



UDK:101.1

Zafar **BOTIROV**,
Alfraganus universiteti, "Ijtimoiy fanlar" kafedrasi o'qituvchisi, PhD

F.f.d., professor S.Saidqosimov taqrizi asosida

RAQAMLI JAMIYATDA YOLG'IZLIK VA BEGONALASHUV FENOMENI

Annotatsiya

Mazkur maqolada raqamli jamiyat sharoitida yolg'izlik va begonalashuv fenomenining yuzaga kelish sabablari hamda ijtimoiy-psixologik oqibatlarini ilmiy-nazariy jihatdan tahlil qilinadi. Raqamli texnologiyalar va ijtimoiy tarmoqlarning jadal rivojlanishi insonlar o'rtasidagi muloqot shakllarini kengaytirish bilan birga, shaxslararo aloqalarning yuzaklashuvi, emotsional masofaning ortishi va ijtimoiy izolyatsiyaning kuchayishiga olib kelayotgani asoslab beriladi.

Kalit so'zlar: Raqamli jamiyat, yolg'izlik, begonalashuv, ijtimoiy izolyatsiya, raqamli kommunikatsiya, ijtimoiy tarmoqlar, shaxslararo munosabatlar, raqamli madaniyat, psixologik farovonlik.

THE PHENOMENON OF LONELINESS AND ALIENATION IN THE DIGITAL SOCIETY

Annotation

This article provides a scientific and theoretical analysis of the causes and socio-psychological consequences of the phenomenon of loneliness and alienation in the context of a digital society. While the rapid development of digital technologies and social networks expands the forms of communication among individuals, it also leads to the superficialization of interpersonal relationships, an increase in emotional distance, and the intensification of social isolation.

Key words: Digital society, loneliness, alienation, social isolation, digital communication, social networks, interpersonal relationships, digital culture, psychological well-being.

ЯВЛЕНИЕ ОДИНОЧЕСТВА И ОТЧУЖДЕНИЯ В ЦИФРОВОМ ОБЩЕСТВЕ

Аннотация

В данной статье с научно-теоретической точки зрения анализируются причины возникновения и социально-психологические последствия феномена одиночества и отчуждения в условиях цифрового общества. Стремительное развитие цифровых технологий и социальных сетей, расширяя формы общения между людьми, одновременно приводит к поверхностности межличностных связей, увеличению эмоциональной дистанции и усилению социальной изоляции.

Ключевые слова: Цифровое общество, одиночество, отчуждение, социальная изоляция, цифровая коммуникация, социальные сети, межличностные отношения, цифровая культура, психологическое благополучие.

Kirish. XXI asrda raqamli texnologiyalarning jadal rivojlanishi jamiyatning ijtimoiy tuzilmasi, muloqot madaniyati va shaxslararo munosabatlar tizimida chuqur o'zgarishlarni yuzaga keltirdi. Internet, ijtimoiy tarmoqlar va mobil kommunikatsiya vositalari insonlar o'rtasidagi aloqa imkoniyatlarini kengaytirib, makon va vaqt chegaralarini sezilarli darajada qisqartirdi. Shu bilan birga, mazkur jarayonlar ijtimoiy hayotda yangi muammolarni, xususan, yolg'izlik va begonalashuv fenomenining kuchayishini keltirib chiqarmoqda. Raqamli jamiyat sharoitida shaxslararo munosabatlar tobora ko'proq virtual makonga ko'chmoqda. Natijada bevosita, yuzma-yuz muloqotning qisqarishi, emotsional aloqalarning zaiflashuvi va ijtimoiy bog'liqlikning pasayishi kuzatilmoqda. Ijtimoiy tarmoqlarda aloqalar son jihatidan ko'paygan bo'lsa-da, ularning mazmuniy chuqurligi va barqarorligi ko'pincha yetarli darajada ta'minlanmayapti. Bu holat shaxsning o'zini jamiyatdan ajralgandek his qilishi, ijtimoiy begonalashuv va psixologik noqulayliklarning ortishiga sabab bo'layotgani bilan ahamiyatlidir. Yolg'izlik va begonalashuv muammolari an'anaviy jamiyatlarda ham mavjud bo'lgan bo'lsa-da, raqamli muhitda ularning namoyon bo'lish shakllari va ko'lamlari o'zgarib bormoqda. Raqamli texnologiyalar bir tomondan ijtimoiy integratsiyani kuchaytiruvchi vosita sifatida namoyon bo'lsa, ikkinchi tomondan insoniy munosabatlarning yuzaklashuvi, emotsional masofaning ortishi va ijtimoiy izolyatsiyaning kuchayishiga olib kelmoqda. Shu sababli mazkur fenomenni zamonaviy

ijtimoiy fanlar nuqtayi nazaridan kompleks tahlil qilish dolzarb ilmiy vazifaga aylanmoqda. Mazkur maqolaning maqsadi raqamli jamiyat sharoitida yolg'izlik va begonalashuv fenomenining yuzaga kelish omillari hamda ularning ijtimoiy-psixologik oqibatlarini ilmiy-nazariy jihatdan tahlil qilishdan iborat. Tadqiqot doirasida raqamli kommunikatsiyaning shaxslararo munosabatlarga ta'siri, virtual muloqotning cheklovlari va zamonaviy jamiyatda insoniy aloqalarni saqlab qolish muammolari yoritiladi. Olingan xulosalar raqamli muhitda ijtimoiy barqarorlik va psixologik farovonlikni ta'minlashga qaratilgan ilmiy-amaliy tavsiyalar ishlab chiqishga xizmat qiladi.

Adabiyotlar tahlili va metodologiya. So'nggi yillarda ijtimoiy tarmoqlar va raqamli kommunikatsiya vositalarining jadal rivojlanishi shaxslararo muloqot shakllari hamda shaxs identikligi masalalarini ijtimoiy-falsafiy tahlil qilish zaruratini kuchaytirdi. Zamonaviy ilm-fanda ushbu jarayonlarni izohlashga qaratilgan yangi falsafiy yo'nalishlar shakllanmoqda. Shulardan biri texnofalsafa bo'lib, u texnologiyalarning inson tafakkuri, ong va ijtimoiy munosabatlarga ta'sirini tadqiq etishga yo'naltirilgan.

Texnofalsafa doirasida olib borilgan tadqiqotlar orasida E.Klark, Sh. Zuboff va Z.Tufekchi kabi olimlarning ishlari alohida e'tiborga loyiq. Ushbu mualliflar raqamli texnologiyalar shaxs identikligi, ijtimoiy xulq-atvor va kommunikatsiya jarayonlariga qanday ta'sir ko'rsatayotganini turli nazariy yondashuvlar asosida tahlil qiladilar. Xususan, E.

Klark shaxs identikligini statik hodisa emas, balki doimiy o'zgarib boruvchi, dinamik jarayon sifatida talqin qiladi. Uning fikriga ko'ra, identiklik insonning o'zi haqidagi tasavvurlari orqali shakllanib, shaxsiy tajriba, ijtimoiy muhit va psixologik omillar bilan uzviy bog'liqdir [1]. E. Klark va D. Chalmers tomonidan 1998-yilda e'lon qilingan "The Extended Mind" nomli ilmiy maqola zamonaviy falsafada inson ongi va identikligini talqin qilishda muhim nazariy burilish yasadi [2]. Mazkur konsepsiyaga ko'ra, inson ongi faqat miya faoliyati bilan cheklanmaydi, balki tananing jismoniy imkoniyatlari va tashqi muhitdagi vositalar bilan birgalikda faoliyat yuritadi. Tadqiqotchilar ongning tashqi resurslar bilan kengayishini insonning kundalik hayotida foydalanadigan texnologik vositalar orqali asoslab beradilar. Masalan, qayd daftarlar, smartfonlar yoki kompyuterlar shaxsning xotira va tafakkur jarayonlarining ajralmas qismiga aylanadi. Mazkur yondashuv raqamli texnologiyalar shaxs identikligini shakllantirishda faol ishtirok etayotganini ko'rsatadi. Ayniqsa, ijtimoiy tarmoqlar shaxsning o'zini anglash jarayoniga bevosita ta'sir ko'rsatib, virtual muhitda yaratilgan obrazlar real identiklik bilan o'zaro aloqada rivojlanadi. Shu nuqtai nazardan, Z. Tufekchi tadqiqotlarida ijtimoiy tarmoqlarning shaxsiy va jamoaviy identiklikni shakllantirishdagi roli tanqidiy tahlil qilinadi, Sh. Zuboff esa raqamli platformalarning inson xulq-atvori va o'zini anglash jarayonlarini iqtisodiy manfaatlar asosida boshqarish mexanizmlarini ochib beradi [3]. Umuman olganda, tahlil qilingan adabiyotlar shuni ko'rsatadiki, raqamli kommunikatsiya vositalari shaxs identikligi va shaxslararo munosabatlarning mazmunini tubdan o'zgartirmoqda. Texnofalsafa doirasidagi nazariy yondashuvlar ushbu jarayonlarni tushuntirishda muhim metodologik asos bo'lib xizmat qiladi va raqamli jamiyatda inson omilini chuqurroq anglash imkonini beradi.

Empirik tadqiqotlar tahlili. Raqamli kommunikatsiyaning shaxslararo munosabatlarga ta'siri haqida olib borilgan empirik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, onlayn aloqalarning jadal o'sishi yolg'izlik va begonalashuv bilan bog'liq murakkab psixologik holatlar yuzaga kelishiga sabab bo'lmoqda. Ijtimoiy tarmoqlar va internetga sarflanayotgan vaqtning ko'payishi yolg'izlik hissi bilan bog'liq ekanligi bo'yicha bir qator ilmiy tadqiqotlar mavjud. Masalan, Amerika va Gollandiya olimlari tomonidan o'tkazilgan surishtiruvlar shuni ko'rsatdiki, nafaqat passiv onlayn faoliyat (content ko'rish), balki aktiv foydalanish ham yolg'izlik hissini oshiradi; ya'ni ijtimoiy tarmoqlarda qisqa va yuzaki muloqotlar real ijtimoiy bog'liqlikni qondirmaydi. Bu natijalar Amerika va Gollandiya aholisining 7000 nafar kattalarini qamrab olgan uzun muddatli tadqiqotda aniqlangan [4]. Izlanishlar shuni ko'rsatadiki, raqamli texnologiyalar bilan bog'liq bo'lgan «raqamli yolg'izlik» muammosi turli yosh guruhlarda farqli ko'rinishda namoyon bo'ladi. Britaniyada o'tkazilgan tadqiqotga ko'ra, digital texnologiyalardan foydalanishning ba'zi shakllari, masalan, Reddit va tanishuv ilovalari orqali faol muloqot qilish, yoshlar orasida yolg'izlik hissini kuchaytirgan. Empirik tahlillar shuni ham ko'rsatadiki, raqamli cheklanish (digital exclusion) – to'liq yoki cheklangan internetdan foydalanish holatlari – qariyalar orasida yolg'izlik darajasini oshiradi. 39 190 nafar kishi ishtirok etgan xalqaro panel tadqiqot natijalari raqamli izolyatsiya bilan yolg'izlik o'rtasida statistik jihatdan sezilarli bog'liqlikni tasdiqlaydi [5].

Malakali empirik ma'lumotlar shuni ham ko'rsatadiki, ayrim hollarda raqamli kommunikatsiya yolg'izlik hissini kamaytirishga ham xizmat qiladi. Mayo Clinic va boshqa tadqiqotlar onlayn aloqalar, oilaviy video qo'ng'iroqlar va ijtimoiy xizmatlar qariyalar orasida ijtimoiy izolyatsiya darajasini pasaytirganini ko'rsatdi, ammo bu samaradorlik shaxslar o'rtasida mustahkam real aloqalar bo'lganda yuqori

bo'ladi. Kengroq ijtimoiy kontekstda olib qaralganda, so'nggi so'rovlar shuni ko'rsatadiki, raqamli kommunikatsiya vositalari bilan bog'liq bo'lgan yolg'izlik hissi yoshlar orasida ayniqsa yuqori darajada. Masalan, Britaniyada o'tkazilgan so'rovga ko'ra, Gen Z (16–24 yosh) vakillarining 37 %i yetarlicha yuzma-yuz insoniy muloqotga ega emasligini bildirgan, shuningdek respondentlarning 45 %i onlayn muloqotni real muloqotdan ustun qo'yganini aytgan [6].

Bundan tashqari, Amerika Psixologik Assotsiatsiyasining so'nggi hisobotida respondentlarning 50 %dan ortig'i yolg'izlik va emotsional begonalashuvni boshdan kechirayotgani qayd etilgan. Ushbu hisobotda yolg'izlikning umumiy psixologik farovonlik, uyqusizlik va kayfiyat buzilishiga ta'siri haqida ham ogohlantirilgan. Empirik tadqiqotlar ham raqamli kommunikatsiyaning ijobiy tomonini ko'rsatadi: to'g'ri qurilgan onlayn muloqotlar, qo'llab-quvvatlovchi jamoalar va ijtimoiy xizmatlar orqali insonlar o'rtasidagi yaqin aloqalar mustahkamlanadi, bu esa yolg'izlik va izolyatsiya darajasini kamaytirishga yordam beradi. Biroq ko'p hollarda raqamli aloqalar vizual va yuzaki bo'lib, chuqur empatik muloqotning o'rini to'liq bosa olmaydi, bu esa digital kommunikatsiya sharoitida begonalashuvni kuchaytiruvchi omil sifatida qaraladi.

Raqamli jamiyatda yolg'izlik va begonalashuv fenomeni shaxs identikligi va shaxslararo munosabatlarning transformatsiyasi bilan chambarchas bog'liqdir.

Texnologiyalar vositasida muloqot qilish imkoniyatlarining kengayishi insonni doimiy axborot almashinuvi jarayoniga jalb etayotgan bo'lsa-da, bu holat har doim ham ijtimoiy yaqinlik va emotsional qoniqishni ta'minlamaydi [7]. Aksincha, raqamli muhitda muloqotning standartlashuvi va tezkorligi insoniy munosabatlarning mazmuniy jihatlarini cheklab qo'yishi mumkin.

Raqamli kommunikatsiyada shaxsning ishtiroki ko'pincha algoritmlar tomonidan shakllantirilgan makon va qoidalar doirasida amalga oshiriladi. Natijada shaxs o'zini erkin ijtimoiy subyekt sifatida emas, balki texnologik tizimning bir elementi sifatida his qila boshlaydi. Bu holat klassik falsafada begonalashuv tushunchasi bilan ifodalangan holatlarning zamonaviy ko'rinishi sifatida namoyon bo'lmoqda. Raqamli makonda shaxsning o'z mehnati, fikri va hissiyoti ustidan nazoratining cheklanishi psixologik masofani kuchaytiradi. Shuningdek, ijtimoiy tarmoqlarda yuzaga kelayotgan "doimiy taqqoslash" mexanizmi yolg'izlik hissining chuqurlashuviga olib kelmoqda. Boshqalarning idealizatsiya qilingan hayot tarzini kuzatish shaxsda o'ziga nisbatan qoniqmaslik, ijtimoiy chetda qolish va ichki izolyatsiya holatlarini yuzaga keltiradi [7]. Bu jarayon shaxsning o'zini jamiyatning to'laqonli a'zosi sifatida his etishiga to'siqinlik qiladi. Yolg'izlik fenomeni raqamli jamiyatda nafaqat muloqot yetishmasligi, balki muloqotning sifat jihatidan yetarli emasligi bilan ham bog'liq. Virtual aloqalar ko'pincha qisqa, yuzaki va funksional xarakterga ega bo'lib, chuqur emotsional yaqinlikni shakllantirish imkonini bermaydi. Natijada insonlar ko'plab virtual aloqalarga ega bo'lishiga qaramay, ichki yolg'izlik holatini boshdan kechirishlari mumkin.

Xulosa. Begonalashuv jarayoni, o'z navbatida, shaxsning o'zidan, jamiyatdan va ijtimoiy meyorlardan uzoqlashuvi bilan namoyon bo'ladi. Raqamli muhitda shaxsning identikligi ko'pincha virtual obrazlar orqali ifodalanadi. Ushbu obrazlar real shaxsiy tajriba bilan mos kelmaganda, ichki ziddiyatlar kuchayadi va shaxs o'z "haqiqiy men"idan begonalashadi. Bu holat uzoq muddatda psixologik barqarorlikka salbiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. Raqamli jamiyatda yolg'izlik va begonalashuv fenomeni murakkab, ko'p qirrali ijtimoiy hodisa sifatida namoyon bo'lmoqda. Texnologiyalar insonlar o'rtasidagi aloqalarni son jihatidan

kengaytirayotgan bo'lsa-da, ularning insoniy mazmunini saqlab qolish dolzarb muammo bo'lib qolmoqda. Mazkur jarayonni chuqur ilmiy tahlil qilish raqamli muhitda shaxsning ijtimoiy va

psixologik farovonligini ta'minlash uchun muhim ahamiyat kasb etadi.

ADABIYOTLAR

1. A.Clark, D. Chalmers Source: Analysis, Vol. 58, No. 1 (Jan., 1998), pp. 7-19 Published by: Oxford University Press.
2. A.Clark. Supersizing the Mind: Embodiment, Action, and Cognitive Extension (Philosophy of Mind). Oxford University Press. December 31, 2010. 318 p.
3. A. Clark. Natural-Born Cyborgs: Minds, Technologies, and the Future of Human Intelligence 1st Edition. Oxford University Press. December 9, 2004. 229 p.
4. Z.Tufekci. Twitter and Tear Gas: The Power and Fragility of Networked Protest. Yale University Press. 2017. 360 p.
5. Муминов А. Г., Муминов Э. А. Янги Ўзбекистонда ахборотлашув жараёнининг устувор йўналишлари //Science and innovation. – 2024. – Т. 3. – №. Special Issue 3. – С. 605-611.