


## «ՀԱՄԱՏԵՂ ՄԵՆԱԿՈՒԹՅՈՒՆԸ» ՈՐՊԵՍ ՏԵՂԵԿԱՏՎԱԿԱՆ ԴԱՐԱՇՐՋԱՆԻ ՖԵՆՈՄԵՆ

ԱՐՄԱՆ ՂԱՐԱԳՈՒԼՅԱՆ \*   
*Երևանի պետական համալսարան*

Թվային տեխնոլոգիաները խոստանում են մարդկանց միավորել, սակայն հաճախ դրանք հակառակ արդյունքն են տալիս՝ խորացնելով մենակության զգացումը: Սոցիալական մեդիայի և ակնթարթային հաղորդագրությունների միջոցով մշտական առցանց ներկայությունը հանգեցնում է մակերեսային, իմաստագուրկ փոխազդեցությունների: Այս իրավիճակը ծնում է յուրօրինակ պարադոքս՝ «համատեղ մենակություն», երբ մարդիկ իրենց մեկուսացած են զգում նույնիսկ խոշոր քաղաքների բազմության մեջ կամ համացանցի ամենակտիվ հարթակներում՝ չնայած թվային կապի առկայությանը:

Հոդվածում ոչ միայն քննվում են թվային օտարացման սոցիալական և հոգեբանական հետևանքները, այլև վեր են հանվում մենակության հիմնախնդրի փիլիսոփայական տեսանկյունները: Հատուկ ուշադրություն է դարձվում դեռահասների վրա թվային տեխնոլոգիաների ազդեցությանը: Մարթֆոնների և սոցիալական մեդիայի մշտական օգտագործումը նվազեցնում են անձնական շփումների հաճախականությունն ու որակը՝ խոչընդոտելով կարեկցանքի, ինքնավերլուծության և հուզական ինքնարտահայտման կարողությունների զարգացումը: Արդյունքում դեռահասները հաճախ խուսափում են իրական կյանքում հաղորդակցվելուց՝ նախընտրելով թվային փոխազդեցությունները, ինչն էլ ավելի է խորացնում մենակության զգացումն ու սոցիալական մեկուսացումը:

Հոդվածում առաջարկվում են խնդրի բազմաշերտ լուծումներ՝ ներառելով հասարակության տարբեր մակարդակներում իրականացվող միջոցառումներ: Դրանք ուղղված են մարդկային անմիջական փոխազդեցությունների վերականգնմանը և թվային անջատվածության հետագա խորացման կանխարգելմանը՝ նպատակ ունենալով վերահաստատելու իրական, իմաստալից կապերի կարևորությունը մեր թվայինացված աշխարհում:

\* **Արման Ղարագուլյան** – փիլիսոփայական գիտությունների թեկնածու, ԵՊՀ սոցիալական փիլիսոփայության, բարոյագիտության և գեղագիտության ամբիոնի դոցենտ

**Арман Карагулян** – кандидат философских наук, доцент кафедры социальной философии, этики и эстетики ЕГУ

**Arman Gharagulyan** – Candidate of Philosophical Scienc, Associate Professor at YSU Chair of social Philosophy, Ethics and Aesthetics

Էլ. փոստ՝ [arman\\_gharagulyan@ysu.am](mailto:arman_gharagulyan@ysu.am). ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-9606-4018>.



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

Ստացվել է՝ 03.10.2024

Գրախոսվել է՝ 09.10.2024

Հաստատվել է՝ 15.11.2024

© The Author(s) 2024

**Բանալի բառեր** – տեղեկատվական հասարակություն, մենակություն, սմարթֆոն, հաղորդակցություն, սոցիալական մեդիա, փոքրիկ գրույց, էթիկական դիզայն, տեղեկատվական պոպուլյուլյուս

Ժամանակակից մարդը տիրապետում է հաղորդակցության բացառիկ գործիքների և հաղորդակցության նոր տեխնոլոգիաների: Վերջիններս հեղափոխել են բիզնեսը, կրթությունը, բժշկությունը և բազմաթիվ այլ ոլորտներ: Կապի գլոբալ հասանելիությունը մարդկանց տալիս է իրենց առավել ապահով զգալու հնարավորություն և կարող է աշխարհագրորեն մեկուսացած վայրը վերածել ուսումնական կամ տնտեսական գործունեության կենտրոնի: Տեղեկատվական դարաշրջանում մենք երբեք այսքան շատ կապի միջոցներ չենք ունեցել, միևնույն ժամանակ այսքան խորը փոփոխություններ չեն եղել նաև մեր սոցիալական հարաբերություններում: Թվային տեխնոլոգիաները խոստանում էին մեզ ավելի մոտեցնել իրար, բայց արդյո՞ք դրանք իրագործում են իրենց խոստումները:

Տեղեկատվական դարաշրջանը համացանցի, սոցիալական մեդիա հարթակների և ակնթարթային հաղորդագրությունների համակարգերի կայացումով խոստանում էր սոցիալական հարաբերությունների ինտենսիվացում և գլոբալ համայնքների դարաշրջան: Մ. Մակլուհենը իր «Գուտենբերգի Գալակտիկան: Տպագրող մարդու կայացումը» գրքում համացանցի դարաշրջանի կենսակերպը նկարագրում էր՝ օգտագործելով «գլոբալ գյուղի» մոդելը<sup>1</sup>. Երկիր մոլորակը «խտանում» է մի գյուղի շրջանակում, որտեղ իրադարձությունների մասին տեղեկատվությունը տարածվում է ակնթարթորեն, և բոլորը տեղյակ են բոլորից: «Գլոբալ գյուղում» ֆիզիկական տարածությունը դառնում է ոչ էական, իսկ ժամանակը ընկալվում է ոչ այնքան որպես գծային-հաջորդական (երեկ-այսօր-վաղը), որքան որպես համաժամանակային մի մեծ «հիմա»: Ենթադրվում էր, որ նման թվային փոխակերպումը իր դրական հետքն էր թողնելու ինչպես սոցիալական փոխազդեցությունների ընդհանուր որակի և հասարակության համախմբվածության աստիճանի, այնպես էլ անհատական բարօրության վրա:

Իրենց ստեղծման վաղ փուլում առցանց կապերն ընկալվում էին որպես դեմ առ դեմ շփման փոխարինող, երբ վերջինս ինչ-ինչ պատճառներով անիրագործելի է: Ժամանակի ընթացքում սկսեց պարզ դառնալ, որ թվային կապի աշխարհը բացառիկ կերպով հարմարեցված է ժամանակակից մարդու գերբեռնված և պլանավորված կյանքին: Նման պայմաններում տեխնոլոգիան հեշտացնում է թե՛ ուրիշների հետ շփվելը, թե՛ շփումից խուսափելը՝ կախված մարդու ցանկությունից: Ստացվում է, որ ժամանակակից մարդիկ շատ ավելի քիչ են շփվում միմյանց հետ, երբ խոսքը վերաբերում է հաղորդակցման ավանդական

<sup>1</sup> Տե՛ս **Мак-Люэн М.** Галактика Гутенберга. Сотворение человека печатной культуры, Ника-Центр, 2003, էջ 27:

եղանակներին, և «կապի մեջ լինելը» վերածվում է զուտ տեխնոլոգիական հասանելիության: Այսպիսի պայմաններում ձևավորվում է յուրահատուկ պարադոքս. մենակ մնալը սկսում է ընկալվել որպես միասին լինելու նախապայման, քանի որ ավելի հեշտ է շփվել, երբ կարող ես կենտրոնանալ միայն քո թվային սարքի էկրանի վրա: Այս պարադոքսը ոչ միայն փոխակերպում է մեր անձնական փոխհարաբերությունները, այլև վերաձևավորում է հանրային տարածքների բնույթն ու դերը մեր կյանքում:

Այս փոփոխությունների արդյունքում նույնիսկ այն հանրային տարածքները, որոնք ավանդաբար եղել են սոցիալական փոխազդեցության կենտրոններ, այժմ ձեռք են բերում նոր բնույթ: Երկաթուղային կայարանը, օդանավակայանը, սրճարանը կամ քաղաքային զբոսայգին արդեն կորցնում են հանրային տարածքի ավանդական բնութագրիչները. այստեղ էլ մարդիկ հավաքվում են, բայց արդեն չեն շփվում նախկին անմիջականությամբ: Վիճակագրական տվյալներն էլ փաստում են, որ աշխարհի տարբեր հատվածներում մարդիկ ավելի քիչ են սկսել հաճախել հանրային վայրեր՝ եկեղեցիներ, գրադարաններ, սկումբներ, ավելի քիչ են անդամակցում տարբեր միությունների, ավելի քիչ են ճաշում կամ ապրում ուրիշների հետ, և ունեն ավելի քիչ մտերիմ ընկերներ, քան թեկուզ մեկ տասնամյակ առաջ: Այս միտումը հստակ արտահայտված է եվրոպական երկրներում անցկացված հետազոտություններում: Հոլանդիայում բնակչության 1/3-ը, Շվեդիայում՝ 1/4-ը, իսկ Շվեյցարիայում՝ 2/5-ը հայտնում է մենակության զգացողության մասին<sup>2</sup>: Այս թվերը վկայում են, որ մենակությունը դարձել է սոցիալական լուրջ խնդիր ժամանակակից հասարակություններում:

Սա միայն հոգեկան առողջության ճգնաժամ չէ: Մենակությունը բացասաբար է անդրադառնում նաև իմունային համակարգի, ֆիզիկական առողջության և մտավոր գործընթացների վրա: Այն համեմատվում է օրական 15 սիգարետ ծխելու հետ և ավելի վնասակար է համարվում, քան ֆիզիկական անգործությունը կամ ավելորդ քաշը<sup>3</sup>: Պարզվում է՝ սոցիալական փոխազդեցությունների պահանջը մարդու համար նույնքան կենսական է, որքան սննդի պահանջը<sup>4</sup>:

Եվ թեև մենակությունը ժամանակակից մարդու համար դարձել է սուր հարցադրում, այդուհանդերձ այն նոր չէ փիլիսոփայական հիմնախնդիրների դաշտում: Մենակությունը ոչ միայն անձնական զգացողություն է, այլև սոցիալական բազմաշերտ երևույթ, որը պահանջում է սոցիալ-փիլիսոփայական խորը ըմբռնում: Այս համատեքստում կարևոր է նախ միմյանցից տարբերակել

<sup>2</sup> Տե՛ս **Hertz N.**, *The Lonely Century: How to Restore Human Connection in a World That's Pulling Apart*, New York, 2021, էջ 8:

<sup>3</sup> Տե՛ս նույն տեղը, էջ 10:

<sup>4</sup> Տե՛ս *Одиночество похоже на голод. Возможно, в 2020 году вы и сами это заметили — но теперь это научно доказанный факт.* <https://meduza.io/feature/2020/12/11/odinchestvo-pohozhe-na-golod-vozmozhno-v-2020-godu-vy-i-sami-eto-zametili-no-teper-eto-nauchno-dokazanny-fakt> (հասանելի՝ 29.09.2024):

մենությունը, մենակությունը և սոցիալական մեկուսացումը, որոնք թեև փոխկապակցված են, այդուհանդերձ ունեն որոշակիորեն տարբերվող փիլիսոփայական նրբերանգներ: Դրանց հստակեցումը կարևոր է, հատկապես երբ «համատեղ մենակությունը» քննարկվում է որպես տեղեկատվական հասարակության հիմնախնդիր:

*Մենությունը* ֆիզիկապես միայնակ լինելու վիճակն է, որը կարող է լինել ոչ միայն հարկադրված, այլ նաև կամովին: Փիլիսոփայական տարբեր աշխատություններում կամավոր մենությունը հաճախ մեկնաբանվում է որպես դրական վիճակ, որը տալիս է ինքնավերլուծության, ստեղծագործական մտածողության և անձնական աճի հնարավորություններ: Հենրի Դեյվիդ Թորոն իր «Ուոլդեն, կամ կյանքն անտառում» գրքում արժևորում է մենությունը որպես գիտակցված ապրելու և բնության հետ խորապես կապված լինելու միջոց, ինչը կարող է խթանել ինքնակատարելագործումը և ներքին ներդաշնակությունը<sup>5</sup>: Ֆրիդրիխ Նիցշեն նույնպես կարևորում էր մենությունը՝ այն դիտելով որպես մտավոր և հոգևոր աճի անհրաժեշտ պայման: Նրա «Այսպես խոսեց Զրադաշտը» երկում գլխավոր հերոսը դիմում է մենության՝ աշխարհի ճանաչողությունը խորացնելու, հասարակական նորմերը գերազանցելու և գոյության ավելի բարձր վիճակների հասնելու համար: Իսկ բուդդայական փիլիսոփայությունում մենությունը համարվում է կարևոր գործիք լուսավորության հասնելու ճանապարհին:

*Մենակությունը*, ի հակադրություն առաջինի, սուբյեկտիվ հուզական վիճակ է, որը բնութագրվում է իմաստալից սոցիալական կապերի բացակայության արդյունքում առաջացած տխրության կամ տառապանքի զգացումներով: Դա ոչ թե պարզապես մենակ լինելն է, այլ խորապես մենակ զգալը: Սյորեն Կիերկեգորը «Մահացու հիվանդությունը» աշխատության մեջ քննում է իրավիճակ, երբ մարդը խուսափում է իր իրական ինքնությունից և չի ընդունում Աստծո դերը իր կյանքում: Դա առաջացնում է խորը մենակության զգացում և ներքին տանջանք, որը կարող է հաղթահարվել միայն Աստծո հետ հարաբերությունը վերականգնելով և իր իսկական ինքնությունը ընդունելով<sup>6</sup>: Ժան-Պոլ Սարտրը «Գոյությունը և ոչինչը» աշխատության մեջ քննելով մենակությունը, առաջ է քաշում այն միտքը, որ սեփական ազատության և պատասխանատվության գիտակցումը հանգեցնում է ուրիշներից մեկուսացման, քանի որ անհատները ի վերջո մենակ են իրենց սուբյեկտիվ փորձառություններում<sup>7</sup>: Ժան-Պոլ Սարտրի «Էկզիստենցիալ տագնապ» հասկացությունն ընդգծում է, թե ինչպես անհատները կարող են իրենց մեկուսացված զգալ՝ չնայած ուրիշներով շրջապատված լինելուն: Սարտրին Հայդեգերը նույնպես քննարկում է

<sup>5</sup> Տե՛ս **Հ. Դ. Թորո**, Ուոլդեն, կամ կյանքն անտառում, Եր., 2019, էջ 158-169:

<sup>6</sup> Տե՛ս **Կերկեգոր Ս.** Болезнь к смерти. М.: Академический проект, 2014, էջ 96:

<sup>7</sup> Տե՛ս **Սարտր Ջ. Պ.** Бытие и ничто. М., 2000, էջ 559:

մենակությունը՝ որպես անհատի գոյության (Dasein) հիմնարար առանցք: «Մահվան-ուղղված-գոյություն» (Sein-zum-Tode) հասկացությունը հուշում է, որ գոյության մեջ սեփական մենության գիտակցումը կարող է հանգեցնել խորը միայնության<sup>8</sup>: Առերեսումը իր մահկանացությանը հանգեցնում է մենակության գոյաբանական զգացման, որն էլ նպաստում է անհատի ինքնության և նպատակների վերանայմանը:

*Սոցիալական մեկուսացումը* վերաբերում է այն օբյեկտիվ վիճակին, երբ անհատը սահմանափակ կամ գրեթե բացակայող սոցիալական կապեր ունի: Էմիլ Դյուրկհայմի «անումիայի» հայեցակարգը բացատրում է, թե ինչպես սոցիալական կապերի և նորմերի քայքայումը կարող է հանգեցնել մեկուսացման և բարձրացնել հոգեբանական ու ֆիզիկական խնդիրների առաջացման ռիսկը, այդ թվում՝ ինքնասպանության հավանականությունը<sup>9</sup>: Քոլիդի համաձայնության ընթացքում, երբ մարդիկ բաժանվեցին ֆիզիկապես, այդ մեկուսացումը վերածվեց ավելի խորը մենակության, նույնիսկ թվային տեխնոլոգիաների առկայության պայմաններում: Մա հստակ ցույց տվեց, որ կապի թվային առատությունը երբեմն միայն խթանում է մարդու ներքին միայնության զգացումը, քանի որ ոչ մի էկրան չի կարող փոխարինել մարդկային իրական ներկայությանը և շփման ջերմությանը, որոնք այդքան անհրաժեշտ են հոգեկան հանգստության համար:

Այսպիսով, 21-րդ դարի մենակությունը շատ ավելի լայն է, քան դրա ավանդական ընկալումը: Թվային աշխարհում փոխկապակցվածությունից ծնված պարադոքսը՝ «համատեղ մենակություն»-ը, տարբերվում է մենակության ավանդական ձևերից, քանի որ առաջանում է գերկապակցված միջավայրում: Մա մենակություն է, որը կարող է ապրվել խոշոր քաղաքների բազմության մեջ կամ համացանցի ամենասակտիվ հարթակներում: Այս երևույթի հետևանքները խորն են և ազդում են ինչպես անհատների բարօրության, այնպես էլ հասարակական համախմբվածության վրա: Անհատների դեպքում այն հանգեցնում է հուզական և հոգեբանական խնդիրների, ինչպիսիք են ընկճախտը, անհանգստությունը և ցածր ինքնագնահատականը: Հասարակության համար սանս հարցեր է առաջ բերում թվային դարաշրջանում համայնքային պատկանելության և սոցիալական կապերի որակի վերաբերյալ՝ մարտահրավեր նետելով այն ենթադրությանը, թե շփումների ավելացումը հանգեցնում է ավելի ամուր հարաբերությունների:

Այսպես, վերջին տասնամյակների փորձը ցույց տվեց, որ թվային հարթակների նույնիսկ նախագծումն անմիջական հետևանքներ ունի ոչ միայն անհատի վարքագծի, այլև հասարակության առողջության վրա: 2017-ին Facebook-ի նախկին նախագահ Շոն Փարքերը Axios լրատվական ընկերությանը տված

<sup>8</sup> Տե՛ս **Хайдеггер М.** Бытие и время. Харьков, 2003, էջ 287:

<sup>9</sup> Տե՛ս **Дюркгейм Э.** Самоубийство: Социологический этюд. М.: Мысль, 1994, էջ 298:

հարցազրույցում խոստովանել է, որ Facebook-ի սկզբնական շրջանում հիմնական խնդիրը եղել է հետևյալը. օգտագործելով մարդկային հոգեբանության խոցելիությունները՝ ինչպե՞ս առավելագույնս շատ սպառել մարդկանց ժամանակը և գիտակցված ուշադրությունը<sup>10</sup>: Սոցիալական մեդիայի հսկաները իրենց հարթակները գիտակցաբար նախագծում են այնպես, որ օգտատերերն անընդհատ թերթեն, դիտեն, հավանեն և թարմացնեն իրենց էջերը՝ արձագանքներ, ուշադրություն, վստահություն և նույնիսկ սեր գտնելու հույսով: Այս «նոր, հրաշալի աշխարհում» յուրաքանչյուր տառատեսակ, էկրանի յուրաքանչյուր պատկեր, գույնի յուրաքանչյուր երանգ, յուրաքանչյուր պիքսել և առհասարակ այն ամենը, ինչ երևում է սարքի էկրանին, նախագծված է օգտատերերին միշտ առցանց և կախյալ վիճակում պահելու համար:

Թվային հարթակները հաճախ առաջնայնություն են տալիս կապերի քանակին՝ անտեսելով որակը, ինչը հանգեցնում է ցանցերի, որոնք թեն լայն են, բայց հատվածական են և ոչ խորը: Այս երևույթի մեջ թվային տեխնոլոգիաները երկակի դեր են խաղում: Մի կողմից՝ դրանք առաջարկում են կապի աննախադեպ հնարավորություններ՝ վերացնելով աշխարհագրական և ժամանակային խոչընդոտները, մյուս կողմից՝ նպաստում են այնպիսի փոխհարաբերությունների կայացմանը, որոնք հաճախ ընկալվում են որպես դատարկ և անբավարար, ինչը հանգեցնում է մեկուսացման զգացմանը՝ չնայած «միասին» առցանց լինելու հանգամանքին:

Մա մտահոգիչ է, քանի որ վերջին տասնամյակում ակներև է հստակ միտում դեպի ավելի «նոսրացող» փոխազդեցություններ: Մա նկատելի է հատկապես երիտասարդների շրջանում: 2018-ին ԱՄՆ-ում, Բրիտանիայում, Գերմանիայում, Ֆրանսիայում, Ավստրալիայում և Ճապոնիայում 18-34 տարեկան երիտասարդների շրջանում անցկացված հարցումը ցույց է տվել, որ նրանց 75 տոկոսը նախընտրում է հաղորդակցվել տեքստային տարբերակով, այլ ոչ թե հեռախոսազանգերի միջոցով<sup>11</sup>: Խոսելու համեմատ սմարթֆոնով տեքստ մուտքագրելու հարաբերական դժվարությունը (չնայած ավտոմատ ուղղման և կանխատեսող տեքստի առկայությանը) մղում է ավելի կարճ հաղորդագրություններ գրելու: X-ում (նախկին Թվիթեր) նիշերի սահմանափակումը պահանջում է լինել հնարավորինս հակիրճ և ըստ էության: Ֆեյսբուք սոցիալական ցանցում ավելի կարճ հաղորդագրությունները ավելի շատ արձագանք են ստանում<sup>12</sup>: Եվ, ի վերջո, եթե մեկ հպումով կարելի է արձագանքել գրառմանը, ինչո՞ւ ընդհանրապես էներգիա ծախսել բառեր կազմելու վրա:

<sup>10</sup> Տե՛ս **Sean Parker**, Facebook Exploits Human Vulnerability (We Are Dopamine Addicts)

URL: <https://www.youtube.com/watch?v=R7jar4KgKxs> (հասանելի՝ 29.09.2024):

<sup>11</sup> Տե՛ս **Rurik Bradbury**, “The Digital Lives of Millennials and Gen Z,” Liveperson Report, 2018, URL: <https://liveperson.docsend.com/view/tm8j45m> (հասանելի՝ 29.09.2024):

<sup>12</sup> Տե՛ս **Belle Beth Cooper**, “7 powerful facebook statistics you should know for a more engaging facebook page,” URL: <https://buffer.com/resources/7-facebook-stats-you-should-know-for-a-more-engaging-page/> (հասանելի՝ 29.09.2024):

Ժամանակակից ծրագրային դիզայնի այս առանձնահատկությունը առաջացնում է մեկ այլ կողմնակի ազդեցություն. էականորեն նվազում է այսպես կոչված «փոքրիկ գրույցների» քանակը: Փոքրիկ գրույցը (small talk) հաղորդակցման տեսակ է, որը թեթև, ոչ պաշտոնական երկխոսություն է, երբ մարդիկ կարճատև շփվում են սոցիալական միջավայրում: Այն սովորաբար ընդգրկում է թեմաներ, որոնք համընդհանուր են, ոչ վիճելի և հեշտությամբ հասանելի, ինչպիսիք են եղանակը, վերջին իրադարձությունները կամ փոխադարձ հետաքրքրությունները:

Բ. Մալինովսկին առաջիններից մեկն էր, որ ուշադրություն դարձրեց փոքրիկ գրույցների կարևորությանը: Մասնավորապես, նա նշում է, որ լեզվի հիմնական նպատակը համատեղ աշխատանք իրականացնել է, այն կոչված է օգնելու համաձայնեցնել գործողությունները և ապահովել բարձր արդյունավետություն: Բայց օպերացիոն լեզվի հետ մեկտեղ սկսում է ձևավորվել նաև «աննպատակ» հաղորդակցությունը. մարդիկ երկար օրվանից հետո նստած են խարույկի մոտ, հանգստանում են և վարում են գրույցներ, որոնք ոչ մի կապ չունեն իրենց ընթացիկ գործունեության հետ<sup>13</sup>: Այստեղ կարևորը հենց խոսակցության փաստն է, և Մալինովսկին կարծում է, որ նման աննպատակ խոսակցություններում է թաքնված Homo Sapiens-ի ողջ էությունը: Այդպիսի խոսակցությունների նպատակը ոչ թե կարևոր տեղեկություններ փոխանակելն է, այլ սոցիալական լարվածությունը հանելը, ամուր սոցիալական կապեր և միջանձնային հարաբերություններ հաստատելը, ավելի էական քննարկումները հեշտացնելը կամ պարզապես այլ մարդկանց հետ ժամանակը քաղաքավարի անցկացնելը:

Մինչդեռ, ինչպես արդեն նշվեց, թվային դարաշրջանը էականորեն նվազեցնում է փոքրիկ գրույցների չափաբաժինը մարդկային հաղորդակցության դաշտում: Հաղորդակցության նպատակի կարևորության աստիճանից ելնելով՝ բացառապես գործից խոսելը այսօր դառնում է միջանձնային շփումների նոր նորմ: Ըստ այդմ, ժամանակը՝ որպես սահմանափակ ռեսուրս, ոչ էական խոսակցությունների վրա ծախսելը սկսում է ընկալվել որպես պարզ վատնում: Արդյունավետության նման ըմբռնումը սահմանափակում է սոցիալական կապեր ստեղծող պատահական փոխազդեցությունների հնարավորությունները: Մյուս կողմից, քաղաքային ժամանակակից դիզայնը և ապրելակերպի փոփոխությունները իրենց հերթին նվազեցնում են այնպիսի հանրային տարածքների քանակն ու դերը, որտեղ մարդիկ կարող են մասնակցել պատահական, չպլանավորված խոսակցությունների: Օրինակ՝ հեռահար աշխատանքը կրճատել է գրասենյակային շփումները, իսկ առցանց գնումները նվազեցրել են այցելությունները տեղական խանութներ, որոնք նախկինում փոքրիկ գրույցների հիմնական վայրերն էին:

<sup>13</sup> См. и **Малиновский Б.** Проблема значения в примитивных языках // Эпистемология и философия науки. 2005, № 3, էջ 213:

Փոքրիկ զրույցների անկումը թվային դարաշրջանում նոր շերտ է ավելացնում մենակության հիմնախնդրին: Մինչդեռ այս զրույցներն օգնում են պահպանելու մարդկային կապի հիմնարար մակարդակը, նաև բարյացակամության և ուրիշների հանդեպ հետաքրքրության արտահայտման մշտապես հասանելի միջոց են: Դրանց կրճատումը որոշակիորեն հանգեցնում է սոցիալական հմտությունների հետաճին: Մարդիկ սկսում են իրենց ավելի անհանգիստ զգալ կամ ավելի քիչ պատրաստակամ լինել պատահական խոսակցություններ սկսելուն կամ դրանցում ներգրավվելուն: Նման փոխազդեցությունների անկումը կարող է նպաստել մեկուսացման և միայնության զգացողությանը՝ խորացնելով ժամանակակից մարդու հոգեկան առողջության խնդիրները: Այսպիսի իրավիճակը նաև հասարակության տարբեր սերունդների միջև ճեղքվածքի առաջացման պատճառ է դառնում: Թվային դարաշրջանում մեծացած երիտասարդները կարող են անկարևոր համարել փոքրիկ զրույցները՝ ի տարբերություն ավագ սերնդի: Հետզհետե շատանում են այն դեռահասները, ովքեր միայն «խոսում են» առցանց, ովքեր խստորեն խուսափում են առերես հանդիպումներից, ովքեր հեռախոսազանգը համարում են «չափազանց շատ» մերկացում և նույնիսկ ծնողների հետ կապը պահում են միայն տեքստային տարբերակով<sup>14</sup>: Այս տեղաշարժը բերում է հաղորդակցության ոճերի և նախասիրությունների լուրջ խզվածքի՝ ազդելով սերունդների միջև հարաբերությունների և փոխադարձ աջակցության ցանցերի ձևավորման հնարավորությունների վրա:

Ժամանակակից թվային միջավայրը խորապես փոխում է անհատի վարքագծային ռազմավարությունները նաև հուզական բավարարվածություն ստանալու հարցում: Իրական առարկաները վիրտուալով փոխարինելը մարդուն կախվածության մեջ է դնում ավելի ու ավելի վառ հույզեր անխոչընդոտ ստանալուց: Իրական կյանքում ջերմ ու ընկերական հարաբերություններ հաստատելը մարդուց պահանջում է համբերություն, ջանք, գործողությունների համար պատասխանատվություն, զսպվածություն, քաղաքավարություն և ճկունություն երկիմաստ հարցերում: Մինչդեռ այն հարաբերությունները, որ ստեղծվում են համացանցի միջոցով, ոչ այնքան մարդկանց իրար կապող են, որքան պարզապես զբաղեցնող: Չնայած թվային սոցիալական կապերի տարածվածությանը՝ դրանք չեն կարող լիովին փոխարինել ֆիզիկական ներկայությամբ միջանձնային հարաբերություններին՝ հատկապես կյանքի կարևոր իրադարձությունների և հուզական աջակցություն պահանջող իրավիճակների դեպքում: Առցանց հաղորդակցությունը բնութագրվում է նաև որոշակի անպատասխանատվությամբ և անկանոնությամբ: Այն հնարավորություն է տալիս հեշտությամբ «անջատելու» զրույցակցին կամ դադարեցնելու շփումը՝ ա-

<sup>14</sup> See **Turkle Sh.**, Alone together: why we expect more from technology and less from each other, Basic books, 2011, էջ 178:



ռանց որևէ բացատրության: Ի տարբերություն սրա՝ կենդանի հաղորդակցության ընթացքում առաջացած անհամաձայնության դեպքում նմանատիպ վարքը գրեթե անհնար է պատկերացնել. նույնիսկ անբառ արձագանքի դեպքում ոչ վերբալ հաղորդակցությունը շարունակվում է, որն ինքնին դիմացինին ինչ-որ բան փոխանցելու միջոց է:

Թվային տեխնոլոգիաների, հատկապես սմարթֆոնների համատարած օգտագործումը էական ազդեցություն է թողնում սոցիալական փոխազդեցությունների և միջանձնային հարաբերությունների վրա: Էմպիրիկ հետազոտությունները ցույց են տվել, որ այս սարքերի ինտենսիվ օգտագործումը կարող է նվազեցնել անհատի ներկայությունը անմիջական սոցիալական միջավայրում՝ ազդելով ինչպես հաղորդակցության հաճախականության, այնպես էլ որակի վրա<sup>15</sup>: Այս երևույթը դրսևորվում է սոցիալական փոխազդեցությունների տարբեր մակարդակներում՝ սկսած պատահական հանդիպումներից մինչև մտերիմ և ընտանեկան հարաբերություններ: Նկատվել է դրական սոցիալական ազդանշանների, օրինակ, ժպիտների հաճախականության նվազում թե՛ անծանոթների, թե՛ մտերիմների հետ հաղորդակցության ընթացքում: Սմարթֆոնների ինտենսիվ օգտագործումը հանգեցրել է սոցիալական նոր երևույթի՝ «ֆաբբինգի» (phubbing), որը բնութագրվում է որպես սմարթֆոնի օգտագործման պատճառով ուրիշներին անտեսելու վարքագիծ<sup>16</sup>: Այս երևույթը հատկապես տարածված է առօրյա սոցիալական իրավիճակներում: Շերիլ Թըրքի այն դիտարկումը, թե մարդիկ աստիճանաբար ավելի շատ ակնկալիքներ են ունենում տեխնոլոգիայից, քան միմյանցից, արտացոլում է սոցիալ-տեխնոլոգիական այս փոփոխության խորությունը<sup>17</sup>:

Քալլանդի հետազոտության համաձայն՝ դպրոց ընդունվող երեխաների շրջանում ավելի նկատելի է դառնում միջանձնային հիմնարար հմտությունների և տարիքին համապատասխան լեզվական կարողությունների պակաս<sup>18</sup>: Նման իրավիճակի ամենահավանական բացատրությունը սմարթֆոնները չափից շատ օգտագործելն է՝ ի հաշիվ ծնողների հետ փոխահարաբերության նվազեցման, և խանգարում է երեխաների հաղորդակցման կենսական հմտությունների ձևավորմանը: Դեռահասների շրջանում ևս առկա են խնդիրներ կարեկցանքի հմտությունների, ինքնավերլուծության և սեփական զգաց-

<sup>15</sup> Տե՛ս **Kushlev H. et al.**, Smartphones Reduce Smiles Between Strangers // *Computers in Human Behavior*, 91, February, 2019, էջ 12–16:

<sup>16</sup> Տե՛ս Phubbing Behavior: The Digital Age Dilemma Affecting Relationships. Url: <https://neurolaunch.com/what-is-phubbing-behavior/> (հասանելի՝ 29.09.2024):

<sup>17</sup> Տե՛ս **Turkle Sh.**, Alone together: why we expect more from technology and less from each other, Basic books, 2011, էջ xiii:

<sup>18</sup> Տե՛ս ‘I was on Instagram. The baby fell down the stairs’: is your phone use harming your child? Url: <https://www.theguardian.com/lifeandstyle/2018/dec/07/mother-on-instagram-baby-fell-down-stairs-parental-phone-use-children> (հասանելի՝ 29.09.2024):

մունքները արտահայտելու և կառավարելու հարցում: Մշտական կապի հնարավորությունը և արագ ու հակիրճ հաղորդակցման տեխնոլոգիաները փոխել են սոցիալական փոխազդեցության կանոնները: Համակողմանի վերլուծության համար անհրաժեշտ է նշել նաև հաղորդակցության համատեքստում սոցիալական մեդիայի դրական կողմերը: Վերջինս թույլ է տալիս փոխանակել այնպիսի մտքեր, որոնք հաճախ մնում են թաքնված ամենօրյա շփումներում, ինչը երբեմն դիմացինի մեջ կարող է խորը ապրումակցման զգացումներ առաջացնել: Կան բազմաթիվ օրինակներ, երբ սոցցանցերի կամ համացանցի տված հնարավորությունների շնորհիվ մարդիկ զգացել են, որ ավելի հասկացված են, և այդ նույն պատճառով իրենք էլ ավելի հասկացող են դարձել: Սա հատկապես ակնառու է դեռահասների շրջանում, երբ նրանք կարող են սոցիալական մեդիայի միջոցով գտնել իրենց ունեցած խնդիրներով ապրող այլ մարդկանց և ձևավորել ավելի խորը հուզական կապեր:

Այս պայմաններում գտնվող երիտասարդների համար համակարգիչները և շարժական սարքերը ձևավորում են բոլորովին նոր՝ «էլեկտրոնային» համայնքներ: Արդյունքում 21-րդ դարի երիտասարդները կարող են ստեղծել խորը հուզական կապեր այն մարդկանց հետ, ովքեր կիսում են իրենց տեսակետները, սակայն զգալիորեն նվազեցնել հետաքրքրությունը նրանց նկատմամբ, ովքեր տարբերվում են իրենցից: Այդ պատճառով հաճախ նրանք ավելի քիչ ուշադրություն են դարձնում այլախոհների դիրքորոշումներին և զգացումներին: Սոցիալական մեդիան, չնայած իր կապող հնարավորություններին, հաճախ նպաստում է մարդկանց մեկուսացմանը՝ ձևավորելով «թվային պղպջակներ», որոնք ոչ միայն սահմանափակում են մարդկանց միջև իրական փոխազդեցությունները, այլև նպաստում են այնպիսի աշխարհայացքների ձևավորմանը, որոնք հիմնված են մակերեսային, հաճախ սխալ պատկերացումների և կարծրատիպերի վրա: Յուրայինների սահմանից այն կողմի աշխարհի չճանաչվածությունը դառնում է իրականության և երբեմն տրամաբանության հետ ընդհանրություն չունեցող նախապաշարումների, կարծրատիպերի, աբսուրդ դատողությունների առաջացման պատճառ<sup>19</sup>:

Միակողմանի և մակերեսային քննարկումները, դուրս մղելով տարբերվող տեսակետները, սահմանափակում են ավելի հարուստ և բազմաշերտ կենդանի փոխազդեցությունները, ուրիշների տեսակետների ընկալման հնարավորությունը և խորացնում են մեկուսացման զգացումը: Օրինակ՝ հաստատված է, որ սոցցանցերում ասելության, զայրության և բռնության կոչերը սովորաբար ավելի մեծ արձագանք են ստանում, ինչը աշխարհը դարձնում է ավելի թշնամական և պակաս կարեկից<sup>20</sup>: Տեքստի վրա հիմնված արագ արձագանքման

<sup>19</sup> Տե՛ս **Ղ. Ավետիսյան**, Սահմանը որպես «յուրայինի» և «օտարի» տարբաժանման ու ինքնաճանաչման գործոն // «Բանբեր Երևանի համալսարանի. Փիլիսոփայություն, Հոգեբանություն», 2019, 1 (28), էջ 48: DOI: <https://doi.org/10.46991/BYSU:E/2019.10.1.043>

<sup>20</sup> Տե՛ս **Hagey K., & Horwitz J.**, Facebook Tried to Make Its Platform a Healthier Place. It Got Angrier

մշակույթը թեև ամբողջովին չի վերացնում ռեֆլեքսիայի հնարավորությունը, այնուամենայնիվ քիչ է նպաստում դրա զարգացմանը: Մարդը, կարծես, խորապես մտածելու ժամանակ չի ունենում և անմիջապես է արձագանքում, այդ թվում՝ ատելության դրսևորումներին: Այս երևույթը նվազեցնում է իրական սոցիալական կապերի որակը՝ հանգեցնելով հասարակությունից անջատվածությանը և մենակության զգացողության խորացմանը:

Այս խնդրի լուծման ուղիներից մեկը սոցիալական մեդիայի և թվային հարթակների դիզայնի մոտեցումների վերանայումն է: Եթե առաջնորդվենք «**Էթիկական դիզայնի**» սկզբունքներով, ապա անհրաժեշտ է վերանայել այն մոտեցումը, երբ առաջնահերթ են դիտվում այն այլոցի թմրաները, որոնք ցանցում ներկայությունը գերադասում են բարօրությունից կամ խրախուսում են կախվածություն առաջացնող վարքագիծ: Էթիկական դիզայնը ենթադրում է, որ տեխնոլոգիաները նախագծվելու և օգտագործվելու են այնպես, որ ուժեղացնեն մարդկային իրական կապերը՝ չվնասելով անհատական բարօրությանը կամ հասարակության միասնականությանը: Նման մոտեցումը կարող է մեղմել սոցիալական մեկուսացման բացասական հետևանքները՝ նպաստելով իրական կապերի և հասարակական համախմբվածության վերականգնմանը:

Թվային դարաշրջանի մենակությունը բարդ և բազմակողմանի խնդիր է, որը խորացել է տեխնոլոգիական զարգացումների, սոցիալական նորմերի փոփոխությունների և անհատական վարքագծի փոխակերպման հետևանքով: Այս խնդիրը չի սահմանափակվում միայն տեխնոլոգիական նորարարություններով կամ քաղաքական բարեփոխումներով. այն պահանջում է թվային դարաշրջանի արժեքների վերասահմանում և համակարգային մոտեցումներ՝ փոփոխություններին և դրանց ուղեկցող դժվարություններին համաչափ լուծումներ տալու համար:

Անհատական մակարդակում մարդիկ հաճախ չեն նկատում, թե որքան ժամանակ են ծախսում թվային տեխնոլոգիաների վրա, և ինչպես են դրանք ազդում իրենց բարօրության վրա: Կրթական համակարգերը դժվարանում են թվային աշխարհին համընթաց քայլել, ինչը սահմանափակում է քննադատական մտածողության և թվային գրագիտության մակարդակը: Այս իրավիճակում հատկապես կարևոր են հանրային իրազեկման ծրագրերը և արդիականացված կրթական նախաձեռնությունները, որոնք ընդգծում են մեդիագրագիտությունն ու թվային դետոքսի տեխնիկաները, կարող են օգնել ավելի լավ կառավարելու թվային միջավայրը:

Հասարակական մակարդակում իրական փոխազդեցությունները գնալով զիջում են իրենց տեղը առցանց շփումներին, ինչը բարդացնում է համայնքային գործունեությանը ներգրավվելը: Կառավարությունները դժվարանում են ստեղծել համապատասխան կանոնակարգեր չափազանց արագ փոփոխվող

---

Instead. The Wall Street Journal, 2021, September 15, Url: <https://www.wsj.com/articles/facebook-algorithm-change-zuckerberg-11631654215> (հասանելի՝ 29.09.2024):

տեխնոլոգիաների աշխարհում, իսկ տեխնոլոգիական ընկերությունների շահադիտական նպատակները հաճախ ավելի գերակա են դառնում, ինչի հետևանքով նրանք չեն նպաստում ոլորտի բարեփոխումներին: Այս իրավիճակում հատկապես կարևոր է պետական և մասնավոր հատվածների համագործակցությունը պատասխանատու քաղաքականություններ մշակելու գործընթացում: Հանրային իրազեկման, կրթության բարելավման և պետական ու մասնավոր հատվածների նման համագործակցությունը կարող է ստեղծել այնպիսի սիներգիա, որը կօգնի ձևակերպելու հիմնավոր լուծումներ քննարկվող խնդիրներին:

Այսպիսով, հաջողության հասնելու համար պահանջվում են ոչ միայն տեխնոլոգիական և քաղաքական միջոցառումներ, այլև մարդկային արժեքների վերասահմանում և հասարակության միասնական ջանքեր: Միայն այսպիսի ներդաշնակ համադրությամբ հնարավոր կլինի կառուցել այնպիսի թվային ապագա, որը կծառայի ոչ թե մարդկային հարաբերությունների քայքայմանը, այլ դրանց վերածննդին՝ վերականգնելով կապի և փոխհարաբերությունների կենդանի բնույթը:

**АРМАН КАРАГУЛЯН – «Совместное одиночество» как феномен информационного общества.** – Цифровые технологии обещают объединить людей, но часто они приводят к обратному результату, усугубляя чувство одиночества. Постоянное онлайн-присутствие через социальные сети и мгновенные сообщения приводит к поверхностным, бессмысленным взаимодействиям. Эта ситуация порождает уникальный парадокс – «совместное одиночество», когда люди чувствуют себя изолированными даже в толпе в больших городах или на самых активных интернет-платформах, несмотря на наличие цифровой связи.

Статья не только исследует социальные и психологические последствия цифрового отчуждения, но и раскрывает философские аспекты проблемы одиночества. Особое внимание уделяется влиянию цифровых технологий на подростков. Постоянное использование смартфонов и социальных сетей снижает частоту и качество личного общения, препятствуя развитию способностей к сопереживанию, самоанализу и эмоциональному самовыражению. В результате подростки часто избегают общения в реальной жизни, предпочитая цифровые взаимодействия, что еще больше усугубляет чувство одиночества и социальную изоляцию.

Статья предлагает многоуровневые решения проблемы, включающие меры, реализуемые на разных уровнях общества. Они направлены на восстановление непосредственных человеческих взаимодействий и предотвращение дальнейшего углубления цифровой разобщенности, с целью подтверждения важности реальных, значимых связей в нашем цифровом мире.

**Ключевые слова:** *информационное общество, одиночество, смартфон, общение, социальные медиа, светская беседа, этический дизайн, информационный пузырь*

**ARMAN GHARAGULYAN – "Together Loneliness" as a Phenomenon of the Information Society.** – Digital technologies promise to unite people, but they often have the opposite effect, deepening the feeling of loneliness. Constant online presence through social media and instant messaging leads to superficial, meaningless interactions. This situation creates a unique paradox: "together loneliness," where people feel isolated even in the midst of large city crowds or on the

most active internet platforms, despite the presence of digital connections.

The article not only examines the social and psychological consequences of digital alienation but also highlights the philosophical aspects of the loneliness problem. Special attention is paid to the impact of digital technologies on teenagers. The constant use of smartphones and social media reduces the frequency and quality of personal interactions, hindering the development of empathy, self-analysis, and emotional self-expression skills. As a result, teenagers often avoid communicating in real life, preferring digital interactions, which further deepens the feeling of loneliness and social isolation.

The article proposes multi-layered solutions to the problem, including measures implemented at different levels of society. These are aimed at restoring direct human interactions and preventing further deepening of digital disconnection, with the goal of reaffirming the importance of real, meaningful connections in our digitized world.

**Key words:** *information society, loneliness, smartphone, communication, social media, small talk, ethical design, information bubble*