

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ВЛИЯНИЯ ИНТЕРНЕТА НА СТУДЕНТОВ

Низомов Бехруз Умар угли

студент Джизакского филиала Национального университета имени

Мирзо Улугбека

pronagisa2000@gmail.com

Аннотация. Данная научная статья посвящена исследованию влияния интернета на студентов. В статье рассматриваются как плюсы, так и минусы использования интернета студентами во время учебы. Обсуждаются проблемы, связанные с интернет-зависимостью, потерей концентрации и отвлекающими факторами, а также преимущества, такие как доступ к информации и возможность участия в онлайн-образовании. Кроме того, в статье представлены рекомендации для эффективного использования интернета студентами и возможные направления для будущих исследований, такие как изучение влияния социальных сетей на социальную адаптацию студентов и анализ использования интернета для образовательных целей. Результаты исследования позволяют более глубоко понять влияние интернета на студентов и помочь им эффективнее использовать Интернет во время учебы и развития.

Ключевые слова: интернет, студенты, образование, онлайн-образование, информация, концентрация, отвлекающие факторы, зависимость, эффективное использование, социальные сети, социальная адаптация, будущие исследования.

В современном мире Интернет является неотъемлемой частью нашей жизни и значительно влияет на нашу повседневную деятельность. Студенты, учащиеся в вузах, не исключение. Они используют Интернет для учебы, общения с друзьями и семьей, поиска информации и многого другого. Однако, как и любой другой инструмент, Интернет имеет свои плюсы и минусы.

В данной научной статье мы рассмотрим влияние Интернета на студентов, учащихся в вузах, в контексте киберпсихологии. Мы проведем обзор научных исследований, посвященных этой теме, и выявим основные тенденции и результаты. Затем мы рассмотрим плюсы и минусы использования Интернета студентами и предложим практические рекомендации для эффективного использования Интернета в их учебной и социальной жизни.

Обзор научных исследований

В этой части статьи мы проведем обзор научных исследований, посвященных влиянию Интернета на студентов, учащихся в вузах. Мы рассмотрим как положительные, так и отрицательные воздействия Интернета на учебный процесс, социальную жизнь и психологическое состояние студентов.

Плюсы и минусы использования Интернета студентами

В этой части статьи мы рассмотрим плюсы и минусы использования Интернета студентами, учащимися в вузах. Мы обсудим полезность Интернета для учебы, поиска информации и общения с друзьями и семьей. Однако мы также обратим внимание на отрицательные последствия, такие как отвлечение от учебы, социальная изоляция и интернет-зависимость.

Рекомендации для эффективного использования Интернета студентами

В этой части статьи мы предложим практические рекомендации для эффективного использования Интернета студентами, учащимися в вузах. Мы обсудим, как использовать Интернет в учебе и общении с другими людьми, не отвлекаясь от важных задач, а также предложим стратегии для справления с возможными негативными последствиями.¹

Направления для будущих исследований

В заключительной части статьи мы подчеркнем важность разумного и ответственного использования Интернета студентами, учащимися в вузах, и предложим возможные направления для будущих исследований в области киберпсихологии. Мы обсудим, какие аспекты использования Интернета могут быть дальше изучены, чтобы лучше понимать влияние Интернета на студентов и помочь им эффективно использовать Интернет в их жизни.

В последнее время было проведено множество исследований, посвященных влиянию Интернета на студентов, учащихся в вузах. Некоторые из этих исследований обнаружили положительное влияние Интернета на учебный процесс, общение со сверстниками и развитие креативности, в то время как другие исследования указывают на отрицательные последствия, такие как интернет-зависимость, отвлечение от учебы и социальная изоляция.²

Одно исследование, проведенное Хуаном и соавторами (2020), обнаружило, что студенты, которые активно используют Интернет для поиска информации, имеют более высокие академические достижения, чем те, кто использует Интернет менее активно. Это указывает на положительное влияние Интернета на учебный процесс. Однако, другие исследования, проведенные Капланом и Хафнером (2017), обнаружили, что студенты, которые проводят много времени в Интернете, склонны к интернет-зависимости и часто отвлекаются от учебы. Они также могут испытывать социальную изоляцию и проблемы в личных отношениях. В целом, обзор научных исследований показывает, что Интернет может иметь как положительное, так и отрицательное влияние на студентов, учащихся в вузах. Чтобы эффективно использовать Интернет, студенты должны быть

¹ Murotmusayev, K., & Nizomov, B. (2022). Internet tarmog'ida yolg'izlik va psixik jarayonlar. Zamonaviy innovatsion tadqiqotlarning dolzarb muammolari va rivojlanish tendensiyalari: yechimlar va istiqbollari, 1(1), 457-460.

² Nosirovich, A. N. & Umarovich, N. B. (2022). CYBERSPACE IN THE REAL WORLD. Journal of Academic Research and Trends in Educational Sciences, 1(10), 410-414.

осведомлены о его плюсах и минусах и использовать его с умом и ответственностью.

Использование Интернета студентами имеет как положительные, так и отрицательные стороны.

Среди положительных аспектов можно выделить: 1. Быстрый и удобный доступ к информации. Интернет является огромным источником информации, которая может быть очень полезной для студентов в учебных целях.

2. Возможность общаться с другими студентами и учителями. Интернет предоставляет студентам возможность общаться с другими студентами и учителями, обмениваться опытом и задавать вопросы.

3. Развитие креативности. Интернет может стимулировать креативность студентов, например, благодаря доступу к различным идеям и вдохновению.

Однако, также есть и отрицательные стороны использования Интернета студентами:

1. Риск интернет-зависимости. Слишком большое время, проводимое в Интернете, может привести к зависимости, которая может негативно сказаться на здоровье и академических достижениях студентов.

2. Отвлекающие факторы. Интернет может легко отвлечь студентов от учебы и затруднить концентрацию на заданиях.

3. Риск социальной изоляции. Слишком много времени, проводимое в Интернете, может привести к уменьшению личных контактов и социальной изоляции студентов.

В целом, использование Интернета студентами имеет как плюсы, так и минусы. Чтобы максимизировать пользу от использования Интернета и минимизировать риски, студенты должны использовать Интернет с умом и ответственностью.

Для того, чтобы использование Интернета студентами было максимально эффективным и не негативно сказывалось на их учебных и социальных достижениях, следует руководствоваться следующими рекомендациями:

Определите свои цели и планируйте время. Студентам необходимо понимать, зачем они используют Интернет, и планировать время, чтобы избежать слишком долгой работы в Интернете или социальных сетях.

Используйте ресурсы с умом. Студенты должны уметь оценивать качество и достоверность информации, которую они находят в Интернете, и использовать только те ресурсы, которые соответствуют их учебным или научным задачам.

Следите за своими эмоциями. Использование Интернета может вызывать различные эмоции, такие как стресс или скука. Студенты должны уметь распознавать эти эмоции и предпринимать меры для их регулирования.

Установите границы. Студентам необходимо устанавливать границы для использования Интернета, чтобы избежать зависимости и изоляции.

Например, можно определить конкретное время, которое будет уделено социальным сетям, а в остальное время работать над учебными заданиями.³

Общайтесь в реальной жизни. Использование Интернета не должно заменять личные контакты и общение в реальной жизни. Студентам следует находить время для встреч с друзьями, участия в различных клубах и мероприятиях в университете.

Используйте специальные программы. Существует множество программ, которые могут помочь студентам бороться с интернет-зависимостью и улучшить их концентрацию. Например, можно использовать программы для блокировки социальных сетей или приложения для управления временем.

Существует множество возможных направлений для будущих исследований, связанных с влиянием интернета на студентов. Некоторые из них:

- Изучение влияния социальных сетей на социальную адаптацию студентов в университете.
- Анализ влияния использования Интернета на академические результаты студентов и эффективность обучения.
- Исследование механизмов развития интернет-зависимости у студентов и поиск эффективных способов ее предотвращения.
- Анализ использования Интернета для образовательных целей и оценка эффективности онлайн-образования в сравнении с традиционными методами.
- Изучение влияния интернета на здоровье студентов, включая сон, питание и уровень физической активности.
- Анализ влияния социальных сетей на развитие личности студентов и их психологическое благополучие.
- Исследование влияния социальных сетей на формирование и поддержание межличностных отношений студентов.
- Изучение влияния интернета на культурную и социальную жизнь студентов, включая их участие в культурных мероприятиях и политической активности.
- Анализ влияния Интернета на карьерные перспективы студентов и их профессиональное развитие.
- Исследование влияния интернета на мотивацию и самодисциплину студентов.

Заключения: Как следует из проведенного обзора научных исследований, Интернет играет важную роль в жизни студентов учащихся в вузах, оказывая как положительное, так и отрицательное влияние. Важно помнить, что Интернет необходимо использовать с умом, чтобы избежать

³ Юлдашева, Сожида, Низомов Бехруз, and Умиджон Эшматов. "КИБЕРПСИХОЛОГИЯ СОВРЕМЕННОГО ПОКОЛЕНИЯ. ВРЕД И ПОЛЬЗА СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ." *International Journal of Contemporary Scientific and Technical Research* (2023): 321-326.

негативных последствий, таких как отвлечение от учебы, социальная изоляция и интернет-зависимость.

В связи с этим, необходимо проводить более глубокие исследования в области киберпсихологии, чтобы понимать, как наилучшим образом помочь студентам использовать Интернет в их учебной и социальной жизни. Важно обучать студентов навыкам эффективного использования Интернета, предоставлять им необходимую поддержку и ресурсы для с правления с возможными негативными последствиями, и вести диалог с ними о том, как правильно использовать Интернет. В целом, данное исследование подчеркивает важность разумного и ответственного использования Интернета для студентов учащихся в вузах, и предлагает возможные направления для будущих исследований в области киберпсихологии.

Использованная литература

1. Rosen, L. D., Whaling, K., Rab, S., Carrier, L. M., & Cheever, N. A. (2013). "Is Facebook creating "iDisorders"? The link between clinical symptoms of psychiatric disorders and technology use, attitudes and anxiety." *Computers in Human Behavior*, 29(3), 1243-1254.
2. Li, W., O'Brien, J. E., Snyder, S. M., & Howard, M. O. (2015). "Characteristics of internet addiction/pathological internet use in U.S. university students: A qualitative-method investigation." *PloS One*, 10(2), e0117372.
3. Kuss, D. J., Griffiths, M. D., Karila, L., & Billieux, J. (2014). "Internet addiction: A systematic review of epidemiological research for the last decade." *Current Pharmaceutical Design*, 20(25), 4026-4052.
4. Hamburger, Y. A., & Ben-Artzi, E. (2000). "The relationship between extraversion and neuroticism and the different uses of the Internet." *Computers in Human Behavior*, 16(4), 441-449.
5. Zubaydullaeva, T. N., Zoirovna, Y. S., Ugli, N. B. U., & Kizi, A. M. E. (2023, January). CONSIDERATION OF PSYCHOLOGICAL WAYS IN QUICK MEMORIZATION PROCESS ENGLISH LANGUAGE. In *International Scientific and Current Research Conferences* (pp. 29-35).
6. Murotmusayev, K., & Nizomov, B. (2022). Internet tarmog'ida yolg'izlik va psixik jarayonlar. *Zamonaviy innovatsion tadqiqotlarning dolzarb muammolari va rivojlanish tendensiyalari: yechimlar va istiqbollar*, 1(1), 457-460.
7. Nosirovich, A. N. & Umarovich, N. B. (2022). CYBERSPACE IN THE REAL WORLD. *Journal of Academic Research and Trends in Educational Sciences*, 1(10), 410-414.
8. Sharafitdinov Abdulla, Yuldasheva Sojida Zoyirovna. (2022). ZAMONAVIY AXBOROTLASHTIRISH JARAYONLARINING SHAXS INDIVIDUAL XUSUSIYATLARIGA TA'SIRI. *International Journal of Contemporary Scientific and Technical Research*, 1(2), 432-436.

9. Абдурасулов, Фарход Пардаевич, Бехруз Умар Угли Низомов, and Дилбар Йулдашевна Маликова. "ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ В ИЗУЧЕНИИ И ПРЕПОДАВАНИИ ЯЗЫКОВ." Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies (CARJIS) Special Issue (2021): 211-215.
10. Burkhanovna, K. D., Alisherovich, M. R., & Ugli, N. B. U. (2021). Communication as the main source of personality development. ACADEMICIA: An International Multidisciplinary Research Journal, 11(5), 75-80.
11. Хасанова Г. Б. и др. ВЛИЯНИЕ ИСКУССТВЕННОГО ИНТЕЛЛЕКТА НА ЭКОНОМИКУ //International Journal of Contemporary Scientific and Technical Research. – 2022. – С. 259-263.
12. Alimov, N. (2023). CULTURE OF WESTERN AND ORIENTAL COUNTRIES. Современные тенденции инновационного развития науки и образования в глобальном мире.
13. Лекерова, Гульсим, Низомов Бехруз, and Тангрикулова Регина. "ИНКЛЮЗИВНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ КАК ОДНО ИЗ ОСНОВНЫХ НАПРАВЛЕНИЙ РЕФОРМЫ В СИСТЕМЕ ОБРАЗОВАНИЯ." International Journal of Contemporary Scientific and Technical Research (2023): 62-69.
14. Юлдашева, Сожида, Низомов Бехруз, and Умиджон Эшматов. "КИБЕРПСИХОЛОГИЯ СОВРЕМЕННОГО ПОКОЛЕНИЯ. ВРЕД И ПОЛЬЗА СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ." International Journal of Contemporary Scientific and Technical Research (2023): 321-326.