O‘ZBEKISTON SHAROITIDA GIBRID MOSLASHUVNING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI

N.M.Sotvoldiyeva[1]

1. O‘zbekiston Respublikasi Jamoat xavfsizligi universiteti o‘qituvchisi

Mas'ul muallif: Sotvoldiyeva Nodirabegim Mirzoxidjon qizi, O‘zbekiston Respublikasi Jamoat xavfsizligi universiteti o‘qituvchisi.

e-mail: sotvoldiyevanodirabegim7@mail.com

Received: 16 Noyabr 2026
Accepted: 21 Noyabr 2026
Published: 26 Noyabr 2026

Copyright: © 2026 by the author(s). Licensee Buxoro xalqaro universiteti ilmiy axborotnomasi. This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC-BY-4.0) license.

Iqtibos uchun: Sotvoldiyeva, N. M. O‘ZBEKISTON SHAROITIDA GIBRID MOSLASHUVNING IJTIMOIY-PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI / N. M. Sotvoldiyeva // Buxoro xalqaro universiteti ilmiy axborotnomasi. — 2026. — T. 11, № 2. — B. 396–401. — DOI: 10.67780/buxoro-xalqaro-universiteti-ilmiy-axborotnomasi.2026.1c1369b0.

Annotatsiya. Maqolada onlayn va oflayn muhitlar kundalik hayotda parallel ishlaydigan sharoitda shaxsning ijtimoiy-psixologik moslashuvi O‘zbekiston konteksti uchun nazariy jihatdan tahlil qilinadi. Gibrid moslashuv tushunchasi aniqlashtirilib, uning tuzilishi ko‘rsatiladi; klassik moslashuv modellari (A.A. Nalchadjyan, W. Searle va C. Ward, J. Berry, R. Lazarus va S. Folkman) hamda kompyuter vositasidagi muloqot nazariyalarining gibrid muhitda qo‘llanish imkoniyati va chegaralari baholanadi. Mahalla institutining yordam va ijtimoiy nazorat vazifalari, oilaviy aloqalarning zichligi, platforma tanlovi, raqamli tengsizlik va avlodlararo kompetentlik tafovuti moslashuv omillari sifatida yoritiladi. Identifikatsiya va o‘zini taqdim etish, koping va emotsional regulyatsiya, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash hamda avtonomiya va bog‘liqlik ehtiyojlarining uyg‘unlashuvi mexanizmlaridagi o‘zgarishlar xavf va himoya omillari bilan birga tahlil qilinib, psixologik qo‘llab-quvvatlashning nazariy asoslari bayon etiladi. Maqola nazariy xarakterga ega, yangi empirik ma’lumot keltirilmaydi; mahalliy faktlar ochiq nashrlarga tayanadi va ularning tanlanma xususiyatlari alohida qayd etiladi.

Kalit so'zlar: gibrid reallik, ijtimoiy-psixologik moslashuv, moslashuv mexanizmlari, kontekstlar tutashuvi, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash, raqamli charchoq, mahalla, O‘zbekiston.

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ГИБРИДНОЙ АДАПТАЦИИ В УСЛОВИЯХ УЗБЕКИСТАНА.

Аннотация. В статье дан теоретический анализ социально-психологической адаптации личности в узбекистанском контексте, где онлайн- и офлайн-среды сосуществуют в повседневной жизни. Уточнено понятие гибридной адаптации и показана её структура; оценены возможности и границы применения классических моделей адаптации (А.А. Налчаджян, У. Сёрл и К. Уорд, Дж. Берри, Р. Лазарус и С. Фолкман) и теорий коммуникации, опосредованной компьютером. Двойственная роль махалли как источника поддержки и социального контроля, плотность семейных связей, выбор платформ, цифровое неравенство и межпоколенческий разрыв в цифровой компетентности рассмотрены как контекстные факторы. Проанализированы изменения механизмов идентификации и самопрезентации, совладания и регуляции эмоций, социальной поддержки и согласования потребностей в автономии и связанности, а также факторы риска и защиты; изложены теоретические основы психологической поддержки. Статья носит теоретический характер и не содержит новых эмпирических данных; местные факты опираются на открытые публикации, а особенности их выборок оговариваются отдельно.

Ключевые слова: гибридная реальность, социально-психологическая адаптация, механизмы адаптации, схлопывание контекстов, социальная поддержка, цифровая усталость, махалля, Узбекистан.

SOCIO-PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF HYBRID ADAPTATION IN THE CONTEXT OF UZBEKISTAN.

Abstract. The article offers a theoretical analysis of social-psychological adaptation in the Uzbek context, where online and offline environments operate side by side in everyday life. The concept of hybrid adaptation is clarified and its structure is described. The applicability and limits of classical adaptation models (Nalchadjyan, Searle and Ward, Berry, Lazarus and Folkman) and of theories of computer-mediated communication are assessed. The dual role of the mahalla as a source of both support and social control, the density of family ties, platform choice, the digital divide and the intergenerational gap in digital competence are treated as contextual factors. Changes in the mechanisms of identification and self-presentation, coping and emotion regulation, social support, and the reconciliation of needs for autonomy and relatedness are analysed together with risk and protective factors, and the theoretical foundations of psychological support are outlined. The study is theoretical and reports no new empirical data; local facts rely on open publications, and the features of their samples are noted separately.

Keywords: hybrid reality, social-psychological adaptation, adaptation mechanisms, context collapse, social support, digital fatigue, mahalla, Uzbekistan.

Kirish. Raqamli texnologiyalarning kundalik hayotga singishi o‘qish, ishlash va muloqot qilish tartibini o‘zgartirdi. COVID-19 pandemiyasi bu jarayonni keskin tezlashtirdi: 2020-yil bahorida Markaziy Osiyo mamlakatlarida ta’lim masofaviy shaklga o‘tdi va bu o‘tish ulanish borasidagi tengsizlikni ochiq ko‘rsatdi[1]. Keyingi bosqichda onlayn va oflayn shakllar bir-birini almashtirmadi, yonma-yon saqlanib qoldi. Bugungi kishi ikki muhit orasida o‘tib yurmaydi, ular uning bir kunida bir-biriga aralashib ketgan. Ijtimoiy-psixologik nuqtai nazardan bu texnologik yangilikdan chuqurroq o‘zgarish: shaxsning boshqalar bilan munosabati, o‘zini namoyon etishi, qo‘llab-quvvatlanishi va stressni yengish tartibi qayta shakllanmoqda, ya’ni ta’sir moslashuvning o‘zagiga o‘tmoqda.

O‘zbekistonda bu jarayonning asosiy vositasi smartfon. F. Irnazarovning 2025-yildagi mintaqaviy tahlilida Markaziy Osiyoning to‘rt mamlakatida 15–29 yoshdagi yoshlar uchun mobil telefon internetga chiqishning asosiy yo‘li ekani, O‘zbekistonda esa kundalik muloqotda Telegram yetakchi o‘rin tutishi qayd etilgan. Muallifning 2024-yilda o‘tkazilgan onlayn so‘rovida O‘zbekiston respondentlarining aksariyati kuniga to‘rt soatdan ortiq, taxminan 30 foizi olti soatdan ortiq onlayn bo‘lishini bildirgan. Biroq o‘zbekistonlik respondentlar soni 114 kishi bo‘lib, ular yoshlar tarmoqlari va ijtimoiy tarmoqlar orqali jalb etilgan. Shu sababli bu raqamlar butun mamlakat yoshlari haqida xulosa chiqarishga asos bo‘lmaydi, faqat hodisaning ko‘lamini ko‘rsatadi. Davlat darajasida raqamlashtirish yo‘nalishi «Raqamli O‘zbekiston-2030» strategiyasi bilan belgilangan[2].

Ilmiy adabiyotda moslashuv va raqamli muloqot ko‘proq alohida o‘rganilgan. A.A. Nalchadjyan moslashuvning shakllari, mexanizmlari va strategiyalarini tavsiflagan[3]; J. Berry madaniy o‘tish sharoitidagi moslashuv strategiyalari tasnifini bergan[4]; R. Lazarus va S. Folkman stressni baholash va uni yengish jarayonini tahlil qilgan[5]. O‘zini taqdim etish masalasi E. Goffman asarlarida[6], kontekstlar tutashuvi va tasavvur qilingan auditoriya A. Marwick va d. boyd tadqiqotida[7], onlayn disinhibitsiya J. Suler maqolasida[8], signallari cheklangan muhitdagi muloqot esa J. Walther modelida[9] yoritilgan. O‘zbek tilidagi psixologik adabiyotda ijtimoiy psixologiyaning umumiy masalalari, jumladan xulq normalari, ijtimoiy kutishlar va sanksiyalar V.M. Karimova va hamkasblarining darsligida bayon etilgan[10]. Biroq ko‘rib chiqqan ochiq nashrlarimizda gibrid muhitda moslashuvni shaxs va muhit o‘zaro ta’sirining mexanizmlari darajasida tahlil qilgan ish uchramadi. Bu kuzatuv tizimli qidiruvga asoslanmagan va keyingi tadqiqotlarda aniqlashtirilishi lozim.

Maqolaning maqsadi gibrid muhitda ijtimoiy-psixologik moslashuvning o‘ziga xos xususiyatlarini O‘zbekiston konteksti uchun nazariy jihatdan asoslashdan iborat. Shu maqsadga muvofiq quyidagi vazifalar qo‘yildi: gibrid moslashuv tushunchasini aniqlashtirish va uning tuzilishini ko‘rsatish; klassik moslashuv hamda raqamli muloqot nazariyalarining qo‘llanish chegaralarini baholash; mahalliy kontekst omillarini tahlil qilish; moslashuv mexanizmlarining o‘zgarishini, xavf va himoya omillarini hamda yosh, jins va avlodlar bo‘yicha farqlarni yoritish; psixologik qo‘llab-quvvatlashning nazariy asoslarini bayon etish.

Tadqiqot nazariy tahlil, tushunchalarni qiyosiy solishtirish va konseptual modellashtirish usullariga tayanadi. Manbalar moslashuv va stress, kompyuter vositasidagi muloqot, madaniy psixologiya hamda ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash bo‘yicha asosiy nashrlardan tanlandi; mahalliy faktlar xalqaro jurnallar, institutsional hisobotlar va ochiq ilmiy maqolalardan olindi. Tanlov tizimli sharh tartibida o‘tmagani uchun uning subyektivligini inkor etib bo‘lmaydi. Maqolada yangi empirik ma’lumot keltirilmaydi; ilgari surilgan farazlar keyingi tadqiqotlarda sinovdan o‘tkazilishi kerak.

Gibrid moslashuv tushunchasi va tuzilishi

Maqolada gibrid reallik deganda jismoniy va raqamli ijtimoiy makonlar uzluksiz o‘zaro ta’sirda bo‘lgan hayotiy muhit tushuniladi. Bu alohida «virtual dunyo» ham, oddiy qo‘shimcha aloqa vositasi ham emas. U. Bronfenbrenner ekologik tizimi nuqtai nazaridan bunday muhitni mikrotizim ichida raqamli muloqotning paydo bo‘lishi va mezotizim aloqalarining zichlashuvi sifatida talqin qilish mumkin: oilaviy guruh chati o‘quv platformasi bilan, ish bo‘yicha yozishmalar ijtimoiy tarmoq bilan bitta telefonda uchrashadi[11]. Bronfenbrenner raqamli muloqotni nazarda tutmagan, shuning uchun bu talqin muallif tomonidan kiritilgan kengaytirish hisoblanadi.

Psixologik jihatdan bunday muhitda kanallar bir vaqtda ishlaydi, kontekstlar orasidagi chegara xiralashadi, aloqa deyarli uzilmaydi. Shu asosda gibrid moslashuv deganda shaxsning o‘zaro bog‘langan onlayn va oflayn ijtimoiy talablarga o‘z ehtiyojlariga muvofiq moslashishi, bu jarayonning esa bir necha aloqa kanalida parallel kechishi tushuniladi. «Onlayn moslashuv» tushunchasidan farqi shundaki, tahlil birligiga raqamli muhitdagi faoliyatning o‘zi emas, kanallar orasidagi bog‘liqlik ham kiradi.

Nalchadjyan ijtimoiy-psixologik moslashuvni shaxs va muhitning o‘zaro ta’siri sifatida tahlil qilib, uning shakllari, mexanizmlari va strategiyalarini ajratgan. W. Searle va C. Ward madaniy o‘tish sharoitida moslashuvning ikki jihatini farqlagan: ruhiy farovonlik va qoniqish bilan bog‘liq psixologik moslashuv hamda kundalik hayotda munosabatlar o‘rnatish va madaniy jihatdan mos ko‘nikmalarni egallash qobiliyatini bildiruvchi ijtimoiy-madaniy moslashuv[12]. Bu farqlash gibrid sharoitda ham o‘z kuchini saqlaydi, faqat endi ikkala jihat ikki kanalda sinaladi: kishi onlayn guruhda o‘zini erkin his qilib, jonli auditoriya oldida qiynalishi mumkin, yoki buning aksi bo‘lishi mumkin.

Moslashuv jarayonini Lazarus va Folkman vaziyatni baholash va uni yengish orqali tushuntiradi, S. Hobfoll esa resurslarni saqlash va yo‘qotish orqali: uning nazariyasiga ko‘ra stress resurslarga tahdid solinganda, ular yo‘qotilganda yoki sarflangan resurs kutilgan natijani bermaganda yuzaga keladi[13]. Gibrid sharoitda bu ikki yondashuv bir-birini to‘ldiradi, chunki kanallar ko‘payishi bilan baholanishi lozim bo‘lgan talablar ham, sarflanadigan resurslar ham ko‘payishi mumkin.

Tahlil qulayligi uchun moslashuvni to‘rt tarkibiy qismga ajratish mumkin. Birinchisi o‘zini anglash va identifikatsiya bilan bog‘liq (men kimman, qaysi guruhga mansubman). Ikkinchisi hissiy holat va uni boshqarishni qamrab oladi, uchinchisi muloqot va hamkorlik ko‘nikmalarini hamda ularning ijtimoiy me’yorlarga muvofiqligini, to‘rtinchisi esa

https://doi.org/10.67780/buxoro-xalqaro-universiteti-ilmiy-axborotnomasi.2026.1c1369b0

qadriyat va me'yorlarni qabul qilishni. Karimova va hamkasblari darsligining «Xulq normalari, ijtimoiy kutishlar va sanksiyalar» bo'limida shaxs xulqini guruh darajasida tartibga soluvchi mexanizmlar yoritilgan. Gibrid muhitda bu me'yorlar ikki kanalda ishlaydi va har doim ham bir-biriga mos kelavermaydi.

Klassik nazariyalar va gibrid muhit: qo'llanish chegaralari

Berry akulturatsiya strategiyalarini shaxsning o'z madaniy o'ziga xosligini saqlash va boshqa guruhlar bilan aloqa qilish borasidagi tanloviga bog'lagan. Gibrid sharoitda shunday ikkilik bitta jamiyat doirasida ham yuzaga keladi: yosh odam mahalliy qadriyatlar bilan global raqamli madaniyat orasida o'z o'rnini topishi kerak. Irnazarov o'z so'rovi asosida O'zbekistonda Instagram 2016-yildan keyingi islohotlar davrida yangilangan o'zbek o'ziga xosligini ifodalash maydoniga aylanganini, yoshlar uchun an'ana bilan global raqamli madaniyat o'rtasida muvozanat izlash vositasi bo'layotganini yozgan. Demak, Berry modeli gibrid holat uchun yangi mazmun kasb etishi mumkin, ammo uni «madaniyatlararo» kontekstdan «ichki madaniy» kontekstga ko'chirish alohida asoslashni talab qiladi.

Raqamli muloqot nazariyalari bu masalada ko'proq yordam beradi, biroq ularning ham chegarasi bor. J. Suler onlayn disinhibitsiya effektini anonimlik, ko'rinmaslik va muloqotning bir vaqtda kechmasligi kabi omillar bilan bog'lagan. Walther modelida esa signallar cheklangan muloqotda yuboruvchi o'zini tanlab taqdim etadi, qabul qiluvchi uni ideallashtiradi. Ikkala yondashuvda ham asosan muloqotchilar bir-birini yaxshi bilmaydigan sharoit nazarda tutiladi. Oila, qarindosh va qo'shni munosabatlari zich jamiyatda esa onlayn auditoriya yaxshi tanish kishilardan iborat bo'lishi ehtimoli yuqori, shu bois anonimlik bilan izohlanadigan mexanizmlar bu yerda kuchsizroq ishlashini kutish o'rinli.

Kanal tushunchasiga yaqin nazariyalar moslashuvni tahlil qilishda mustahkamroq tayanch beradi. M. Madianou va D. Miller vositalar ko'p va arzon bo'lganda muayyan vositani tanlashning o'zi ijtimoiy, hissiy va axloqiy ma'no kasb etishini asoslagan (polimedia nazariyasi)[14]. Shunga ko'ra moslashuvning bir qismi odam kim bilan, qaysi vosita orqali va qachon gaplashishni tanlashida namoyon bo'ladi.

Gibrid muhit shartlari barcha yoshlar uchun bir xil emas. Irnazarov keltirgan ma'lumotga ko'ra, 2020-yilda O'zbekistonda 22 million internet foydalanuvchisidan 19 millioni mobil qurilma, taxminan 3 millioni kompyuter orqali kirgan. Toshkent internet bilan qamrov va optik tolali aloqa bo'yicha boshqa hududlardan ancha oldinda, qishloq tumanlarida esa sifat pastroq; qishloqlarda ko'pincha eskirgan 2G/3G tarmoqlari saqlanib qolgani sababli qishloq yoshlari yengil ilovalar bilan cheklanib qoladi. Narx ham ahamiyatli: Xalqaro elektraloqa ittifoqi ma'lumotiga tayangan holda keltirilishicha, 2023-yilda 2 GB mobil internet paketi aholi jon boshiga YaMD ning taxminan 0,7 foizini, 5 GB statsionar keng polosali ulanish esa 4 foizdan ortig'ini tashkil etgan. Maktablarni internetga ulash 2024-yilga kelib deyarli to'liq amalga oshgan (99,6 foiz), ammo maktabdagi ulanish o'quvchining uyida ham internet borligini bildirmaydi. Bir yosh uchun gibrid sharoit ikkita to'laqonli kanal bo'lsa, boshqasi uchun mobil qurilmaga tayanadigan bitta cheklangan kanal bo'lishi mumkin. Bu farq moslashuv resurslaridagi tengsizlik sifatida hisobga olinmasa, gibrid moslashuv haqidagi har qanday umumlashma faqat shaharlik va uskunasi yetarli yoshlarning tajribasiga tayanib qoladi.

Platforma tanlovi ham moslashuvning bir qismi. Mintaqaviy hisobotda O'zbekistonda Telegramning kundalik muloqotda yetakchi ekani aytilgan. Messenjer ko'pincha yopiq, tanish kishilardan tuzilgan guruhlarda ishlaydi, ochiq ijtimoiy tarmoq esa kengroq va noaniqroq auditoriyaga chiqadi; demak, platforma tanlovi odam o'zini kimning oldida va qanday ochishini ham belgilaydi. Shuni qayd etish kerakki, hisobot moslashuvning o'zini o'lchamagan, shu bois undan faqat kontekst sifatida foydalanamiz.

Mahalliy sharoitning yana bir muhim xususiyati ijtimoiy doiraning zichligi va uning institutsional shakli, ya'ni mahalladir. R. Urinboyev Farg'ona vodiysidagi etnografik tadqiqotida mahallani «gibrid» institut sifatida tasvirlaydi: u qisman davlat nomidan ishlaydi, qisman jamoa tomonidan boshqariladi, mahalliy darajada ijtimoiy ta'minot vazifasini bajaradi va tobora ko'proq ijtimoiy nazorat mexanizmiga aylanmoqda[15]. Bu tavsifning ijtimoiy-psixologik oqibatini ehtiyotkorlik bilan taxmin qilamiz: agar mahalla va oila yoshga yordam beradigan ham, uning xulq-atvorini kuzatadigan ham doira bo'lsa, bu doira onlayn makonda ham tomoshabin sifatida qatnashishi mumkin. Urinboyevning materiali qishloq muhitidan olingan, shaharda manzara boshqacharoq bo'lishi mumkin; shunga qaramay, auditoriya qanchalik tanish bo'lsa, o'zini taqdim etishni boshqarish masalasi shunchalik keskin turishi ehtimoldan xoli emas.

Madaniy-psixologik jihatdan Ç. Kağıtçıbaşı avtonomiya va bog'liqlikni bir-birini to'ldiruvchi ehtiyojlar deb hisoblagan, ularni o'zaro zid qo'ymagan va oilaviy aloqalari kuchli jamiyatlarda «mustaqil-bog'liq o'zlik» shakllanishini asoslagan[16]. Bu qarash O'zbekistonda ham ishlashi mumkin, ammo uni mahalliy tanlanmalarda alohida sinash kerak. Madaniyatni oldindan «kollektivistik» deb belgilab qo'yishning o'zi ham soddalashtirish bo'lardi.

Qo'shni mamlakatdagi tadqiqot mintaqaviy taqqos uchun foydali. N. Ayhan va B. Eroğlu Qirg'iziston yoshlarida (18–26 yosh, 426 kishi, Bishkekdagi jamoat joylarida qulay tanlanma asosida) ijtimoiy tarmoqqa qaramlik va yolg'izlik o'rtasida zaif, ammo statistik ahamiyatli bog'liqlik ($r = 0,161$) topgan. Bunda yolg'izlik dispersiyasining atigi 2,6 foizi izohlangan; ayollarda qaramlik, erkaklarda yolg'izlik yuqoriroq bo'lgan, eng yuqori yolg'izlik 24–26 yoshdagilarda kuzatilgan[17]. Mualliflar o'tish davridagi jamiyat tuzilmasi, kollektivistik oilaviy qadriyatlar va raqamli tengsizlikni natijalarga ta'sir qilishi mumkin bo'lgan omillar sifatida ko'rsatgan, biroq bu omillarni o'zlari o'lchamagan. Tanlanma ehtimoliy emasligi va kesim dizayni sababli bu natijalarni O'zbekistonga ko'chirib bo'lmaydi, ammo ular mintaqada raqamli muhit va yolg'izlik masalasi real ekanini ko'rsatadi.

Moslashuv mexanizmlarining transformatsiyasi

Identifikatsiya va o'zini taqdim etish. Goffman o'zini taqdim etish auditoriyaga qarab o'zgarishini, odam «old sahna» va «orqa sahna»da turlicha yurishini yozgan. Ijtimoiy tarmoqda auditoriya ko'pincha tasavvur qilinadigan va noaniq bo'ladi; turli doiralar bir joyda uchrashganda Marwick va boyd tahlil qilgan kontekstlar tutashuvi (context collapse) holati

https://doi.org/10.67780/buxoro-xalqaro-universiteti-ilmiy-axborotnomasi.2026.1c1369b0

yuzaga keladi. Gibrid muhitda identiklik bir necha kanalda sinaladi va bu yoshdan avvalgidan ko‘proq ijtimoiy ish talab qiladi: har bir kanalda qanday ko‘rinish, nimani aytish va nimani aytmaslik masalasi qayta-qayta hal qilinadi. Oila, mahalla va ustozlar onlayn auditoriyaning katta qismini tashkil etgan O‘zbekiston yoshlari uchun bundan birinchi faraz kelib chiqadi: yosh o‘zini taqdim etishni kanallar bo‘yicha bo‘lib boshqaradi, ya’ni ochiq maydonda ehtiyotkor, yopiq guruhlarda erkinroq bo‘ladi. Moslashuvga identiklikning bo‘linishi o‘zi emas, shu bo‘linishning qay darajada ongli boshqarilgani ta’sir qilishi kutiladi.

Koping va emotsional regulyatsiya. Lazarus va Folkman vaziyatni baholash, so‘ngra muammoga yoki hissiyotga qaratilgan yengish yo‘llarini ajratgan. Raqamli muhit bu jarayonga yangi imkoniyatlar qo‘shadi: noqulay suhbatdan chiqib ketish, e’tiborni chalg‘itish yoki javobni kechiktirish bir tugma bosish bilan amalga oshadi. Bunday qochishga yo‘naltirilgan yengish qisqa muddatda yengillik beradi, lekin muammoning o‘zi hal bo‘lmasa, uzoq muddatda moslashuvga zarar yetkazishi mumkin. Gibrid sharoitning ikkinchi tomoni emotsional resurslar sarfiga taalluqli. J. Bailenson video aloqada charchoqning to‘rt sababini ko‘rsatgan: yuzga yaqin masofadan uzoq tikilish, kognitiv yuk, o‘z aksini doimiy ko‘rish va harakatning cheklanishi[18]. Bu nazariy dalil bo‘lib, uning empirik tekshiruvi alohida masala; shunga qaramay, u gibrid kun tartibida emotsional resurslar nega tezroq sarflanishi mumkinligini tushuntirishga yordam beradi.

Ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash va resurslar. S. Cohen va T. Wills ijtimoiy yordam stress ta’sirini yumshatuvchi omil sifatida ham, farovonlikka bevosita ta’sir qiluvchi omil sifatida ham ishlashini tahlil qilgan[19]. Oilaviy va mahalla aloqalari zich muhitda messenjerlar bunday yordamni masofadan ham saqlab turadi. Biroq Urinboyev tasvirlagan mahalla yordam bilan nazoratni birga olib yuradi, shuning uchun doimiy ulanish ijtimoiy rol talablarini ham kunning istalgan paytiga ko‘chiradi: tabrik, marosimga chaqiruv, javob kutish. Hobfoll nazariyasi nuqtai nazaridan bu resursning manbai ham, sarflanish joyi ham bitta kanalga tushib qolishini bildiradi. Shundan ikkinchi faraz kelib chiqadi: oila va mahalla aloqalaridan olinadigan yordam gibrid moslashuvni oshiradi, ammo «har doim ulanishda bo‘lish kerak» degan hissi kuchli yoshlarda bu ta’sir zaifroq bo‘ladi. Bu o‘rinda polimedia g‘oyasi ham ahamiyatli: javob berish tezligi va tanlangan vosita o‘zi ijtimoiy ma’no tashiganda, kechikkan javob ham muloqot mazmuniga aylanadi.

Avtonomiya va bog‘liqlik ehtiyojlarini uyg‘unlashtirish. E. Deci va R. Ryan nazariyasida mustaqillik, kompetentlik va bog‘liqlik ehtiyojlarining qondirilishi farovonlikning asosi hisoblanadi[20]. Kağıtçıbaşı ham avtonomiya va bog‘liqlikni bir-birini inkor etmaydigan ehtiyojlar deb qaragan. Raqamli muhit bu ehtiyojlar orasida yangi taranglik hosil qiladi: shaxsiy qurilma va akkaunt mustaqillik uchun makon beradi, oilaviy guruh esa aloqani kun bo‘yi yangilab turadi. Irnazarov so‘rovida mintaqa bo‘yicha platforma va kontent tanlashda shaxsiy qiziqish (90,4 foiz) va do‘stlar tavsiyasi (60,5 foiz) yetakchi bo‘lgani, oila ta’siri esa 15 foiz ekani ko‘rsatilgan. Bu ko‘rsatkichlar respondentlarning o‘z-o‘zini baholashiga tayanadi va yoshlar tanlovida mustaqillik ustun ekanini ko‘rsatadi, ammo oila bilan aloqa qaysi kanal orqali yuritilishi alohida savol bo‘lib qoladi. Uchinchi faraz shundan iborat: ikki ehtiyoj orasidagi nomuvofiqlik, masalan, onlayn faolligi uchun oiladan doimiy tushuntirish talab qilinishi past moslashuv bilan bog‘liq bo‘lishi, ehtiyojlar uyg‘unlashganda esa moslashuv yuqori bo‘lishi kutiladi. Deci–Ryan va Kağıtçıbaşı konsepsiyalari bu nuqtada tayyor javob bermaydi, ularni O‘zbekiston tanlanmalarida alohida sinash zarur.

Gibrid muhitda moslashuvga xavf soluvchi holatlar bir necha yo‘nalishda ko‘rinadi. Birinchisi emotsional resurslarning tez sarflanishi va raqamli charchoq. Ikkinchisi ulanish sifatidagi tengsizlik: yuqorida aytilganidek, bir yosh uchun gibrid sharoit ikkita to‘laqonli kanal, boshqasi uchun bitta cheklangan kanal bo‘lishi mumkin. Uchinchisi yolg‘izlik. Qirg‘izistondagi tadqiqotda ijtimoiy tarmoqqa qaramlik va yolg‘izlik o‘rtasida zaif bog‘liqlik topilgan, ammo bunday bog‘liqlikning yo‘nalishi kesim dizaynida noma’lum qoladi, shu bois yolg‘izlikni raqamli muloqotning «natijasi» deb ham, «sababi» deb ham aytish ehtiyotkorlikni talab qiladi. Hobfoll nazariyasiga ko‘ra resurslarga tahdid kuchaygan yoki resurs sarfi uning o‘rnini to‘ldirishdan oshib ketgan sharoitda stress kuchayadi; gibrid kun tartibida doimiy aloqa talabi aynan shunday sarfga aylanishi mumkin.

Uy muhiti masalasi alohida e’tiborga loyiq. Talaba yoki yosh mutaxassis uchun uy bir vaqtning o‘zida o‘qish, ish va oilaviy majburiyatlar makoniga aylansa, Bronfenbrenner tizimidagi bir necha mikrotizim bitta fazoda kesishadi. Irnazarov raqamli inklyuziyadagi tafovutlar qishloq–shahar, daromad va gender chiziqlari bo‘yicha saqlanayotganini yozgan; shuningdek, mintaqada ayollar TikTok orqali feminizm va shaxsiy erkinlik masalalarini ochiq muhokama qilayotgani qayd etilgan. Uy ishlari va onlayn faollikning ustma-ust tushishi bo‘yicha O‘zbekistonga oid bevosita ma’lumot topa olmadik, shu sababli bu yerda faqat to‘rtinchi farazni bildiramiz: oilaviy majburiyatlar bilan ustma-ustlik qancha yuqori bo‘lsa, moslashuv shuncha past bo‘ladi va bu bog‘liqlik qizlar va ayollarda kuchliroq namoyon bo‘lishi mumkin.

Himoya omillari ichida shaxsiy resurslar, jumladan raqamli kompetentlik, emotsional regulyatsiya va muammoni hal qilishga qaratilgan yengish ko‘nikmalari muhim. Ijtimoiy resurslar sifatida oila, mahalla, tengdoshlar va ta’lim muassasasidagi yordam xizmat qiladi; uning yumshatuvchi ta’siri esa stress kuchaygan sharoitda ayniqsa sezilishi ko‘rsatilgan. Muhimi, xavf va himoya omillarining ta’siri hammada bir xil emas. Bundan gibrid moslashuvni o‘rganishda o‘rtacha ko‘rsatkichlar bilan cheklanmasdan, shaxsiy va kontekstual moderatorlarni hisobga olish zarurligi kelib chiqadi.

Gibrid moslashuv yosh bosqichlariga qarab turlicha kechadi. Qirg‘izistondagi tadqiqotda eng yuqori yolg‘izlik 24–26 yoshdagilarda kuzatilgan; mualliflar buni yosh davrining ijtimoiy vazifalari va yaqin munosabatlar bilan bog‘lab izohlagan, biroq bu izoh o‘sha ishda alohida sinalmagan. Shu tadqiqotda yashash joyi (qishloq, tuman, shahar) bo‘yicha yolg‘izlik va qaramlik darajasida ahamiyatli farq topilmagani ham qayd etilgan. Jins bo‘yicha farqlar mintaqada hali yaxshi aniqlanmagan: o‘sha tanlanmada ayollarda ijtimoiy tarmoqqa qaramlik, erkaklarda yolg‘izlik yuqoriroq bo‘lgan, lekin natijalar qulay tanlanmaga tayanadi va madaniy kontekst bilan izohlanishi kerak. O‘zbekistonda gender jihati birinchi navbatda raqamli inklyuziya va oilaviy majburiyatlar bilan bog‘liq holda tahlil qilinishi lozim.

https://doi.org/10.67780/buxoro-xalqaro-universiteti-ilmiy-axborotnomasi.2026.1c1369b0

Avlodlararo jihat gibrid moslashuvning o‘ziga xos qatlamini tashkil etadi. Irnazarov mintaqadagi ko‘plab shahar oilalarida smartfon va internetni uyga ko‘pincha farzandlar yoki nevaralar olib kirganini, yoshlar internetdan ota-onalarga qaraganda ko‘proq va boshqacha foydalanishini yozgan; raqamli xavfsizlik ko‘nikmalarini yoshlar kattalarga qaraganda tezroq o‘zlashtirishi ham qayd etilgan. Oilada raqamli vositalarni yoshlar yaxshiroq bilsa, ular kattalar uchun vositachiga aylanadi: to‘lov ilovasini, davlat xizmatini yoki video aloqani o‘rgatadi. Deci va Ryan tilida bu kompetentlik ehtiyojini qondiradi: bunday rol yoshning o‘ziga ishonchi va oiladagi mavqeini oshirishi mumkin, vositachilik majburiyati og‘irlashgan sari esa uning mustaqillik hissi pasayishi ehtimoli bor. Bu beshinchi farazdir.

Yuqoridagi tahlildan psixologik qo‘llab-quvvatlash bir necha darajada qurilishi kerakligi kelib chiqadi. Bronfenbrenner tizimiga mos ravishda individual daraja (emotsional regulyatsiya, yengish strategiyalari va raqamli chegaralarni belgilash ko‘nikmalari), yaqin muhit darajasi (oila va mahalla bilan ishlash) hamda institutsional daraja (ta’lim muassasasi va ish joyi qoidalari) ajratiladi. Individual darajada Lazarus va Folkman modeli vaziyatni baholash va yengish yo‘llarini ongli tanlashga o‘rgatish uchun asos beradi. Raqamli charchoqni kamaytirish uchun Bailenson video aloqada o‘z aksini yashirish, ekran o‘lchamini kichraytirish va harakatga imkon berish kabi choralarni taklif etgan.

Yaqin muhit darajasida Cohen va Wills ta’riflagan yumshatuvchi rolga tayanish mumkin: yordam stress kuchaygan paytda eng ko‘p kerak bo‘ladi. Shu bois oilalar bilan ishlashda yosh o‘z raqamli faoliyati haqida tushuntirish berishga majbur bo‘lmaydigan, ammo qo‘llab-quvvatlanadigan muhit yaratish, kattalarning raqamli kompetentligini oshirish va yoshning vositachilik yukini muvozanatlash muhim. Mahallaning ikki yoqlama vazifasi psixologik xizmatda maxfiylik va ixtiyoriylik tamoyillariga qat’iy rioya qilishni talab qiladi, aks holda yordam so‘rashning o‘zi nazorat sifatida qabul qilinishi mumkin.

Institutsional darajada gibrid ta’lim va mehnatni tashkil etuvchilar uchun amaliy yo‘nalishlar ko‘rinadi: moslashuvni onlayn va oflayn ko‘rsatkichlarning alohida yig‘indisi deb olmay, kanallar bo‘yicha birgalikda baholash; ish va o‘qish vaqtidan tashqari aloqa qoidalarini aniqlashtirish; raqamli ulanish sifatidagi tengsizlikni hisobga olish; tengdoshlik va mentorlik shakllarini rivojlantirish. Bunday choralar resurs sarfini kamaytirish va ularni tiklashga imkon berish nuqtai nazaridan ham asoslanadi.

Tahlilning cheklovlarini yashirmaymiz. Mahalliy faktlarning bir qismi mintaqaviy hisobotga va ehtimoliy bo‘lmagan tanlanmaga tayanadi, mahalla haqidagi asosiy manba qishloq muhitidagi etnografik ish, qo‘shni mamlakatdagi natijalar esa faqat taqqos uchun keltirildi. «O‘zbekiston konteksti» tushunchasi hududlar, shahar va qishloq, til va ta’lim muhiti bo‘yicha farqlarni yetarlicha hisobga olmaydi. Gibrid ta’lim va ishning pandemiyadan keyingi davridagi psixologik oqibatlari bo‘yicha mahalliy tadqiqotlarni topa olmadik.

Keyingi tadqiqotlarda yuqorida bayon etilgan beshta faraz sinab ko‘rilishi mumkin: onlayn auditoriyada oila va mahalla ulushi o‘zini taqdim etishni kanallarga bo‘lib boshqarish bilan bog‘liqmi; avtonomiya va bog‘liqlik ehtiyojlari qondirilishidagi nomuvofiqlik moslashuvni pasaytiradimi; qo‘llab-quvvatlashning foydasi doimiy ulanish talabi hissi bilan susayadimi; uyda onlayn ishtirok va oilaviy majburiyatlarning ustma-ustligi, ayniqsa ayollarda, moslashuvni pasaytiradimi; oilada raqamli vositachilik kompetentlik hissini oshirib, majburiyat og‘irlashganda mustaqillik hissini pasaytiradimi. Buning uchun aralash metodlar dizayni mos keladi: o‘zbek tiliga moslashtirilgan o‘lchovlar (Ayhan va Eroğlu qo‘llagan to‘g‘ri va teskari tarjima hamda 30 kishilik pilot sinov usuli kabi), shahar va qishloq yoshlarini qamrab oluvchi tanlanma, uzunasiga kuzatuv va sifat intervyulari. Oila va mahalla haqidagi ma’lumotlarni yig‘ishda anonimlik va ixtiyoriylik alohida e’tibor talab qiladi.

Xulosa o‘rnida shuni aytish joizki, gibrid reallikda moslashuvni bir ijtimoiy doira bilan bir necha kanal orqali kechadigan parallel faoliyat deb tahlil qilish o‘rinli; «ikki muhit orasida o‘tish» modeli bu holatni to‘liq tushuntirmaydi. Klassik moslashuv modellari gibrid holat uchun yaratilmagan, raqamli muloqot nazariyalari esa anonimlik va notanish tomonlarga tayanadi, shu sababli ularning O‘zbekistondagi qo‘llanish doirasi cheklangan. Polimedia konsepsiyasi kanal tushunchasi orqali moslashuvni tahlil qilishga yo‘l ochadi.

Mahalla va oila doirasining yordam hamda nazorat vazifasi, oilaviy aloqalar zichligi, platformalar tanlovi, raqamli tengsizlik va avlodlararo kompetentlik tafovuti moslashuv mexanizmlariga ta’sir qiluvchi omillar sifatida ajraldi. Identifikatsiya va o‘zini taqdim etish, koping va emotsional regulyatsiya, ijtimoiy qo‘llab-quvvatlash hamda avtonomiya va bog‘liqlik ehtiyojlarini uyg‘unlashtirish mexanizmlari gibrid muhitda o‘z vazifasini saqlab, ammo mazmuni va ishga tushish shartlarini o‘zgartiradi. Xavf va himoya omillarining ta’siri shaxsiy va kontekstual moderatorlarga bog‘liq, shu sababli o‘rtacha ko‘rsatkichlar bilan cheklanib bo‘lmaydi.

Psixologik qo‘llab-quvvatlash individual, yaqin muhit va institutsional darajalarda qurilishi, mahallaning ikki yoqlama vazifasini inobatga olgan holda maxfiylik va ixtiyoriylik tamoyillariga tayanishi kerak. Ilgari surilgan farazlarni O‘zbekiston tanlanmalarida empirik tekshirish ishning keyingi bosqichi bo‘lib, shundan so‘ng gibrid muhitdagi psixologik yordam va ta’lim siyosati uchun asoslangan tavsiyalar berish mumkin bo‘ladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

[1] Irnazarov F. Youth and Digital Technology in Central Asia: A Comparative Analysis of Uzbekistan, Kazakhstan, Kyrgyzstan, and Tajikistan. Silk Road Paper. Washington; Stockholm: Central Asia-Caucasus Institute & Silk Road Studies Program, 2025. ISBN 978-91-88551-77-1. URL: https://www.silkroadstudies.org/resources/251208YouthIrnazarov.pdf

[2] O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 5-oktabrdagi PF-6079-son Farmoni «Raqamli O‘zbekiston-2030» strategiyasini tasdiqlash va uni samarali amalga oshirish chora-tadbirlari to‘g‘risida». URL: https://lex.uz/docs/5031048

[3] Налчаджян А.А. Социально-психологическая адаптация личности (формы, механизмы и стратегии). Ереван:

https://doi.org/10.67780/buxoro-xalqaro-universiteti-ilmiy-axborotnomasi.2026.1c1369b0

Изд-во АН Армянской ССР, 1988.

[4] Berry J.W. Immigration, acculturation, and adaptation // Applied Psychology. 1997. Vol. 46, No. 1. P. 5–34. DOI: 10.1111/j.1464-0597.1997.tb01087.x

[5] Lazarus R.S., Folkman S. Stress, Appraisal, and Coping. New York: Springer, 1984.

[6] Goffman E. The Presentation of Self in Everyday Life. Garden City, NY: Doubleday, 1959.

[7] Marwick A.E., boyd d. I tweet honestly, I tweet passionately: Twitter users, context collapse, and the imagined audience // New Media & Society. 2011. Vol. 13, No. 1. P. 114–133. DOI: 10.1177/1461444810365313

[8] Suler J. The online disinhibition effect // CyberPsychology & Behavior. 2004. Vol. 7, No. 3. P. 321–326. DOI: 10.1089/1094931041291295

[9] Walther J.B. Computer-mediated communication: Impersonal, interpersonal, and hyperpersonal interaction // Communication Research. 1996. Vol. 23, No. 1. P. 3–43. DOI: 10.1177/009365096023001001

[10] Karimova V.M., Hayitov O.E., Akramova F.A., Lutfullayeva N.X. Psixologiya: nopedagogik va nopsixologik oliy o‘quv yurtlari uchun darslik / V.M. Karimovaning umumiy tahriri ostida. Toshkent: TDIU, 2007.

[11] Bronfenbrenner U. The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design. Cambridge, MA: Harvard University Press, 1979.

[12] Searle W., Ward C. The prediction of psychological and sociocultural adjustment during cross-cultural transitions // International Journal of Intercultural Relations. 1990. Vol. 14, No. 4. P. 449–464. DOI: 10.1016/0147-1767(90)90030-Z

[13] Hobfoll S.E. Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress // American Psychologist. 1989. Vol. 44, No. 3. P. 513–524. DOI: 10.1037/0003-066X.44.3.513

[14] Madianou M., Miller D. Polymedia: Towards a new theory of digital media in interpersonal communication // International Journal of Cultural Studies. 2013. Vol. 16, No. 2. P. 169–187. DOI: 10.1177/1367877912459145

[15] Urinboyev R. Is there an Islamic public administration legacy in post-Soviet Central Asia? An ethnographic study of everyday mahalla life in rural Ferghana, Uzbekistan // Halduskultuur – Administrative Culture. 2014. Vol. 15, No. 2. P. 157–178. URL: https://lup.lub.lu.se/search/files/5310627/4812944.pdf

[16] Kağıtçıbaşı Ç. Autonomy and relatedness in cultural context: Implications for self and family // Journal of Cross-Cultural Psychology. 2005. Vol. 36, No. 4. P. 403–422. DOI: 10.1177/0022022105275959

[17] Ayhan N., Eroğlu B. Demographic and behavioral correlates of social media addiction and loneliness among young adults in Kyrgyzstan // Brain and Behavior. 2026. Vol. 16, No. 1. Art. e71166. DOI: 10.1002/brb3.71166

[18] Bailenson J.N. Nonverbal overload: A theoretical argument for the causes of Zoom fatigue // Technology, Mind, and Behavior. 2021. Vol. 2, No. 1. DOI: 10.1037/tmb0000030

[19] Cohen S., Wills T.A. Stress, social support, and the buffering hypothesis // Psychological Bulletin. 1985. Vol. 98, No. 2. P. 310–357. DOI: 10.1037/0033-2909.98.2.310

[20] Deci E.L., Ryan R.M. The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior // Psychological Inquiry. 2000. Vol. 11, No. 4. P. 227–268. DOI: 10.1207/S15327965PLI1104_01