

**Elnarə Əhməd qızı ƏHMƏDOVA**

Naxçıvan Dövlət Universiteti, Pedaqogika və psixologiya kafedrasının dosenti, psixol.ü.f.d  
E-mail: [elnara.akhmedova@wu.edu.az](mailto:elnara.akhmedova@wu.edu.az)

**Şəbnəm İlham qızı BABAYEVA**

Qərbi Kaspi Universitetinin magistrantı  
E-mail: [Shebnem.babayeva01@gmail.com](mailto:Shebnem.babayeva01@gmail.com)

**YENİYETMƏLƏRDƏ RƏQƏMSAL ÖZÜNÜQIYMƏTLƏNDİRMƏ VƏ HOSTOLLİK:  
SOSIAL MEDIA TƏSDİQİNİN KLİNİK TƏŞVİŞ VƏ AQRƏSSİV REAKSİYALAR  
ÜZƏRİNDƏKİ PREDİKTOR ROLU**

**Xülasə**

Bu tədqiqat yeniyetmələr arasında düşmənçilik və rəqəmsal özünüqiymətləndirmə arasındakı əlaqəni və sosial media validasiyasının klinik narahatlıq və aqressiv davranışların inkişafına necə təsir etdiyini araşdırır. Bugünkü yeniyetmələrin onlayn qarşılıqlı əlaqələrinə əsasən özlərini təyin etmək qabiliyyəti artır. Məsələn, bəyənmələr, şərhələr və izləyicilərinin sayı cəmiyyət tərəfindən təsdiqlənmə ölçüsü kimi istifadə edilə bilər. Buna görə də, bu kimi sosial validasiya formaları yeniyetmələrin emosiyalarını və davranışlarını necə tənzimləmələrinə təsir göstərə bilər. Bundan əlavə, bu tədqiqat xaricdən təmin edilən rəqəmsal rəyə artan etibarın yeniyetmələrdə sosial müqayisələrə və sosial rəddə qarşı artan həssaslığa necə səbəb olduğunu araşdırır. Onlayn validasiyaya çox güvənən yeniyetmələr, xüsusən də gözlənilən rəyi almadıqları və ya mənfi rəy aldıkları təqdirdə daha yüksək narahatlıq səviyyələri ilə qarşılaşma ehtimalı daha yüksəkdir. Nəticədə yaranan emosional təzyiq həm onlayn, həm də oflayn olaraq düşmənçiliyə və reaktiv aqressiyaya səbəb ola bilər. Bu tədqiqatın nəticələri müsbət rəqəmsal davranışı təşviq edən və özünəhörmətin daxili mənbələrini yarada bilən profilaktik yanaşmalara ehtiyac olduğunu göstərdiyindən, təhsil proqramları və valideyn dəstəyi yeniyetmələrin rəqəmsal təsdiqdən asılılığının azaldılmasına kömək etmək üçün vacibdir. Bu tədqiqat həmçinin rəqəmsal dünyanın yeniyetmələrin həm zehni, həm də davranış baxımından potensial olaraq inkişaf etmə tərzini üçün necə yüksək dərəcədə mürəkkəblilik yaratdığına dair fikir verir.

**Açar sözlər:** rəqəmsal özünüqiymətləndirmə, yeniyetmələr, sosial media validasiyası, klinik narahatlıq, aqressiv davranış.

**UOT:** 159.922.8:004.738.5:159.944.4:159.947.5

**DOI:** <https://doi.org/10.54414/PZEE6286>

**Giriş**

Yeniyetməlik dövrü insan inkişafının həlledici bir dövrünü təmsil edir, bu dövrdə yeniyetmələr öz şəxsiyyətlərini formalaşdırır, emosional olaraq inkişaf edir və təsdiq üçün başqalarının fikirlərinə getdikcə daha çox etibar edirlər. Xüsusilə, yeni texnologiyaların inkişafı ilə sosial media platformaları yeniyetmələrin öz şəxsiyyətlərini (məsələn, kim olduqlarını, necə olduqlarını) yaratmaq və qiymətləndirmək üçün mərkəzi məkanlara çevrilib. Rəqəmsal özünüqiymətləndirmə,

onlayn qarşılıqlı əlaqələr (məsələn, bəyənmələr, şərhələr, paylaşımalar, izləyicilər) kontekstində özünü, eləcə də insanın dəyərini qiymətləndirmə prosesidir.

Verifikasiya üçün sosial mediaya artan etibar, zehni rifaha və davranışa təsir göstərə biləcək yeni bir psixoloji dinamika yaradır. Başqalarından gələn rəqəmsal rəy mənbələrinə çox güvənən yeniyetmələr, xüsusən də yoxlama və ya mənfi validasiya mövcud deyilsə, özünə hörmətlərinin dəyişkənliyində yüksək səviyyələr yaşayırlar. Buna görə də,



validasiya üçün sosial mediaya etibar və necə görüldüyü barədə narahatlıq nəticəsində klinik narahatlıq səviyyəsinin artması (insanların onlayn auditoriyası tərəfindən necə qəbul edilməsi ilə bağlı artan narahatlıq və narahatlıq) baş verir; bu, həmyaşdqları ilə daimi müqayisələr və həmyaşdqlarının idealizə edilmiş obrazlarının ifşası ilə daha da ağırlaşır. Narahatlıqla yanaşı, rəqəmsal özünüqiymətləndirmə prosesinin düşmənçilik və aqressivliklə əlaqəsi ola bilər. Yeniyyətlər onlayn ünsiyyət formalarından istifadə edərkən rədd edildiklərini, tənqid olunduqlarını və ya kifayət qədər təsdiq almadıqlarını hiss etdikdə, bu, məyusluğa, əsəbiliyə və/və ya hətta xarici aqressivliyə səbəb ola bilər. Bu tip reaksiyalar həm sosial mediada yerləşdirilən düşmən şərh kimi virtual sosial qarşılıqlı əlaqə formalarında, həm də oflayn olaraq baş verən sosial davranışlar şəklində baş verə bilər. Qavranılan sosial təsdiqləmə ilə emosional reaksiyalar arasındakı qarşılıqlı təsir sosial mediaya fərdlərin psixoloji ehtiyaclarına güclü təsir göstərən bir mühit kimi baxmağın vacibliyini göstərir.

Bu tədqiqatın məqsədi yeniyyətlərin klinik narahatlığı və aqressivliyinin proqnozlaşdırıcısı kimi sosial media təsdiqləməsi arasındakı əlaqəni araşdırmaqdır. Bu tədqiqat, yeniyyətlərin psixoloji rifahının və davranışının 21-ci əsrin rəqəmsal mühitlərindən necə təsirləndiyini daha yaxşı başa düşmək üçün rəqəmsal özünüqiymətləndirmə metodları ilə düşmən davranışlar arasındakı əlaqəni araşdırılmışdır.

**Yeniyyətlərdə rəqəmsal özünüqiymətləndirmə və hostillik.** Müasir dövrdə rəqəmsal texnologiyaların sürətli inkişafı insan həyatının bütün sahələrinə, xüsusən də yeniyyətlərin psixoloji inkişafına əhəmiyyətli dərəcədə təsir göstərmişdir. Sosial media platformalarının geniş yayılması nəticəsində yeniyyətlər gündəlik həyatlarının əhəmiyyətli bir hissəsini virtual mühitdə keçirirlər, burada özlərini təqdim edirlər, başqaları ilə ünsiyyət qururlar və sosial münasibətlər qururlar. Bu prosesdə onların özünüqiymətləndirmə mexanizmləri də dəyişir və ənənəvi sosial mühitlə yanaşı, rəqəmsal mühit də özünüqiymətləndirmənin əsas mənbələrindən

birinə çevrilir. Beləliklə, "rəqəmsal özünüqiymətləndirmə" anlayışı müasir psixologiyada mövcud tədqiqat istiqamətlərindən biri kimi ortaya çıxıb [5].

Rəqəmsal özünüqiymətləndirmə, yeniyyətlərin sosial media vasitəsilə aldığı fikir və reaksiyalara əsasən öz dəyərlərini müəyyən etmələri ilə xarakterizə olunur. "Bəyənmə", şərh, paylaşım və izləyici sayının artması yeniyyətlər üçün sosial qəbul və populyarlığın göstəricisi kimi çıxış edir. Bu göstəricilər onların özlərinə münasibətini formalaşdırır, özünəinam səviyyələrinə təsir göstərir və psixoloji vəziyyətlərinə istiqamət verir [2]. Lakin belə bir qiymətləndirmə mexanizmi xarici və dəyişkən amillərdən asılı olduğundan sabit və davamlı deyil. Nəticədə, yeniyyətlər emosional dalğalanmalar, qeyri-sabit özünəhərmət və psixoloji stress yaşaya bilərlər.

Yeniyyətlilik dövrü kimlik axtarışı, sosial qəbula artan ehtiyac və emosional həssaslıqla xarakterizə olunur. Bu dövrdə fərdlər özlərini həmyaşdqları ilə müqayisə etməyə və başqalarının fikirlərinə daha çox əhəmiyyət verməyə meyillidirlər. Sosial media bu müqayisə prosesini daha da gücləndirir. Yeniyyətlər tez-tez ideal həyat tərzinə, süzgəcdən keçirilmiş şəkillərə və seçmə paylaşımlara məruz qalırlar ki, bu da onların özlərini qeyri-real standartlarla müqayisə etməsinə səbəb olur. Bu vəziyyət aşağı özünəhərmət, narahatlıq və daxili gərginlik yaradır.

Rəqəmsal mühitdə özünəhərmətin formalaşması yalnız fərdi psixoloji xüsusiyyətlərlə deyil, həm də sosial təsdiq mexanizmləri ilə bağlıdır. Sosial təsdiq nəzəriyyəsinə görə, insanlar başqalarının reaksiyalarını davranışlarının düzgünlüyünün göstəricisi kimi qəbul edirlər. Yeniyyətlər sosial statuslarını sosial mediada paylaşıqları məzmununa reaksiyalar vasitəsilə müəyyən edir və davranışlarını bu reaksiyalara uyğun olaraq tənzimləyirlər. Müsbət reaksiyalar müvəqqəti məmnunluq və özünəinam yaratsa da, mənfi və ya gözləniləndən az reaksiyalar emosional sıxıntı yaradır və özünəhərməti zəiflədir [4].

Bu kontekstdə düşmənçilik, yəni düşmənçilik və aqressiv münasibətlər də



diqqət çəkən psixoloji nəticələrdən biridir. Düşmənçilik fərdin ətraf mühitə qarşı mənfi emosional münasibəti, qəzəb və düşmənçilik hissləri ilə xarakterizə olunur. Bu cür davranışlar rəqəmsal mühitdə daha asanlıqla aşkar edilə bilər, çünki anonimlik və məsafə amili fərdlərin öz emosiyalarını daha sərbəst şəkildə ifadə etməsinə imkan verir. Yeniyetmələr sosial mediada aldıkları mənfi reaksiyalara cavab olaraq və ya gözləntiləri qarşılanmadıqda aqressiv davranışlar nümayiş etdirə bilərlər.

Rəqəmsal özünəhərmət və düşmənçilik arasındakı əlaqə əsasən emosional tənzimləmə mexanizmləri ilə izah olunur. Özünəhərmətin xarici amillərdən asılılığı yeniyetmələrin emosional sabitliyini zəiflədir. Bu halda, hər hansı bir mənfi rəy və ya sosial rədd hissi güclü emosional reaksiyalara səbəb olur. Bu reaksiyalar tez-tez qəzəb, narazılıq və aqressivlik şəklində özünü göstərir. Beləliklə, sosial mediada yaşanan psixoloji təcrübələr real həyat davranışına da təsir göstərir.

Eyni zamanda, qeyd etmək lazımdır ki, bütün yeniyetmələr bu təsirlərə eyni dərəcədə məruz qalmırlar. Fərdi xüsusiyyətlər, ailə mühiti, sosial dəstək səviyyəsi və psixoloji dayanıqlıq bu prosesdə mühüm rol oynayır. Məsələn, yüksək emosional zəkaya malik yeniyetmələr sosial medianın mənfi təsirlərini daha effektiv şəkildə idarə edə bilirlər və aqressiv reaksiyalara daha az meyillidirlər. Əksinə, zəif emosional tənzimləmə bacarıqlarına malik yeniyetmələr daha asan təsirlənir və daha çox düşmənçilik nümayiş etdirirlər.

Rəqəmsal özünüqiymətləndirmənin yeniyetmələrin psixoloji sağlamlığına təsiri də uzunmüddətli nəticələrə səbəb ola bilər. Daimi xarici təsdiqə əsaslanan özünüqiymətləndirmə fərdin daxili sabitliyini zəiflədir və gələcəkdə sosial təsdiqdən asılılıq yaradır. Bu, şəxsiyyətin formalaşmasına, sosial münasibətlərə və ümumi həyat keyfiyyətinə mənfi təsir göstərə bilər. Bu baxımdan, məsələ yalnız fərdi olaraq deyil, həm də sosial problem kimi qiymətləndirilməlidir [1].

Psixoloji müdaxilələr də bu sahədə mühüm rol oynayır. Fərdi və qrup terapiyaları vasitəsilə yeniyetmələrə emosional tənzimləmə bacarıqları öyrədilə, özünəhərmət

səviyyəsi gücləndirilə və sosial münasibətlərdə daha sağlam davranış modelləri formalaşdırıla bilər. Bu cür yanaşmalar həm rəqəmsal, həm də real mühitlərdə yeniyetmələrin daha balanslı və sağlam inkişafını təmin edə bilər.

Rəqəmsal özünəhərmət və düşmənçilik arasındakı əlaqə müasir dövrdə yeniyetmələrin psixoloji vəziyyətini anlamaq baxımından xüsusi əhəmiyyət kəsb edir. Sosial media təkcə ünsiyyət vasitəsi deyil, həm də güclü psixoloji təsir mexanizmidir. Bu təsirin düzgün idarə olunmaması yeniyetmələrdə narahatlığa, özünə şübhəyə və aqressiv davranışa səbəb ola bilər. Buna görə də, həm elmi tədqiqatlarda, həm də praktik sahədə bu mövzuya xüsusi diqqət yetirilməlidir.

**Sosial media təsdiqinin klinik təşviş və aqressiv reaksiyalar üzərində prediktor rolu.** Müasir informasiya cəmiyyətində sosial media platformaları yeniyetmələrin gündəlik həyatının ayrılmaz hissəsinə çevrilib. Bu platformalar təkcə ünsiyyət vasitəsi deyil, həm də sosial kimliyin qurulduğu, özünüifadəsinin reallaşdırıldığı və sosial təsdiqin əldə edildiyi əhəmiyyətli bir psixoloji mühitdir. Sosial media təsdiqi, fərdin paylaştığı məzmunun digər istifadəçilər tərəfindən "bəyənmək", şərh yazmaq, paylaşmaq və izləyicilərin sayını artırmaq kimi reaksiyalar vasitəsilə qiymətləndirilməsini ifadə edir. Bu reaksiyalar, xüsusən də yeniyetmələr üçün sosial qəbulun göstəricisi kimi qəbul edilir və onların psixoloji vəziyyətinə birbaşa təsir göstərir.

Yeniyetməlik dövrü emosional qeyri-sabitlik, sosial müqayisəyə yüksək meyl və özünəhərmət axtarışı ilə xarakterizə olunur. Bu mərhələdə fərdlərin sosial təsdiqə daha çox ehtiyacı var və başqalarının fikirlərinə daha həssasdırlar. Sosial media bu ehtiyacı daha da gücləndirir, çünki alınan reaksiyalar sürətli, ölçülə bilən və görünəndir. Nəticədə, yeniyetmələr özünüqiymətləndirmələrini daxili meyarlara deyil, xarici fikirlərə əsaslandırmağa başlayırlar. Bu, onların emosional vəziyyətini daha həssas və dəyişkən edir [3].

Son illərdə sosial media istifadəsi ilə bağlı ən çox müşahidə olunan psixoloji problemlərdən biri klinik narahatlıqdır. Sosial media təsdiqindən həddindən artıq asılı olan yeniyetmələr, paylaştıkları məzmun

gözlənilən səviyyədə reaksiya almadıqda narahatlıq, gərginlik və özlərini dəyərsiz hiss edirlər. Bu, davamlı hala gəldikdə, klinik narahatlıq simptomları ortaya çıxır. Yeniyyətə daim özünü başqaları ilə müqayisə edir, sosial rədd edilmə qorxusu yaşayır və bu qorxu onların gündəlik fəaliyyətlərinə təsir göstərir.

Sosial müqayisə nəzəriyyəsi və özünüqiymətləndirmə yanaşmaları sosial media təsdiqinin klinik narahatlıq üzərində proqnozlaşdırıcı rolunu izah etməkdə vacibdir. Sosial müqayisə nəzəriyyəsinə görə, fərdlər özlərini başqaları ilə müqayisə edərək qiymətləndirirlər. Sosial mediada bu müqayisə prosesi daha intensivdir və qeyri-real təməllərə əsaslanır, çünki istifadəçilər ümumiyyətlə

həyatlarının yalnız müsbət aspektlərini bölüşürlər. Bu, yeniyyətlərdə aşağılıq kompleksi, narazılıq və narahatlıq yaradır [6].

Digər tərəfdən, sosial media təsdiqi də aqressiv reaksiyaların formalaşmasında mühüm rol oynayır. Yeniyyətlər gözlədikləri sosial təsdiqi almadıqda və ya mənfi rəylə qarşılaşdıqda, bu, onların emosional tarazlığını pozur və aqressiv davranışa səbəb olur. Təcavüz özünü açıq şəkildə, məsələn, aqressiv şərhlər və ya müzakirələr, dolay yolla isə passiv-aqressiv davranış kimi göstərə bilər. Bu kontekstdə, sosial media mühiti bəzən aqressiv davranışın təşviq edildiyi bir platformaya çevrilir.

**Cədvəl 1.** Sosial media təsdiqinin klinik təşvişə təsir mexanizmi.

<b>Faktor</b>	<b>Təsir mexanizmi</b>	<b>Nəticə</b>
Bəyənmə sayına bağlılıq	Özünüqiymətləndirmənin xarici göstəricilərə əsaslanması	Özünə inamın qeyri-sabitliyi
Sosial müqayisə	Digər istifadəçilərlə davamlı müqayisə	Narazılıq və aşağı özünüqiymətləndirmə
Gözlənilən reaksiyanın olmaması	Sosial rədd edilmə hissi	Təşviş və stress
Mənfi rəy və tənqid	Emosional həssaslığın artması	Klinik təşviş simptomları

Cədvəl 1-də sosial media təsdiqinin klinik təşvişə təsir mexanizmi sistemli şəkildə göstərilir və müxtəlif faktorların psixoloji nəticələrə necə gətirib çıxardığı izah olunur. Cədvəldə təqdim olunduğu kimi, bəyənmə sayına bağlılıq fərdin özünüqiymətləndirməsini daxili meyarlardan uzaqlaşdıraraq xarici göstəricilərə əsaslandırır ki, bu da özünə inamın qeyri-sabitliyinə səbəb olur.

Eyni zamanda, sosial müqayisə digər istifadəçilərlə davamlı müqayisə aparılmasına gətirib çıxarır və nəticədə fərddə narazılıq və aşağı özünüqiymətləndirmə formalaşır.

Gözlənilən reaksiyanın olmaması isə sosial rədd edilmə hissini gücləndirərək təşviş və stress səviyyəsini artırır. Bununla yanaşı, mənfi rəy və tənqid emosional həssaslığın artmasına səbəb olur və bu da klinik təşviş simptomlarının güclənməsi ilə nəticələnir.

Bu mexanizmlər göstərir ki, sosial media təsdiqi yalnız müvəqqəti emosional vəziyyətə deyil, həm də uzunmüddətli psixoloji sağlamlığa təsir göstərir. Xüsusilə yeniyyətlərdə bu təsirlər daha güclü müşahidə olunur, çünki onların emosional və psixoloji strukturu hələ tam formalaşmamışdır.

**Cədvəl 2.** Sosial media təsdiqinin aqressiv reaksiyalar üzərində təsiri.

<b>Şərait</b>	<b>Psixoloji reaksiya</b>	<b>Davranış forması</b>
Mənfi şərhlər	Qəzəb, inciklik	Aqressiv cavablar
Gözlənilən təsdiqin olmaması	Frustrasiya	Passiv-aqressiv davranış
Sosial rədd edilmə	Düşmənçilik hissi	Onlayn mübahisələr
Anonimlik mühiti	Sosial məsuliyyətin azalması	Təhqir və kiberzoraklıq

Cədvəl 2 göstərir ki, sosial media mühiti aqressiv davranışın yaranması üçün əlverişli şərait yarada bilər. Xüsusilə, anonimlik və məsafə amilləri yeniyyətlərin davranışlarına

nəzarəti zəiflədir və onları emosiyalarını daha sərbəst ifadə etməyə vadar edir.

Sosial medianın təsdiqlənməsinin həm narahatlıq, həm də aqressivlik üzərində

proqnozlaşdırıcı rolunu izah edərkən emosional tənzimləmə bacarıqları xüsusilə vacibdir. Emosional tənzimləmə zəif olduqda, yeniyetmələr mənfi emosiyaları idarə etməkdə çətinlik çəkirlər və bu emosiyalar birbaşa onların davranışlarına təsir göstərir. Bu, həm daxili gərginliyə, həm də xarici aqressiv reaksiyalara səbəb olur.

Bundan əlavə, sosial dəstək və ailə mühiti də bu prosedə mühüm rol oynayır. Sağlam ailə münasibətləri və güclü sosial dəstək yeniyetmələrə sosial medianın mənfi təsirlərini daha asanlıqla kompensasiya etməyə kömək edir. Əks halda, sosial media təsdiqlənmənin əsas mənbəyinə çevrilir və bu asılılıq psixoloji problemləri dərinləşdirir.

Müasir tədqiqatlar göstərir ki, sosial media istifadəsinin tənzimlənməsi və rəqəmsal savadlılığın artırılması bu problemlərin qarşısını almaqda təsirli vasitələrdir. Yeniyetmələrə sosial medianın real həyatın tam əksi olmadığını və orada təqdim olunan məzmunun seçici və süzülmüş olduğunu izah etmək vacibdir. Bu yanaşma sosial müqayisə səviyyələrini azaldır və onlara daha real özünəhərmət inkişaf etdirməyə kömək edir [7].

Eyni zamanda, psixoloji müdaxilələr, xüsusən də koqnitiv-davranış terapiyası, yeniyetmələrə düşüncə tərzlərini dəyişdirməyə və emosional reaksiyalarını daha sağlam şəkildə idarə etməyə kömək edir. Bu metod vasitəsilə fərdlər mənfi düşüncə tərzlərini tanımağı və onları daha real yaşamlarla əvəz etməyi öyrənirlər.

Sosial medianın təsdiqlənməsi yeniyetmələrin psixoloji vəziyyətinə təsir edən əhəmiyyətli bir amildir və klinik narahatlıq və aqressiv reaksiyaların inkişafında mühüm rol oynayır. Bu təsiri effektiv şəkildə idarə etmək fərdi, ailə və təhsil səviyyələrində kompleks yanaşmalar tələb edir. Sosial medianın potensial risklərini nəzərə almaqla yanaşı, onun imkanlarından səmərəli istifadə etmək yeniyetmələrin sağlam psixoloji inkişafı üçün əsas şərtidir.

### **Nəticə**

Bu tədqiqat nəticəsində yeniyetmələrin bugünkü sosial media mühitlərinə qarşı emosional və davranış reaksiyalarının

rəqəmsal özünüqiymətləndirmədən istifadə etmələri əhəmiyyətli dərəcədə təsirləndiyi qənaətinə gəlinir. Yeniyetmənin onlayn rəylərə (bəyənmələr, şərhələr) etibar etməsi ilə onları klinik narahatlıq səviyyələrinin inkişaf riskini artıran davranış nümunələri arasında güclü bir əlaqə olduğu görünür, xüsusən də bu davranışlar gözlənilən sosial təsdiqi və ya axtarıqları onlayn "bəyənmələr"i yaratmaqda. Həmçinin göstərilmişdir ki, rəqəmsal rəyə qarşı bu artan həssaslıq səviyyəsi emosional qeyri-sabitliyə gətirib çıxarır və yeniyetmələrdə mənfi özünüdəkləri dəstəkləyir.

Həmçinin, bu tədqiqat onlayn kontekstlərdə qəbul edilən sosial rədd edilmə ilə düşmən münasibətlərə sahib olma ehtimalı, eləcə də aqressiv davranışla məşğul olma ehtimalı arasında güclü bir əlaqə müəyyən etmişdir. Həm rəqəmsal, həm də oflayn mühitlərdə xarici mənbələrdən mənfi və ya qeyri-kafi rəylə qarşılaşdıqda yüksək dərəcədə məyusluq və aqressivlik yaşama ehtimalı yüksəkdir.

Xülasə, sosial media əsaslı təsdiqlənmənin psixoloji stress və pis davranış nəticələrinin güclü bir proqnozlaşdırıcısı olduğunu göstərən əhəmiyyətli dəlillər mövcuddur. Yeniyetmələrin daha yaxşı nəticələr əldə etməsi üçün, narahatlıqlarını aradan qaldırmağa və həm rəqəmsal, həm də real dünyada müsbət davranışları artırmağa kömək etmək üçün eyni zamanda daha sağlam rəqəmsal davranışları təşviq etmək və eyni zamanda daxili özünəinam mənbələrini gücləndirmək vacibdir.

### **ƏDƏBİYYAT SİYAHISI**

1. Babayeva Ş.R., Həsənova, M.F. Sosial psixologiya. Bakı: Nurlan. 2019
2. Bayramov Ə.S., Əlizadə Ə.Ə. Psixologiya. Bakı: Çinar-çap. 2002.
3. Bayramov Ə.S., Əlizadə Ə.Ə. Sosial psixologiya. Bakı: Çinar-çap. 2006.
4. Əliyev Ə. Psixoloji müdaxilə və sosial psixologiya. Bakı: Elm və Təhsil. 2018.
5. Hüseynov V. Sosial psixoloji problemlərin tədqiqi. Bakı: Təfəkkür Nəşriyyatı. 2021.

6. Məmmədova S. Həssas əhali qruplarında psixoloji pozuntular. Bakı: Psixologiya Nəşriyyatı. 2020.

7. Qədirov Ə.Ə. Yaş psixologiyası. Bakı: Maarif. 2008.

**Elnara Ahmed AHMEDOVA**

Nakhchivan State University, Associate Professor of Pedagogy and Psychology,  
Ph.D. in Psychology

**Shabnem Ilham BABAYEVA**

Master's student at Western Caspian University

**‘DIGITAL SELF-EVALUATION’ AND HOSTILITY IN ADOLESCENTS: THE  
PREDICTIVE ROLE OF SOCIAL MEDIA VALIDATION ON CLINICAL ANXIETY AND  
AGGRESSIVE REACTIONS**

**Summary**

This study examines the relationship between hostility and digital self-evaluation among adolescents and how social media validation influences the development of clinical anxiety and aggressive behaviors. Today's adolescents are increasingly able to define themselves based on their online interactions. For example, likes, comments, and the number of followers can be used as a measure of social approval. Therefore, such forms of social validation may influence how adolescents regulate their emotions and behaviors. Furthermore, this study examines how increased reliance on externally provided digital feedback leads to increased vulnerability to social comparisons and social rejection in adolescents. Adolescents who rely heavily on online validation are more likely to experience higher levels of anxiety, especially if they do not receive the expected feedback or receive negative feedback. The resulting emotional distress can lead to hostility and reactive aggression both online and offline. Educational programs and parental support are essential to help reduce adolescents' reliance on digital validation, as the results of this study indicate the need for preventive approaches that can promote positive digital behavior and build internal sources of self-esteem. This study also provides insight into how the digital world creates a high degree of complexity for the way adolescents potentially develop, both mentally and behaviorally.

**Keywords:** digital self-evaluation, adolescents, social media validation, clinical anxiety, aggressive behavior.

**Эльнара Ахмед АХМЕДОВА**

Нахчыванский государственный университет  
Доцент кафедры педагогики и психологии, кандидат психологических наук

**Шабнем Ильхам БАБАЕВА**

Западно-Каспийский университет, магистрант

**«ЦИФРОВАЯ САМООЦЕНКА» И ВРАЖДЕБНОСТЬ У ПОДРОСТКОВ:  
ПРОГНОСТИЧЕСКАЯ РОЛЬ ОДОБРЕНИЯ В СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ В РАЗВИТИИ  
КЛИНИЧЕСКОЙ ТРЕВОЖНОСТИ И АГРЕССИВНЫХ РЕАКЦИЙ**

**Резюме**

В данном исследовании изучается взаимосвязь между враждебностью и цифровой самооценкой у подростков, а также влияние одобрения в социальных сетях на развитие клинической тревожности и агрессивного поведения. Современные подростки все чаще определяют себя на основе своего онлайн-взаимодействия. Например, лайки, комментарии и количество подписчиков могут использоваться в качестве показателя социального одобрения. Таким образом, подобные формы социального одобрения могут влиять на то, как подростки регулируют свои эмоции и поведение. Кроме того, в этом исследовании рассматривается, как повышенная зависимость от внешней цифровой обратной связи приводит к повышенной уязвимости к социальным сравнениям и социальному отторжению у подростков. Подростки, которые сильно полагаются на онлайн-одобрение, с большей вероятностью испытывают более высокий уровень тревожности, особенно если они не получают ожидаемой обратной связи или получают негативную обратную связь. Возникающее в результате эмоциональное расстройство может привести к враждебности и реактивной агрессии как в онлайн, так и в офлайн-среде. Образовательные программы и поддержка родителей необходимы для снижения зависимости подростков от цифрового одобрения, поскольку результаты этого исследования указывают на необходимость профилактических подходов, которые могут способствовать позитивному цифровому поведению и формированию внутренних источников самооценки. Это исследование также дает представление о том, как цифровой мир создает высокую степень сложности для потенциального развития подростков как в психическом, так и в поведенческом плане.

**Ключевые слова:** цифровая самооценка, подростки, одобрение в социальных сетях, клиническая тревожность, агрессивное поведение.

**Daxil olub:** 09.04.2026