosita bog'liq. Tibbiy jihatdan esa, doimiy ruhiy bosim yosh organizmda stressga bog'liq psixosomatik holatlarning rivojlanishiga zamin yaratadi. Natijalar shuni ko'rsatdiki, ingliz tilidagi motivatsion va "muvaffaqiyat formulalari"ga asoslangan kontent qisqa muddatda rag'batlantiruvchi bo'lishi mumkin, ammo uzoq muddatda ruhiy charchoq va emotsional zo'riqishga olib keladi. Bu esa ijtimoiy tarmoqlardan foydalanishda yoshlar uchun sog'lom chegaralar belgilash zarurligini ko'rsatadi. Shu nuqtai nazardan, filologiya va tibbiyot yo'nalishlari hamkorligi muhim ahamiyat kasb etadi. Filologik tahlil orqali kontentdagi manipulyativ til birliklari aniqlansa, tibbiy baholash orqali ularning ruhiy oqibatlari baholanadi. Buckingham ta'kidlaganidek, media savodxonlik faqat texnik ko'nikma emas, balki ijtimoiy va psixologik himoya vositasi ham hisoblanadi [6,120]. Demak, mazkur tadqiqot natijalari yoshlar ruhiy salomatligini saqlashda interdisiplinar yondashuv zarurligini asoslaydi.

Xulosa:

Mazkur tadqiqot ijtimoiy tarmoqlarda ingliz tilida yaratilayotgan "mukammal hayot" kontentining yoshlar ruhiy salomatligiga ta'sirini interdisiplinar yondashuv asosida yoritib berdi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, lingvistik jihatdan idealizatsiyalangan va motivatsion ohangda berilgan kontent yoshlar orasida ijtimoiy taqqoslash, o'z-o'zini past baholash

hamda stress va xavotir darajasining oshishiga olib kelmoqda. Ayniqsa, ingliz tilining global va madaniy kontekstdan qisman uzilgan holda qabul qilinishi ushbu ta'sirni yanada kuchaytiradi. Filologik tahlil kontentdagi yashirin bosim mexanizmlarini aniqlash imkonini bergan bo'lsa, tibbiy yondashuv ushbu til birliklarining ruhiy holatga real ta'sirini ko'rsatdi. Natijalar til va ruhiyat o'rtasidagi uzviy bog'liqlikni tasdiqlab, yoshlar bilan ishlashda faqat bitta yo'nalish doirasida yondashish yetarli emasligini ko'rsatadi. Shu sababli, mazkur tadqiqot ijtimoiy tarmoqlar ta'sirini baholashda filologiya va tibbiyot fanlari hamkorligi muhimligini asoslaydi.

Amaliy tavsiyalar: Tadqiqot natijalariga asoslanib, quyidagi amaliy tavsiyalar ilgari suriladi. Avvalo, yoshlar orasida media va til savodxonligini oshirish zarur. Ingliz tilidagi kontentni tanqidiy tahlil qilish, undagi idealizatsiya va manipulyativ til birliklarini anglash ko'nikmalari shakllantirilishi lozim. Bu borada oliy ta'lim muassasalarida filologiya va psixologiya fanlarini integratsiyalashgan holda o'qitish samarali bo'lishi mumkin. Shuningdek, tibbiyot sohasi vakillari tomonidan ijtimoiy tarmoqlardan foydalanishning ruhiy salomatlikka ta'siri bo'yicha profilaktik tushuntirish ishlari olib borilishi maqsadga muvofiq. Psixologik maslahatlar, stressni boshqarish texnikalari va raqamli gigiyena tushunchalari yoshlar ongiga singdirilishi zarur. Bundan tashqari, ingliz tilida kontent yaratuvchi blogger va influencerlar uchun ham mas'uliyatli til ishlatish bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqilishi ijtimoiy ahamiyatga ega. Umuman olganda, ushbu tadqiqot ijtimoiy tarmoqlardagi ingliz tilidagi kontentning nafaqat kommunikativ, balki psixologik omil sifatida ham faol rol o'ynayotganini ko'rsatdi. Tadqiqot natijalari O'zbekiston sharoitida yoshlar ruhiy salomatligini saqlash, media makonda sog'lom til muhitini shakllantirish va xorijiy til orqali kirib kelayotgan madaniy ta'sirlarni ilmiy asosda baholashga xizmat qiladi. Mazkur maqola konferensiya doirasida dolzarb ilmiy muammo sifatida filologiya va tibbiyot fanlari integratsiyasining amaliy ahamiyatini namoyon etadi.

ADABIYOTLAR

1. Twenge, J. M. (2017). *iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy — and Completely Unprepared for Adulthood*. Atria Books. Betlar: 45–68
2. Fairclough, N. (2010). *Critical Discourse Analysis: The Critical Study of Language*. Routledge. Betlar: 20–42
3. Sapolsky, R. M. (2004). *Why Zebras Don't Get Ulcers*. Holt Paperbacks. Betlar: 85–112
4. Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2011). *Online Communication and Adolescent Well-Being: Testing the Stimulation Versus the Displacement Hypothesis*. Journal of Computer-Mediated Communication. Betlar: 75–92

O'ZBEKISTON: ZAMONAVIY ILM-FAN VA TADQIQOT MASALALARI

5. Crystal, D. (2006). *Language and the Internet*. Cambridge University Press. Betlar: 50–74
6. Buckingham, D. (2003). *Media Education: Literacy, Learning and Contemporary Culture*. Polity Press. Betlar: 100–128