

Жылдамдық дәуіріндегі жалғыздық

Қазіргі заманда өмірдің жылдамдығы күннен күнге артып келеді. Әлеуметтік желілер, хабарламалар, жылдам байланыс құралдары адамдарды үнемі ақпарат ағынымен қоршайды. Алайда осы жылдамдықтың ішінде кейде адам өзімен бетпе-бет қалуы сирек кездесетін құбылысқа айналады. Көптеген адамдар физикалық тұрғыда бір-бірімен байланыста болса да, шынайы эмоционалды байланыстан алшақтап, жалғыздық сезіміне тап болады.

Жылдам өмір салты, жұмыс пен міндеттердің қарқыны адамға өзіне көңіл бөлуге уақыт қалдырмайды. Көптеген адамдар үшін жалғыздық қорқыныш немесе кемшілік емес, керісінше, ойлануға, өзін түсінуге және ішкі тыныштыққа қол жеткізудің мүмкіндігі. Дегенмен, ұзақ жалғыздық кейде психологиялық күйзеліске әкелуі мүмкін, өйткені адам эмоциялық қолдауға мұқтаж.

Сонымен қатар, технологияның дамуы жалғыздықты жеңілдететін құралдарды да ұсынады. Онлайн достық, виртуалды қауымдастықтар арқылы адамдар өз тәжірибесін бөлісе алады, жаңа байланыстар орната алады. Дегенмен, шынайы қарым-қатынас әрқашан виртуалды байланыстан маңызды.

Қорытындылай келе, жылдамдық дәуірінде жалғыздық – уақытша, бірақ адамның ішкі әлемін түсінуге мүмкіндік беретін құбылыс. Адам өз эмоциясын, ойларын бағалап, шынайы байланыстарға уақыт бөлу арқылы жалғыздықты оң нәтижеге айналдыра алады.

“journiverse” білім беру орталығының оқушысы: Асан Медина