

BİLİM KÜLTÜR VE EĞİTİM

TEKNOLOJİK YALNIZLIK

Derya Timisiİstanbul Kültür Üniversitesi İşletme Yüksek Lisans
Öğrencisi

Günümüz teknolojik devrimi, insan ilişkilerini ve toplumsal yapıları köklü bir dönüşüme uğratmıştır. İnternet, sosyal medya ve akıllı cihazlar bireyler arasındaki iletişimi kesintisiz ve anlık hale getirirken, bu durumun beraberinde getirdiği bireyselleşme ve yalnızlaşma eğilimleri dikkat çekici bir toplumsal olgu haline gelmiştir. Teknolojinin sunduğu imkanlar, bir yandan bilgiye erişimi kolaylaştırıp yeni iletişim biçimleri yaratırken, diğer yandan sosyal bağların niteliğini değiştirmekte ve bireyleri giderek daha izole hale getirmektedir. Bu bağlamda, teknolojik gelişmelerin bireysel ve toplumsal düzeyde yarattığı sosyal izolasyon süreçlerini ele almak, çağımızın önemli meselelerinden biri haline gelmiştir.

Teknoloji, küreselleşme ve iletişim alanında sunduğu yeniliklerle insan yaşamını kolaylaştırırken, aynı zamanda bireylerin birbirlerinden kopmasına da yol açabiliyor. Eskiden mahalle kavramıyla simgelenen yerel dayanışma, artık sanal platformlarda yüzeyselleşen ilişkilerle yer değiştiriyor. Sosyal medya uygulamaları, insanları fiziksel olarak birbirinden ayırsa da, dijital ortamlarda “bağlantı” kurmalarına imkan tanıyor. Ancak bu bağlantı, çoğu zaman derin, anlamlı ve kalıcı ilişkilerin yerini, kısa ömürlü etkileşimlere bırakıyor. Sherry Turkle’nin de belirttiği gibi, teknoloji, bireylerin yüz yüze iletişim becerilerini körelterek yalnızlık hissini pekiştirebiliyor (Turkle, 2011).

Teknoloji ve birey

Teknolojik gelişmelerle beraber ortaya çıkan bireyselleşme olgusu, aslında modern toplumların daha önce maruz kaldığı sosyal bağları çözme sürecinin hızlanmış bir versiyonudur. Geleneksel aile yapıları, komşuluk ilişkileri ve yerel topluluklar yerini, bireysel yaşam biçimlerine bırakırken, teknolojinin getirdiği “her an bağlantıda olma” durumu da bu süreci hızlandırıyor. Bu durum, bireylerin kimliklerini ve aidiyet duygularını yeniden yapılandırmalarına neden oluyor. İnternetin sunduğu sınırsız bilgi akışı ve iletişim imkânı, bazen bireyin kendi varoluşunu sorgulamasına, kendini yalnız ve yabancılaşmış hissetmesine yol açabiliyor.

Araştırmalar, sosyal medyada geçirilen zamanın artmasının, bireylerin yüzeysel ilişkiler kurmasına ve gerçek hayattaki samimi iletişim eksikliğine sebep olduğunu ortaya koyuyor. Özellikle genç nesillerde artan internet

kullanımı, sanal ortamda geçirilen uzun saatlerin, bireyin kendini sosyal çevresinden soyutlamasına neden olabiliyor (Kuss ve Griffiths, 2017). Bu durum, sosyal destek mekanizmalarının zayıflamasına, bireylerin stresle başa çıkma yeteneklerinin azalmasına ve sonuç olarak ruh sağlığı problemlerinin artmasına neden oluyor.

Teknolojiyle birlikte gelen bireyselleşme, aynı zamanda ekonomik ve politik alanlarda da kendini gösteriyor. Dijital platformlar üzerinden yürütülen iş modelleri, bireysel çalışma biçimlerini teşvik ederken, iş güvencesizliği ve rekabetin artmasına sebep oluyor. Bu durum, bireyin sosyal çevresiyle olan etkileşimini daha da sınırlayarak yalnızlık hissini pekiştiriyor. Ayrıca, teknolojinin yarattığı bilgi patlaması, bireylerin sürekli olarak “kendini kanıtlama” zorunluluğu hissetmesine neden oluyor. Bu durum, sosyal medya üzerinden yapılan paylaşımların sadece bir vitrin işlevi görmesine, gerçek yaşamın ise daha fazla yalnızlık ve içsel çatışma barındırmasına yol açabiliyor.

Toplumsal ilişkiler yeniden şekilleniyor

Teknolojinin getirdiği bireyselleşme ve yalnızlık arasındaki ilişki literatürde, psikoloji, sosyoloji ve iletişim alanlarında geniş çapta tartışılmaktadır. Örneğin, Castells’in (2001) iletişim toplumu kuramı, teknolojinin toplumsal ilişkileri yeniden şekillendirirken, bireyler arasındaki orga-



nik bağların zayıflamasına dikkat çeker. Benzer şekilde, Rosa (2013) modernitenin hızlanma fenomeni üzerinden, bireyin hayatın akışına ayak uydurmada zorlanmasının yalnızlık hissini tetiklediğini ileri sürmektedir.

Bu bilimsel yaklaşımlar, teknolojinin sunduğu kolaylıkların yanı sıra beraberinde getirdiği sosyal ve psikolojik maliyetleri de göz önünde bulundurmaya gerektiriyor. Teknolojinin toplumsal yapıyı yeniden inşa ettiği bu dönemde, bireysel yalnızlık duygusunun sosyal ve kültürel boyutlarının anlaşılması hem akademik çevreler hem

Teknolojinin yarattığı bilgi patlaması, bireylerin sürekli olarak “kendini kanıtlama” zorunluluğu hissetmesine neden oluyor. Bu durum, sosyal medya üzerinden yapılan paylaşımların sadece bir vitrin işlevi görmesine, gerçek yaşamın ise daha fazla yalnızlık ve içsel çatışma barındırmasına yol açabiliyor.



de politika yapıcılar için önemli bir gündem maddesi olmalıdır.

Özellikle pandemi sonrası dönemde artan dijitalleşme, bu sorunun daha da belirginleşmesine yol açtı. İnsanların yüz yüze iletişimden uzaklaşması, dijital ortamda geçirilen zamanın artması, yalnızlık ve sosyal izolasyon problemlerini daha karmaşık bir hal aldı.

Özetle, teknolojik devrimin getirdiği yenilikler, bireylerin yaşam kalitesini artırma potansiyeline sahip olsa da aynı zamanda yalnızlık ve bireyselleşme gibi olumsuz sosyal dinamikleri de beraberinde getiriyor. Teknolojinin sunduğu imkanların doğru ve dengeli kullanılabilmesi hem bireysel hem de toplumsal düzeyde sağlıklı iletişim ağlarının yeniden kurulabilmesi için önem arz etmektedir. Bu bağlamda, teknolojik ilerlemenin insan ruhu ve toplumsal dayanışma üzerindeki etkilerini anlamak, geleceğe dair daha kapsayıcı ve bütünsel stratejilerin geliştirilmesi açısından elzemdir.

Teknolojinin getirdiği bu çelişkili durum, bizlere modern yaşamın paradokslarını hatırlatıyor. Bir yandan evrensel bağlantıların kapılarını aralarken, diğer yandan derin yalnızlık duygusuna sebebiyet veriyor. Bu yüzden, teknolojik yenilikler ile insan arasındaki dengeyi yeniden gözden geçirmek hem bireysel hem de toplumsal refahın sürdürülebilirliği açısından büyük önem taşımaktadır.

Kaynakça

- Castells, M. (2001). *The Internet Galaxy: Reflections on the Internet, Business, and Society*. Oxford University Press.
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2017). Social Networking Sites and Addiction: Ten Lessons Learned. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(3), 311.
- Rosa, H. (2013). *Sosyal Hızlandırma: Modernitenin Sınırları*. Polity Press.
- Turkle, S. (2011). *Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other*. Basic Books.