

UOT 159.923

<https://doi.org/10.59849/2710-0820.2023.2.261>

**Aytən Mütəllimzadə**

*Doktorant, Bakı Dövlət Universitetinin Psixologiya kafedrası*

*Azərbaycan*

*aytanmutallimzada@bsu.edu.az*

## **ŞƏXSİYYƏTİN İNKİŞAFINA SOSIAL MEDIA PLATFORMALARININ MÜSBƏT VƏ MƏNFİ TƏSİRLƏRİ**

*Açar sözlər: internet texnologiyaları, sosial media platformaları, şəxsiyyətin psixologiyası, fərd, şəxsiyyət, özünüqiymətləndirmə*

### **Giriş**

Müasir dövrümüzdə sosial media platformalarından demək olar ki, hər kəs istifadə edir. Demək olar ki, çox az hallarda sosial media platformalarında şəxsi hesabı olmayan insanlara rast gəlmək olur. Məhz hal-hazırda bu müasir internet resursları vasitəsilə insanlar artıq rahatlığa alışıblar. İnternetin inkişafı ilə ortaya çıxan sosial media platformaları hal-hazırda insanların həyatının bir parçasına çevrilmişdir.

Sosial media platformaları internet qlobal kompüter şəbəkəsində istifadəçilər arasında ünsiyyət və sosial əlaqələrin qurulması, əks etdirilməsi və təşkili üçün nəzərdə tutulmuş olan onlayn xidmət, veb saytdır [4, s. 1]. Sosial media platformaları istifadəçilərinə özləri haqqında məlumat yerləşdirərək şəxsi hesablarını yaratmağa imkan verir. Hər bir istifadəçi səhifəsində yerləşdirmiş olduğu məlumatlarla xarakterizə olunur. İnsanlar şəbəkə ("web") səhifəsində şəxsi anketlərini doldurduqda, öz şəxsi xüsusiyyətlərini ifadə etməyə çalışırlar. Müşahidələrə əsasən deyə bilərik ki, gündəlik həyatda insanlar sosial media platformalarından şüursuz şəkildə istifadə edirlər və bu vəziyyət insanların psixoloji sağlamlığına ciddi surətdə təsir göstərmiş olur. Bu platformalardan sui-istifadə edilməsə, onlar prinsipcə daha çox müsbət təsir etmiş olacaqlar.

Sosial media platformalarında hər şey sadə və şəxsiyyətsizdir. Burada üz ifadələri, hərəkət, göz təması, duruş və jestlərin dili və həqiqi emosiyalar demək olar ki, yoxdur. Bəzi insanlar üçün öz şəxsi hesablarını ziyarət etmək gündəlik ayın halına gəlir, onlar hesablarında bəzi ye-

niliklər (dostluq təklifi, ismarış, yeni bəyənmələr və s.) görmək ümidi ilə gün ərzində bir neçə dəfə şəxsi hesablarına daxil olurlar. Xüsusilə də gənclər izləyici sayını artırmaq, bloqer, influencer və ya fenomen ola bilmək üçün mümkün qədər çoxlu sayda dost əlavə edib, çoxlu sayda paylaşımlar etməyə meyllidirlər (bəzən çox mənasız və vaxt itkisi olan paylaşımlar olsalar belə). Təbii ki, bu kimi paylaşımlar etmək çox zaman faydasız və mənasız məşğuliyyət hesab edilir. Lakin az da olsa sosial media platformalarında maarifləndirici səhifələr açıb, faydalı paylaşımlar olunan səhifələrində olduğunu müşahidə etmək olar (kitab müzakirəsi, elmi məlumatları ehtiva edən mətnlər). Ancaq bir sıra sosial media platformalarında (TikTok kimi) açılan hesabların mənfi təsirləri daha çoxdur, bu kimi platformalarda vaxtın mənasız və əsassız itkisi baş verir, heç bir müsbət nəticə olmur.

Yeniyetmə və gənclərdə olan əylənmə və maraq hissi, pis niyyətli insanlar tərəfindən real həyatda və virtual mühitdə də "yaxşı bir fürsət" kimi istifadə edilir. Aşağı yaş qruplarının kütləvi psixoloji deqradasiyası cəmiyyət və bütövlükdə bəşəriyyət üçün olduqca təhlükəlidir. Xüsusilə də yeniyetmələr inanılmaz dərəcədə asanlıqla başqalarının təsirinə düşə bilirlər. Sosial media platformaları zorakılığa, irqçiliyə və ekstremizmə çağıran materiallarla doludur. Bütün bunlar isə həssas psixologiyaları olan uşaqların şəxsiyyətinə çox güclü təsir etmiş olur. Təbii ki, uşaqlar sosial media platformalarından kənarda da oxşar problemlər ilə qarşılaşa bilərlər, sadəcə bu platformalar bu kimi problemlər üçün "əlverişli" mühitdir. Yeniyetmə və gənc-

lərin internetdə xüsusilə nəslərsə axtarmasına ehtiyac belə yoxdur. İnternetdə hər bir şey sərbəstdir və hamısı bir yerdədir. Həmyaşadlarının və böyüklərin şəxsi sosial media hesablarının uşaqlar üçün necə bir nümunə olacağını təxmin etmək asandır. Bu gün hətta ibtidai məktəb yaşındakı uşaqlar da sosial media platformalarına daxil olmaqla, internetdə boş vaxt keçirirlər. Müasir uşaqlar bu platformalarda digərləri ilə “ayaqlaşmaq” üçün asudə vaxtlarını da eyni şəkildə keçirtmək istəyirlər.

Yetkinlik yaşına çatmayan və gənc istifadəçilər öz psixi sağlamlıqlarını sosial media platformalarında riskə atırlar. Planşet və ağıllı telefonların istifadə edilməsinə qadağa qoyulanda isə, valideynlərlə anlaşılmazlıqlar, münacişələr yaranır ki, bu da təbii olaraq uşağın psixi sağlamlığına və ətrafdakıqlarla münasibətlərinə təsir göstərmiş olur.

Texnoloji yeniliklər təbii ki, yaxşıdır, amma texnologiyanın harada, necə və hansı məqsədlər üçün istifadə edilməsi məsələsi olduqca vacibdir. Xüsusilə də yeniyetmə və gənclər tərəfindən sosial mediadan şüursuz şəkildə istifadə olunmasını nəzərə alsaq, belə bir vəziyyət onların psixoloji sağlamlığına ciddi şəkildə təsir göstərmiş olur. Belə ki, sosial medianın təqdim etmiş olduğu əlçatan imkanlardan sui-istifadə edilməsə, əgər platformalardan şüurlu və məqsədli olaraq istifadə olunarsa, o zaman daha çox bu platformaların müsbət təsirlərini də müşahidə etmiş olarıq.

Sosial media platformalarının müsbət və mənfi tərəfləri.

Sosial media platformalarının tamamilə zərərli olmadığını, çoxlu sayda müsbət təsirləri olduğunu qeyd etmək lazımdır. Çünki, hal-hazırda texnologiya əsridir, internet texnologiyalarının sürətli inkişafı ilə ayaqlaşmaq üçün sosial media vasitələrindən istifadə etmək zəruridir. Əsasən də sosial medianın müsbət tərəflərini nəzərə alaraq onun təqdim etmiş olduğu imkanlardan doğru istifadə edilməsini öyrənmək lazımdır. Belə ki, sosial media platformalarının müsbət tərəflərinin əsas bir neçəsini aşağıda qeyd edirik:

- Lazımı məlumatların, həmfikirlərin sürətli axtarışı, dostlar, qohumlar, ölkənin və dünyanın müxtəlif yerlərində yerləşən digər insanlarla ünsiyyət qurmaq, özünü ifadə etmək imkanı, yaradıcı potensialın reallaşdırılması, fərdlər ara-

sında deyil, həm də qruplar arasında ünsiyyət qurmaq üçün əlverişli vasitə olması sosial media platformalarının əsas müsbət tərəfidir.

- Maraqlı, tanınmış şəxsiyyətlərin paylaşımını oxumaq, onlara şərh vermək, ənənəvi mediada toxunulmayan və ya səssiz qalan məsələlərin və mövzuların işıqlandırılması mümkündür.

- Peşəkar fəaliyyətin təşkilində, öz gördüyü işlərin internetdə təbliğində və reklamında köməklik göstərmək üçün əlverişli mühitdir. Live-Journalda düşüncələri, həyəcanlandıran mövzuları qələmə alırlar. VKontakte dərslər, tapşırıqlar və s. cədvəli haqqında lazımı məlumatları almaq, bir şey satmaq və almaq, LinkedIn-də iş, biznes tərəfdaşları tərəfdaşları axtarmaq, Instagramda faydalı marafonların və rahat reklam işlərinin aparılması, malların satışı, biznesin qurulması və inkişaf etdirilməsi mümkündür [4, s. 2]. Müasir dövrümüzə sosial media platformaları reklam üçün ən əlverişli mühitdir, çünki burada böyük istifadəçi kütləsi vardır.

- Hal-hazırda insanlar bir şey almadan əvvəl, müvafiq dəyərləndirmə forumlarına daxil olur və məhsulun keyfiyyəti haqqında rəyləri oxuyurlar, sosial media platformaları məhsulu almadan əvvəl ehtimal olunacaq problemlərdən qaçmağa və ya lazımı sualları almağa kömək edir.

- Bu platformalarda xeyriyyə məqsədi ilə tez bir zamanda yardım üçün lazım olan vəsaiti toplamaq mümkündür.

- Kəskin sosial problemlər və ya fəvqəladə hallar sosial media platformalarında qızgın müzakirələr aparılır, böyük bir kütlə medianı da onları dinləməyə, bu məlumatları öz kanalları ilə ötürməyə məcbur edir.

- Sosial media platformaları ilə məsafədən təhsil almaq, zaman və məkan fərqi olmadan tədbirlər və görüşlər təşkil etmək mümkündür (Covid-19 pandemiyası vaxtı sosial media platformalarının bu kimi müsbət tərəfindən daha çox yararlanmaq mümkün olmuşdur).

- Məlumat əldə etmək, elektron resurslardan istifadə etmək üçün sosial media platformaları əlçatan və rahatdır. Xüsusilə də təhsil sahəsində olan şəxslər (istər təhsil alan istərsə də təhsil verən) sosial media platformalarından kitab, məqalə və ya digər zəruri məlumatları asan və hətta ödənişsiz əldə edə bilirlər.

Sosial media platformalarının müsbət tərəfləri yuxarıda qeyd etdiklərimiz ilə kifayətlənmir. Təbii ki, həm ümumi olaraq həm də konkret hansısa sahədə bu platformaların müsbət tərəfləri olduqca çoxdur. Lakin, internet texnologiyalarının istifadə qaydası haqqında kifayət qədər geniş məlumatla sahib olmayan, onun zərərli və ya faydalı təsirlərini bilməyən şəxslər (əsasən də azyaşlılar) sosial media platformalarının zərərli təsirlərinə daha çox məruz qala bilərlər. Belə ki, bu zaman biz sosial medianın müsbət tərəflər ilə yanaşı mənfi tərəflərini də müşahidə etmiş oluruq. Onların əsas bir neçəsini aşağıda qeyd edirik:

- Sosial media platformalarına çox bağlandıqanda və onlardan asılı olmağa başlayanda virtual mühiti reallıqla qarışdırmaq mümkün ola bilər. Belə bir hal isə bir müddət sonra şəxsiyyətin deqradasiyasına gətirib çıxarmış olur.

- İnsanlar hər hansısa faydalı fəaliyyət ilə məşğul olmaq və istirahət etmək əvəzinə sosial media platformalarında daha çox vaxt "itirirlər". İnternetdə özünə heç bir fayda vermədən vaxt sərf etmək təkcə psixoloji deyil fizioloji sağlamlığa da təsir edir- görmə, sinir sistemi, yuxu rejimi və s.

- Sosial media platformaları müxtəlif xüsusi xidmətlər üçün şəxsi məlumat mənbəyi ola bilər. İstifadəçilər heç tərəddüd etmədən sosial şəbəkələrdə özləri, eləcə də ailələri və dostları, uşaqları haqqında məlumatlar yerləşdirirlər. Bəzən isə bu vəziyyət onlar üçün problemə çevrilə bilər. Platformaların bazalarında öz şəxsi hesabını və məlumatları silmək mümkün olmur.

- Sosial media bu gün marketinqin alətinə çevrilmişdir, reklamçıların və PR mütəxəssislərinin ehtiyaclarını birbaşa istifadəçilərdən daha çox ödəyir. Çox zaman istifadəçilər sosial media marketinqinin qurbanı olurlar.

- Elə olur ki, platformalarda "ləqəb" (nickname) və fotoların arxasında tamamilə fərqli insanlar gizlənir, belə hallar həmişə yaxşı niyyətlə olmaya bilər. Sosial media platformalarında kiminsə maraqlarına uyğun müxtəlif qruplar yaratmaq çox asandır.

- Sosial şəbəkələr kütləvi informasiya vasitələrini əvəz edə bilməz, çünki onların etibarlılığı, reallığın obyektiv əksi yoxdur (bir sıra rəsmi idarələrin sosial şəbəkələrdə ki, hesabları istisna olmaqla).

- Sosial media platformaları canlı ünsiyyəti əvəz etmir: internetdə ifadələr real emosiyaları, hissləri və əhval-ruhiyyəni ifadə edə bilməz.

Sosial media platformalarının şəxsiyyətin inkişafına təsiri.

Müasir dövrümüzdə insanlar virtual ünsiyyətə real ünsiyyət prosesindən daha çox üstünlük verirlər. Xüsusilə də bu problem yeniyetmələri və gənclərdə daha çox müşahidə edilir [4, s. 3]. Yeniyetmə və gənclərin virtual ünsiyyətə belə bir asılılığının olması başa düşüləndir- orada heç kim onları xoşagəlməz bir həmsöhbətlə əlaqə saxlamağa məcbur edə bilməz, heç kim yeniyetməyə "tərbiyə vermir" və ona necə davranmağı öyrətmir. Belə olan hallarda sosial media platformaları yeniyetmə və gənclərə xüsusilə zərərli təsir göstərmiş olur.

Sosial media platformalarda virtual ünsiyyət qurmaq, real ünsiyyət fəaliyyətinə mənfi təsir edir, xüsusilə də yeniyetmə və gənclər ağıllı telefonlardan və sosial media platformalarından asılı vəziyyətə düşürlər. Onların gerçək həyatda yaşlılar və öz həmyaşıdları ilə real təmas bacarıqları zəifləmiş olur. Bundan əlavə, bu platformalar insanın ünsiyyət keyfiyyətlərinə mənfi təsir göstərir. İnternetdə nə qədər çox vaxt sərf edilirsə, canlı ünsiyyətə o qədər az vaxt sərf etmiş olunur. Müasir yeniyetmələr və gənclər zamanla ünsiyyət bacarıqlarını itirir və öz düşüncələrini şifahi nitq vasitəsilə ifadə etmək onlar üçün daha çətin olur. İnternet jargonu gündəlik həyatı zəbt edir (sözlər ixtisar olunur (salam-slm, necəsən-necn), qrammatik səhvlərə əhəmiyyət verilmir və s.) və kitab oxumaq ümumiyyətlə böyük çətinliyə çevrilir. Bir çox yeniyetmələr və gənclər sosial media hesablarında bilərəkdən səhv yazılan sözlər, söyüşdən istifadə edir və virtual həyatda bunun sosial baxımdan məqbul olduğuna inanırlar. Onlar fərqudə olurlar ki, real həyatda hər şey bu qədər də sadə deyil.

Sosial media platformalarında şəxsiyyətə təsir etdiyi müşahidə edilən problemlərdən biri də, son dövrlərdə internetdə kiber hücumların və təhdidlərin artmış olmasıdır. Kiber hücumlarda elektron hücumlar virus daşıyan mesajlar və spam mesajlar göndərilərək tətbiq olunur. Kiber zorakılıq ilə bəzən gənclər digər həmyaşıdlarına mənfi təsir edə bilər və ya özləri də belə mənfi təsirlərin qurbanı ola bilərlər. Gənclər kiber zo-

rakılığa məruz qalanda intihar barədə də düşünə bilər və ya depressiyaya düşürlər. Bu vəziyyət qurbanlarda ciddi psixoloji problemlər yarada bilər və yaşadıkları bu problemlərə görə intihar edə bilərlər.

Gənclər yaşlıları ilə ünsiyyət qurmaq və yeni tanışlıqlar etməyi sevirlər. Sosial mediada çox güclü bir cazibə vardır ki, gənclər üçün bir asılılığa çevrilə bilər. Digər insanların, xüsusilə də sosial media fenomenləri və bloqerlərin Photoshop kimi (FaceApp və s.) proqramlardan istifadə edərək, özlərini qüsursuz təqdim etməkləri, onları izləyən gənclərə mənfi təsir etmiş olur. Görünüşlərini fiziki olaraq dəyişdirmək və özlərini sosial mediada gördükləri hər növbəti insanla müqayisə etmək ehtiyacını hiss edə bilərlər.

Son zamanlarda müşahidə etmiş oluruq ki, gənc qızlar sosial media platformalarındakı bloqer və sosial media influenserlərin paylaşımalarını müqayisə edərək bədən çəkisi nisbətlerini bəyənmədikləri üçün özlərinə inamsızlıq hiss etmiş olurlar. Bu kimi müqayisə gənclərin şəxsiyyətinə mənfi təsir etmiş olur. Onların özünü qiymətləndirməsi aşağı olur, qida pozuntusu və digər problemlər təzahür edə bilər (bulemiya, anoreksiya, dismorfofobiya və s.). Aparılan tədqiqat nəticələrinə görə qızların oğlanlardan çox sosial media platformalarında vaxt keçirmiş olduğu müəyyən edilmişdir. Belə olan halda qızlar oğlanlara nisbətən platformaların daha çox zərərli təsirlərinə məruz qaldığını müəyyən etmək olar [2, s. 440].

Sosial media platformalarının tez-tez istifadəsi narahatlıq və depressiya əlamətlərini [5, s. 361], tənhalıq hissini artırır, aşağı özünü qiymətləndirməyə səbəb olur, yuxu problemlərinə səbəb ola bilər və ya qida vərdişlərindəki bəzi dəyişikliklərə və problemlərə zəmin yarada bilər və s. qeyd edilən bənzər mənfi təsirlərə səbəb olur. Məsələn olaraq, müasir dövrdə gənclər artıq stolda deyil, kompüterdə və ya bir əllərində telefon idarə edərək yemək yeyirlər.

Bəzən insanlar gündəlik stress və çətinliklərdən qurtulmaq üçün sosial mediaya üz tuturlar. Ancaq aparılan tədqiqatlar göstərir ki, sosial media stressi azaltmaqdan daha çox stress səviyyəsinin artmasına səbəb olur. 1800 nəfər üzərində aparılan tədqiqatda qadınların kişilərdən daha çox stressli olduğunu

göstərir. İstifadəçilərin öz stresslərini bölüşdüyü Twitter əslində sosial mediada ən böyük stress mənbəyidir.

30 ildir utancaqlıq hissi ilə bağlı tədqiqatlar aparan psixoloq, professor Rovland Miller təacüblü bir nəticə ortaya qoymuşdur: Facebook və Twitter kimi sosial şəbəkələr utancaqlıq hissinə məhv edir. İnsanın öz şəxsi həyatı özəldir, yəni məxfidir. Şəxsi həyata dair paylaşımın (xüsusən də şəxsi foto və hadisələrin) sayı artıqca utanma hissi də azalmış olur. Nəticədə Facebook-da şəxsi həyat şəxsi olmaqdan çıxar, sosial həyata çevrilir. Həmçinin, Facebook-da bəzi insanlar bəyənilmək istəyi ilə hərəkət etdikləri üçün fərdiliklərini də itirirlər (trend olan paylaşımaları təqlid edirlər). Sosial mediada Norbert Eliasın "Utancaqlıq sivilizasiyadan yaranıb" tezisindən xeyli uzaqlaşırıqlar.

Sosial media platformalarının yeniyetmə və gənclərə müsbət təsirinin olması da danılmazdır. Belə ki, onlar istənilən zaman bir-birlərini görmək istədikdə dostları ilə rahat və tez əlaqə yarada bilərlər. Sosial media hal-hazırda dünyanın hər bir yerində baş verən vacib hadisələr barədə sürətli şəkildə məlumat ötürür. Gənclərin özlərini rahat ifadə edərək daha yaxşı hiss etmələrinə və cəmiyyətdə müəyyən bir mövqe tutmaqlarına şərait yaratmış olur. Sosial media gənclərdə sosial bacarıqların inkişaf etdirilməsinə kömək edir və ən yaxşı tərəfi bir çox dostluğun bu platformalardan başlaya bilməsidir. Gənclər ümumiyyətlə burada yeni dostlar qazanmağı yaxşı bacarırlar. Bu platformaların gənclərə daha bir maraqlı təsiri isə ondadır ki, həmyaşlıqları ilə sosial media vasitəsilə ünsiyyət qurmaq onlara daha əyləncəli gəlir (smile, sticker, gif və s. vasitəsilə).

Belə ki, sosial media platformalarından istifadə etmək insanların subyektiv rifahına müsbət təsir edir, qəbul olunan sosial dəstəyi, həmyaşlıqları arasında ünsiyyətin davamlılığını təmin etdiyi üçün onlara müsbət etmiş olur. Emosional qeyri-sabitlik problemi olan insanlar, bu platformalarda hissələrini bölüşərək, ifadə edərək kömək almaq imkanlarını artırma bilərlər.

Müasir dövrümüzdə sosial media təhsil sahəsində də şagird və tələbələrin müəllim ilə asanlıqla ünsiyyət qurmasını təmin edir. Xüsusilə Covid-19 virusunun yayılması səbəbi ilə pandemiya şəraitində dünyada, həmiçinin də öl-



kəməzdə məsafədən təhsilə keçməklə sosial media platformalarının, texnoloji inkişafın müsbət istiqaməti özünü göstərmişdir. Təhsilin fasiləsizliyi prinsipinə əsasən dərslərin təşkil edilməsi mümkün olmuşdur.

Sosial media platformalarının köməyi ilə insanlar köhnə dostları ilə də ünsiyyət qura bilərlər və bu inkişaf etmiş ünsiyyət aralarındakı əlaqəni gücləndirmiş olur. Belə ki, münasibətlərin saxlanması və davam etdirilməsi bu platformalarda olduqca rahatdır.

Şəxsiyyətin inkişafına sosial media platformalarının təsiri (həm mənfəi həm də müsbət) olduqca güclüdür. Belə ki, sosial media platformaları mənlilik şüuruna, xüsusən də “Mən obrazı”na əhəmiyyətli səviyyədə təsir göstərmiş olur. Belə ki, “virtual mən” “ideal mən” obrazına yaxınlaşır və “real mən” ilə arada böyük bir boşluq yaranır ki, bu da özünüqiymətləndirmənin aşağı olmasına səbəb olur, adekvatlıq pozulur. Zamanla virtual aləm insanların real həyatını dəyişdirmiş olur [4, s. 6]. Sosial media platformaları fəaliyyət prosesinə nə təsir göstərmiş olur. Real münasibətlər, ünsiyyət fəaliyyəti virtual münasibətlər və virtual ünsiyyət ilə əvəz edilir. Peşə fəaliyyəti sosial mediada özünə məxsus yeni formada həyata keçirilir (bloqer, sosial media influenseri, sosial media marketinqi və s.). Real oyunlar (yaş qrupuna müvafiq olaraq: əşyalar və oyuncaqlar ilə oyunlar, rollu oyunlar, stol üstü oyunlar və s.) artıq virtual oyunlar ilə əvəz olunur. Bu kimi virtual oyunların bir qismi isə şəxsiyyət üçün təhlükə hesab olunur (misal olaraq, “Mavi balina”). Sosial media platformaları şəxsiyyətin idrak proseslərinin inkişafına da təsir göstərmiş olur. Təfəkkür proseslərinin, yaradıcı təxəyyülün inkişafı zəifləyər bilər. Sosial media vasitəsilə hazır məlumatlar əldə etmək daah rahat və əlçatan olduğu üçün araşdırmaq, öyrənmək motivasiyası aşağı olur.

Son illərdə sosial media platformalarının psixoloji təhlilinə dair aparılan tədqiqatların sayında nəzərəcərpacaq dərəcədə artım olmuşdur. Bu araşdırmalara görə kompüter vasitəçiliyi ilə ünsiyyət və onlayn platformalar istifadəçilərə fərqli imkanlar təqdim edir. Ancaq sosial medianın bütövlükdə pis bir yer olduğunu söyləmək də səhv olardı, çünki həyatımıza əlavə etdiyi müsbət tərəflər də var. Sosial mediadan

konstruktiv və məhsuldar şəkildə istifadə etmək mümkündür.

### **Yekun**

İlk yarandığı vaxtlarda sosial media platformaları insanları həmfikir qruplarda birləşdirmək, həmçinin digər insanlar və ya insan qrupları arasında sürətli ünsiyyət prosesini həyata keçirmək üçün yaradılmışdır. Belə ki, zamanla bu platformalar öz həqiqi məğzini itirməyə başlamışdır. Lakin nəzərə almaq lazımdır ki, müasir dövrümüzdə insanlar texnoloji inkişaf baxımdan bacarıqlı və səriştəli olsalarda, sosial medianın zərərli təsirlərinə daha çox məruz qalırlar. Xüsusilə də zərərli təsirə məruz qalan çoxluq müasir dövrün yeniyetmə və gəncləridir. Dövrümüzün insanları bu günlərdə sosial mediaya o qədər çox əhəmiyyət verirlər ki, artıq sosial media onların əsas prioritetinə çevrilmişdir. İstifadəçilər sosial mediada nəinki vaxt itirmiş olurlar, həmçinin psixi sağlamlılıqlarında qurban etmiş olurlar. Sosial media platformalarında insanların ancaq virtual tərəfini görmək mümkündür. Bu o deməkdir ki, virtual aləmdə istifadəçilərin yalnız göstərmək istədikləri tərəfləri görmək olur. Bir çox insanlar sosial mediada özlərini başqalarına əslində olmadıqları kimi göstərməyə çalışırlar. Bu da zamanla şəxsiyyətin deqradasiyasına səbəb olur.

Həyatımızda texnologiyanın rolunun artması, yeniyetmə və gənclərin internetdə keçirdikləri vaxtı uzatmış, internet aşıllığı ilə bərabər bir sıra psixoloji problemləri də artırmışdır. Sosial media platformalarının şəxsiyyətə təsiri əvvəlki illərdə də müzakirə olunub, indi də müzakirə olunur və uzun müddət də müzakirə olunacaqdır. Çünki, texnologiya əsrində olduğumuz üçün texnoloji inkişaf dayanmadan artmaqdadır. Psixoloqlar, həmçinin analitiklər, marketoloqlar və bir çox digər mütəxəssislər də daxil olmaqla bir çox akademik tədqiqatçılar bu istiqamətdə araşdırmalar aparırlar. Bu istiqamətdə çoxlu sayda tədqiqat işləri aparmaq, sosial media platformalarından düzgün istifadə etməyi yeniyetmə və gənclərə öyrətmək, maarifləndirici işlər görmək lazımdır.

### **Ədəbiyyat siyahısı**

1. Tarhan, N. Sosial media psixologiyası: / N.Tarhan - İstanbul: Der, - 2021. - 400 s.

2. Kıran, S., Küçükboşancı, H., Emre, İ. Sosyal medya kullanımının kişiler üzerindeki etkilerinin incelenmesi: / S.Kıran, H.Küçükboşancı, İ.Emre // Bilişim teknolojileri dergisi - 2020, Sayı: №4, - s. 435-441.

3. Waseem, A. A Study on positive and negative effects of social media on society: / A.Waseem // International journal of computer sciences and engineering - 2018, №5(10), - s. 347-354

4. Влияние социальных сетей на молодежь: / Пинский колледж УО “БГУ Университет имени А.С. Пушкина” / [Электронный ресурс] / - URL: <https://pinskcol.brsu.by/sites/default/files/%D1%81%D0%BE%D1%86%D1%81%D0%B5%D1%82%D0%B8.pdf> - 7 с.

5. Желатова, Д.В. Влияние социальных сетей на ментальное здоровье: / Д.В.Желатова // Вестник науки - 2023, №2(59), - с. 361-363.

## Summary

Aytan Mutallimzada

### Positive and negative effects of social media platforms on personality development

Social media platforms are used by almost everyone nowadays. It is rare to see people without personal accounts on social media platforms. It is through these modern internet resources that people have become accustomed to convenience. Social media platforms that emerged with the development of the Internet have now become a part of people's lives. Technological innovations are of course good, but it is very important to analyze how and for what purpose these innovations are used. Especially if we take into account the unconscious use of social media by teenagers and young people, such a situation seriously affects their psychological health. If the opportunities provided by social media are not misused, but if they are used consciously and purposefully, we will in principle observe more positive effects of these platforms. Both positive and negative effects of social media platforms on personality development are analyzed in detail in the presented article.

**Keywords:** *internet technologies, social media platforms, psychology of personality, individuality, personality, self-esteem*

## Резюме

Айтан Муталлимзада

### положительное и негативное влияние социальных медиа-платформ на развитие личности

Платформами социальных сетей сегодня пользуются практически все. Редко можно увидеть людей без личных аккаунтов в социальных сетях. Именно благодаря этим современным интернет-ресурсам люди привыкли к удобству. Платформы социальных сетей, появившиеся с развитием Интернета, теперь стали частью жизни людей. Технологические инновации – это, конечно, хорошо, но очень важно проанализировать, как и для каких целей эти инновации используются. Особенно если принять во внимание неосознанное использование социальных сетей подростками и молодыми людьми, такая ситуация серьезно влияет на их психологическое здоровье. Если возможности, предоставляемые социальными сетями, не будут использоваться неправильно, а будут использоваться сознательно и целенаправленно, мы в принципе увидим более позитивный эффект от этих платформ. В представленной статье подробно анализируется как положительное, так и отрицательное влияние социальных сетей на развитие личности.

**Ключевые слова:** *интернет-технологии, социальные сети, психология личности, индивидуальность, личность, самооценка*