

Mátó Áron

MOBIL ÉS OKOS**Morálfilozófiai ismeretlenek az okostelefon-használatban****Bevezető**

A hagyományos etika számára az okostelefon használata zavarba ejtő kihívást jelent. Ez az eszköz két lényeges tulajdonsága révén az elme tökéletes kiterjesztése lett: *mobil*, apró, gyorsan mozgatható, szinte bárhol használható, illetve *okos*, sokkal inkább egy személyi számítógép, semmint – bármilyen abszurdan is hangzik – egy telefon. Inkább funkcionál köldökzsinórként (Csépe, 2001), semmint pusztá eszközként.

Az okostelefon ötvözi az internet előnyös tulajdonságcsokrát; anonim, azonnali, interaktív, virtuális, a fizikai jelenlét nem nehezíti, kényelmes, mert könnyen és olcsón hozzáférhető. A bevonódás egyszerű és rendkívül sikeres, az interakciók pedig irányíthatók (Demetrovics, 2013). A közösségi média vonzó jellegét; a tartalomhoz illesztett jutalomérzést (pl. lájkok) és a folyamatjellegét (pl. hírfolyamok) (Song et al., 2004). És csak az okostelefonra vonatkozó előnyöket (pl. kamera) is. A fentiekből adódóan az okostelefon elképesztően elterjedt: a Datareportal 2023-as adatai szerint a föld populációjának 68%-a (mintegy 5,44 milliárd ember) bír ilyen eszközzel.

Az okostelefon vizsgálata igencsak szerteágazó terület, etikai-filozófiai fókuszú vizsgálat mégis nagyon ritka. A legutóbbi hazai, még a mobiltelefonnal foglalkozó jelentősebb projekt 2010-ben véget ért (Nyíri, 2010), éppen akkor, amikor a mobiltelefonból okostelefon lett. Miközben az adatbiztonság, a döntési fáradtság, a közösségi médiában rejlő veszélyek az online önfeltárás állandó etikai gyújtópontjává váltak. Ez a felfedezés motivált arra, hogy 2022-ben elkezdjek foglalkozni a témával, feltérképezve az okostelefon és jelenségkörének etikai gócpontjait. Jelen írás az okostelefon négy etikai problémáját tárja az olvasó elé.

Idő és okostelefon

*„Az Idő, itt várd meg, és otthagyd,
Bent meg nevetnek egyet,
De mindegy, pont jön az Idő,
Hogy megmondja nekem, ugyan mitől
Dugulnak el szép ívű folyók,
És lesz mocsár az egész tájból,
S ha kijön fölé a kakukkod párszor,
Én nekivágok valami kezembe akadót,
Hát hogy tudsz ilyen utolsó lenni,
Hogy ami volt, úgy többet nem lesz semmi?”*

(Kispál és a Borz: *Presszó rock*)

Az időprobléma klasszikus probléma, melyet az okostelefon tovább színezt. Bár az idő rendkívül közel van hozzánk – nem véletlen, hogy a dalszöveg egyes szám első személyben szól hozzá –, mégis a lehető legtermészetesebben, ugyanakkor

egyszersmind a leginkább megfoghatatlanul adódik számunkra. Voltaképpen ez a paradoxon jelenik meg újra az okostelefont és az időt övező problémában. Ne legyenek kétségeink, az alfejezet csak felvázolja a problémát, megoldani pont annyira képtelen lenne, mint ahogy megmondani: mitől dugulnak el azok a szépívű folyók.

Az időparadoxon

Azáltal, hogy a technikai tudása alkalmassá teszi már a mobiltelefont a tanulásra, munkavégzésre, ügyintézésre stb. – eltűnnek az ún. „hulladékidők”, a célirányos tevékenységek köztes, nem felhasznált időkeretei. Várakozás közben ugyanis elküldhető egy email, szöveg szerkeszthető stb. (Nyíri, 2010). A dinamikát az okostelefon fő tulajdonságpárja csak felerősíti: mobilitása folytán szinte bárhol végezhető rajta munka, okossága révén pedig mindez egy személyi számítógép eszköztárával mehet végbe. Jelentősen több időnk lesz, amit aztán arra használhatunk, amire igazán szeretnénk, nincs több üres várakozás.

Időgazdálkodásunk is professzionálisabbá válik, hiszen a meglévő időt be tudjuk hatékonyan táblázni az okostelefon lehetőségeivel (pl. naptárak online szinkronizálása). A napirend órára, percre pontosan megtervezhető: véget ért az „üresjáratok” kora. Egy 2021-es metaanalízis korrelációt talált az időmenedzsment és a munkateljesítmény, akadémiai sikeresség, stressztűrés és a jóllét (well-being) között (Aeon et al., 2021).

Az MTA és a T-Mobile *A 21. század kommunikációja* címet viselő kutatássorozat vizsgálta az ún. mobilmunka jelenségkörét. A kutatások eredményei kimutatták, hogy a „mobilmunkás” effektívebb munkaerő, hiszen szinte bárhonnán képes elküldeni egy emailt, adatot feltölteni stb. A mobilmunkás jobban is érzi magát, szabadabbnak, ami hozzájárul hatékonyságához (Nyíri, 2010). Ez a *home office* szerepében jelenik meg napjainkban, az otthoni közeg minden előnye (pl. a szabad munkaidő) segíti a munkavégzés teljesítményét.

Mégis általános a rohanás és sietség tapasztalata, ami az időhiány jelzőköve. Bekerülnek (az algoritmusokon keresztül) a jól megtervezett időrendekbe új, a valós igények illúzióját keltő hamis igények, amelyeket, ha az egyén mégsem venne fel, úgy tűnhet számára, hogy drasztikus hiány keletkezett az életében. A tömegnyomás, a véleménybuborék hatásai folytán pedig egyszerűen belsővé válik az ilyen igények utáni törekvés. Innen pedig egyenes út vezet a konfliktushoz; az időrend túltelítődése, a sietség, a prioritizációk miatti büntudat, a „semmire sincs idő” tapasztalata.

A „hulladékidők” megszűnése abból a perspektívából helyes, amelyből azt állítjuk ezekről az időkről, hogy szemetesbe valók. Holott a figyelem ilyen „felszabdálása” befolyással lehet hosszútávon a koncentrált figyelemre (Rab, 2015). Illetve (2) lehet, hogy a hulladékidők éppen az emberi kogníció pihenését segítik elő, a túlterhelt agy „lélegzétvételei” ezek az időpillanatok, az információk, élmények belső feldolgozását segíthetik elő.

A 21. század kommunikációja kutatássorozatnak is meg kellett vallania, hogy bizony a mobilmunka nagyfokú flexibilitása azt is okozza, hogy összemosódik a munka- és szabadidő. Sőt, a kutatások alapján úgy tűnik, hogy a mobilmunkás többet dolgozik, naponta akár egy egész órával (Nyíri, 2010). Ezt a zavart tovább erősíti a *home office* egyik eklatáns tapasztalata is, jelesül hogy összekuszálódik a munka- és szabadidő (Al-Habaibeh et al., 2021).

Okostelefon és vulgáris idő

Elsőre úgy tűnhet, hogy a világ az ember számára a „kéznél lévő” dolgok felől értelmezhető, ez azonban a létező és a lét összekeveredése, önmagam „gondként” (Sorgen) való felfogása, amely egy alacsonyabb létmódot jelöl. Mindezt megelőzi az ember, az ittlét (Dasein) saját önfelismerése, amely a „miért” kérdésben jelenik meg, a megválaszoláshoz azonban nem juthatunk el a kéznél lévő dolgok felől. Ez Heidegger szerint a hanyatló lét, a mindennapiság tapasztalata, ahol az ember az eszközök felől érti meg magát (Heidegger, 1927/1989), a másik fennhatósága alá kerül, „nem ő maga van, hanem a mások elvették létét” (Heidegger, 1927/1989, 258).

Heidegger szerint az ember helyes önmeghatározása attól függ, hogy mennyire tudja feltérképezni saját viszonyulását a létezéséhez, a léthez magához. Az ittlét alaptapasztalata a világ üressége, a dolgok mögötti semmi tapasztalása, a szorongás. Ez vezet el az autentikus létmódhoz, azaz önmagam végességének felismeréséhez (Heidegger, 1989, 2001).

Az idő három szintje

Heidegger az idő megragadásának három módját írja le, az idő háromféle megragadása a létmegértés három különböző szintje (Heidegger 1927/2001). Ez a három létmód a (1) vulgáris idő, (2) a világidő és (3) az eredendő idő=időiség (Zeitlichkeit). Az autentikus létmegértés ideje az eredendő idő, míg ennek torzulása, inautentikus megnyilvánulása a vulgáris- és a világidő (Heidegger, 1927/2001).

A vulgáris időben az idő a mostok folyamatos sorára redukálódik. Ez az „órahasznalet ideje”, hiszen amikor az órára tekintek, mindig az aktuális mostot látom, mindig a „mennyt” szemlélve benne. A mostokat összekötő mozzanat elvesz, nem kapcsolódnak egymáshoz, minden vonatkozásukat elveszítik. A végtelen mostok sorozatában való feloldódás, a vulgáris idő az *akárki* időmegélése, az önmagam végességéről való teljes megfeleledkezés (Heidegger, 1927/2001).

Az idő a világidőben is „valamire van”, időponthoz kötött, ugyanúgy a mostok végtelen sorára épül, de már nyilvános, azaz a különböző emberek „mostjai” megegyeznek, ezzel kvázi-objektivitását nyerve (Heidegger, 1927/2001).

Az eredendő idő azért eredendő, mert az előző két időfelfogást megelőzi. Az idő nem választható el a léttől, így az időiség a múlt, a jelen és a jövő felbonthatatlan egysége, sőt, minden létmegértés feltétele és iránya is. Tehát az ittlét bármilyen kérdésfeltevését megelőzi az időiség tudata, ami végsősoron az ember saját végessége, a tudat, hogy meg fog halni (Heidegger, 1927/2001).

Következtetés

A kéznéllevőség tökéletes példája a mobilis okostelefon, amely az internethez való állandó csatlakozásával kiszolgáltatja az ittlétet. Amikor a telefonunkat használjuk, képtelenek vagyunk önmagunk létevel szembesülni, az eszköz ugyanis tervezetten a figyelmünk teljes lekötésére irányul (Zuboff 2018). Ezzel olyan eszközzé válva, amely állandó gondként tételeződik (pl. értesítések), amiről az ittlétnek folyamatosan gondoskodnia kell.

Az okostelefon használatának folyamatjellege, a végtelenség illúziója (pl. a hírfolyamok) – a vulgáris időnek megfelelő végtelennek tűnő mostok sorát adja. A

mostok önmagukban, a saját jelentésükben egyedül állnak, nem kapcsolódnak máshoz, legfeljebb utalnak valamire.

A problémás okostelefon-használat univerzális jelenség (Lee & Lee, 2017). Akárki lehet problémás használó, az akárki időmegélése pedig a vulgáris idő. És ne felejtjük el, hogy a virtuális perszónák használata a közösségi médiában éppen ezt erősíti fel; a *máshoz való folytonos igazodás kényszerét*, amely gondként tételeződik az ittlét számára, de nem saját vágyai jelennek meg, hanem az akárki arctalan, a kéznél lévő dolgokban kimerülő vágyai, kérdései. Ezt domborítják ki a közösségi média felületén ismert jelenségek, mint az önmutogatás, a látszódás iránti nárcisztikus viszony, hiszen az ember ilyenkor csak a létező dolgok felől mutatkozik meg, amely végsősoron menekülés attól a tudattól, hogy mindez csak időleges, a létezés véges, amely a halállal végződik.

Az átalakuló időszemlélet

Az okostelefon használata nem csak a napirendünk kialakítását vagy az időhöz való hozzáállásunkat változtatja meg, hanem az *idő szemléletét* is annak észlelésén keresztül. Az érv premisszái a következők: (1) az okostelefon-használat – az agyi struktúrák átalakítása folytán – kognitív változásokat idéz elő (Carr, 2014; Szőke-Milinte, 2020), ami a *jelenérzékelést* is befolyásolja. (2) A jelenérzékelés befolyással van a memória működésére a munkamemórián keresztül (Gazzaley-Rosen, 2016 idézi Szőke-Milinte, 2020). Valamint az idő észlelése neurobiológiailag is a memórián alapul (Shapiro, 2019). (3) A memória képi természetű (Augustinus, 1987, 287-290). Ágoston szerint az idő három dimenziója a lélek három „mozgásával” írható le, hiszen az idő a lélek kiterjedése. Mindhárom idődimenzió végsősoron a múlton alapszik, azaz az emlékezésen (Augustinus, 1987, 376-377). (4) Az okostelefon a memória kiterjesztése (extended memory), az emberi tudásátadás, a kultúra evolúcióját segíti, ahogy az írás és nyomtatás (Merlin, 2001). Sőt, az okostelefon (mint technológiai eszköz) az elme kiterjesztése is (extended mind) (Clark & Chalmers, 1998). (5) A külső és belső memória interakcióban áll egymással (Merlin, 2001). Végül (6) az okostelefon fő funkciói közé tartoznak a vizuális funkciók (pl. kamera, képtár).

Az okostelefon az idő szemléletét jelentősen átalakítja; egyrészt befolyásolja a jelenérzékelést, másrészt attraktív (mobil és okos) vizuális tulajdonságai miatt a memóriára is befolyással van. A jelenre és a múlt tapasztalására, az emlékezetre gyakorolt hatásával az idő teljes szemléletére gyakorol hatást, hiszen a jövő e kettő idődimenzió alapul.

„Záróra”

A problémás használat hátterében a használat időtartalma, azaz végsősoron az idő áll (Kiss, 2021). Paradoxonnak tűnne az embert a legtöbb időre szánt tevékenységével azonosítani, felháborodást keltene, ha a felmérések alapján az okostelefon-használattal jellemeznénk sokakat; csak az alvásra és a TV-nézésre fordítunk több időt egy élet során (Broadband, 2022).

A serdülő évek a biológiai érés, a szociális fejlődés és az intellektuális útkeresés időszaka, a folyamatos félelem a társadalmi pozíciótól és a bizonytalan jövőtől (pl. klímaszorongás), valamint a társas elfogadás vágya mind arra vezethetik a serdülőt, hogy az idődimenzió átfogása, a hosszútávú célok kitűzése helyett inkább oldódjon fel

a megnyugvást jelentő folyamatos mostokban (Pikó & Piczil, 2004 idézi Kiss, 2021 nyomán). A mindennapokban ehhez a leghatékonyabb eszközt az okostelefon nyújtja.

Én és okostelefon

„Tudom, hogy kell győztesnek lenni de nincsen hozzá kedvem”

Lovasi András: *Mire megtanultam*

A webkettes Z generáció énjének jóval nagyobb része vonódik be a kibertérbe, kialakul a közösségi médián látható, a lájkok és visszajelzések formálta virtuális személyiség, ami gyakran torzított vagy teljesen eltérő az én valódi kilétéhez képest (Orehek és Human 2016). A Z és alfa generáció tagjai jóval otthonosabban mozognak a digitalizációban, annak akár interaktív részvevői, és jobban motiváltak az újabb technológiák használatában, mint a korábbi generációk (Charness & Bosman, 1992). A kognitív struktúrák átalakulásáról ír Carr (2014) és Gazzaley-Rosen (2016); a Z generáció sajátos kognitív „képpel” rendelkezik, mint a döntési fáradtság, a figyelem és amunkamemória átalakulása (Carr, 2014; Gazzaley-Rosen, 2016), az ún. mind-wandering jelensége (Müller et al., 2021) vagy a kognitív önbizalom paradox jelenléte is (Szőke-Milinte, 2020).

A fő probléma abból adódik, hogy agyi struktúráink a társadalmi-technológiai fejlődéshez képest lassú ütemben változnak. Modern koponyánkban kőkori elme lakozik (Cosmides & Tooby, 2004: 47). Az agy kognitív kapacitása nem változott, míg az előállított információ mennyisége hatványozottan nő minden egyes perccel, így az erőforrások beosztása válik kulccsá (Szőke-Milinte, 2020).

A digitális bennszülöttség

Digitális bennszülöttnek lenni nem csupán a kibertérben való otthonossággal jár együtt. Tanulságosak az IKT-eszközök és az emberek kapcsolatára vonatkozó köznyelvi kifejezéseink: ismertek a *FOMO* (Fear Of Missing Out) vagy a *véleménybuborék*. Már kevésbé a *technostress*, az *algorithmic radicalization*, a COVID-19 specifikus (és az álhírekre referáló) *infodemic*. Főképp lényeges az okostelefon fenomenológiai tapasztalatához kapcsolódó *smombie* (smartphone és a zombie szó vegyüléke) és a *ringxiety* („ring”, mint telefoncsörgés és „anxiety” szorongás), illetve a *fantomrezgés* is (Kiss 2021 nyomán). Az ún. *overchoice* (Toffler, 1984, 263) és a *FOBO* (Fear of Better Options) jelenségei a választás, a döntés lehetőségeinek nehézségeiről szólnak, előbbi a döntési lehetőségek sokasága miatti nehézséget, utóbbi pedig a döntés következményeitől való félelmet emeli ki.

Úgy tűnik, hogy a jelenségek magából az okostelefon *használatából* következnek, hiszen mélyebb, ösztönszerűbb emberi folyamatokra gyakorol hatást okostársunk, a kifejezések pedig csak jelzőkövei a digitális identitás átalakulásának.

Az okostelefon és unalom

„Száz-kétszáz évvel ezelőtt az unalom még csak afféle vidéki nagyság volt, poros kis provincia. Ma: világvárosokkal, tengerekkel és repülőgépekkel rendelkező nagyhatalom.”

A fenti sorokat Pilinszky János írta 1961-ben, amikor többek közt azon elmélkedik, hogy miért jelenik meg egyre sűrűbben az unalmat megtestesítő karakter az irodalomban (Hafner, 1993, 161).

Az ún. rizikó és protektív elmélet szerint a problémás okostelefon-használat kialakulása kapcsán az ember rendelkezik védő-, illetve rizikófaktorokkal, előbbi védelmet nyújt ellene, utóbbi hajlamosít rá. A két legjelentősebb rizikófaktor a szakirodalom szerint az *unalomra való hajlam* és az *unalomtűrés* (Kiss, 2021). Fontos adalék, hogy az okostelefon használata leginkább felületes tevékenységekben merül ki, az üres idők kitöltésére, sőt, egyfajta védelemként szolgál az ingerszegény állapotoktól való félelem ellen, ezzel ösztönössé téve a figyelemlekötés jelenségét (Kiss, 2021).

Bár az okostelefon az unaloműzés legjobb eszköze sajátos jellegi miatt, rövidtávon biztosítva a jutalomérzést (Song et al., 2004), hosszútávon „átfogóbb” unalmat eredményez, méghozzá a dopamerg rendszerre gyakorolt hatása miatt, ami dopaminrezisztenciát okoz. Ez elsősorban a motiváció csökkenésében nyilvánul meg (Kiss, 2021), előidézve az ingerek fokozásának igényét, a kockázatos tartalmú webhelyek elérését. Pilinszky írja a következőket „erről”:

„Az unalom ellen a bűn izgatószerével védekezni a legkönnyebb. De ez az enyhület csak átmeneti lehet: még nagyobb üresség, még salakosabb unalom marad utána.” (Hafner, 1993: 161).

Kierkegaard az unalomról

Az unalom – Kierkegaard szerint – minden rossz gyökere (Kierkegaard, 1843/1978, 362), filozófiai értelemben az unalom jóval több, mint pusztán tétlenség. Inkább egyfajta elemi mozgatóerőt jelent, valami olyasmit, ami elindítja a cselekvést. Ha a görög istenekre gondolunk, akkor látható, hogy azért csináltak valamit, mert unatkoztak. Ilyen értelemben érti minden rossz gyökerének az unalmat Kierkegaard. Az unalom a semmi tapasztalata, ahogyan a szorongás is, de ellentétben a szorongással, az unalomból nem következik semmilyen felismerés, legfeljebb a rossz végtelen megtapasztalása (Kierkegaard, 1843/1978, 370-371).

Kierkegaard stádiumai (esztétikai, etikai és vallási) között nem fokozatos átmenet, hanem egy döntés általi azonnali váltás van. A stádium létmódot jelent, a világ tökéletesebb megragadását. Az esztétikai stádiumból – amelyben az origó a vágymegélés, az érzékeknek alávetettség – akkor vezet út tovább az etikai stádiumba, ha a semmi megbújó tapasztalata, azaz a szorongás kétségbeeséssé válik. A vallási stádiumba úgy kerül az ember, ha a rezignáció úrrá lesz rajta, amit a racionalitás meghaladásával, a hiten keresztül ér el (Kierkegaard, 1843/1978).

Az okostelefon használatából eredő rövidtávú jutalomérzés, a folyamatjelleg és az interakció miatt az érzékeknek kiszolgáltatja az egyént, aki aligha tud objektíve elkülönülni eszközétől. Ráadásul az okostelefon tudatos tervezettség, amely a kognitív struktúráinkra, voltaképpen emberi gyengeségeinkre épül (Zuboff, 2018), nehezíti a döntés lételemét. Az okostelefon hajlamosít a vágyvezérelt használatra, az esztétikai stádium létmódjára. A stádiumok közötti átmenetekhez feltételeznünk kell a szabad akaratot, de épp ezt látjuk veszélyeztetve az okostelefon által. Mit jelentene Kierkegaard számára az overchoice, a FOBO és a döntési fáradtság

jelenségeitől terhelt ember döntése? Az ember belekényszerül a használat szüneteinek „réseibe”, hogy ekkor ismerje fel önnön szorongását?

Heidegger az unalomról

Heidegger szerint a filozófia kezdete az ember (az ittlét, a Dasein) alaphangoltságának felébresztésén keresztül történik, egyfajta „alászállásról” az unalom felszínesebb formáitól a mély unalom állapotáig (Schwendtner, 1999). Az unalom legfelszínibb rétege a várakozások közbeni gyors időtöltés vágya, az az állapot, amikor az idő „késlekedik” (Heidegger, 1929-30/2004, 138), a figyelmünk lekötésére tett kísérletek kifulladásnak. Az idő külső akadályként jelenik meg, amit az ember képtelen lebírni (Heidegger, 1929-30/2004).

A második szinten az idő kitöltődik az unalomúzás tevékenységeivel. Ezt nevezi Heidegger *önmagunk hátrahagyásának* (Heidegger, 1929-30/2004, 166), énünket az időtöltésnek adjuk át, önmagunkat a létezőkkel telítjük el. Ennek ára az, hogy az időt és ittlétünket beáldozzuk a jelenben való feloldódásért, ezzel az én kimetszi magát az időből, megszűnik számára a múlt és jövő tudata. Ez a csonkítottság tapasztalása, ami után nem marad más, mint az üresség (Heidegger, 1929-30/2004, 170-171).

Az okostelefon használatában az érzékek mindig az éppen felbukkanó érzéki ingerekre összpontosítanak, létrehozva egyfajta flow-élményt, de az idő érzékelésének megszűnése ezen esetben csak ritkán jár a kreativitás és az alkotás megélésével, sokkal inkább a kognitív struktúrák elfáradásával, az unalommal. Ez egyfajta menekülést is jelent a múlttól vagy a jövőtől való szorongástól, amire kiútként a jelenben való megfelelkezés szolgál.

Az alászállás utolsó pontja elől nem lehet elmenekülni, az bármikor rátörhet az emberre (Schwendtner, 1999). Az unalom túllépve a tevékenységbe ölt időn, a közömbösség révén megszünteti a létezőkhöz való kapcsolódást. Az üresség ekkor túlmutat önmagán az ember megvalósítatlan lehetőségeire, ezzel létrehozva egy távolságot a „parlagon hagyott” lehetőségek és az ittlét közé (Heidegger, 1929-30/2004, 187-193). Úgy tűnik tehát, hogy *paradox módon* a lehetőségekhez való karnyújtásnyi távolság és az ennek ellenére mégsem megvalósításuk, azaz a cselekvőképesség bénultsága, *egyszerre* a szabadság lehetősége is (Schwendtner, 1999).

Az okostelefontól túlterhelt érzékek egyszer elérik a közömbösség állapotát, az én paralizált lesz, lehetőségeit parlagon hagyja. Ez egyfajta unalom is; a középagy dopamin-mediálta jutalmazórendszer alulműködésese (Blum et al., 2000 idézi: Kiss, 2021, 24). Mégis, a felhasználó ilyenkor nyerheti el a lehetőséget arra, hogy felismerje állapotának tarthatatlanságait, mert ilyenkor lesz, ámbár mérhetetlenül fáradttá, de végre szabadabbá is. Így lesz az okostelefon az unalomúzás tökéletes eszközéből maga a mély unalom.

„Bezárás”

Páratlan kihívás a 21. században olyan etikát építeni, amelyben az egyének közötti párbeszéd nem csupán a véleménybuborékok és visszhang-kamrák közötti céltalan küzdelem, és nem is csak virtuális-digitális *perszónák* szóváltásai. Az etikaoktatásnak mindenképp fel kell hívnia a figyelmet arra, hogy a figyelmünkért folytatott harc könnyen eredményezheti az önképünk elcsúszását, a csalódást, a másikkal való

párbeszéd képtelenségét. És mennyire könnyen lehetne bárki „győztes”, mégis úgy tűnik, hogy senkinek sincs hozzá kedve.

Közösség és okostelefon

A közösség és okostelefon az ember „arcköze” terének társas viszonyaira vonatkozik. A közösségekre gyakorolt hatását illetően az okostelefon olyan mérvű változásokat hozott, amelyeket kiválóan lehet bemutatni paradoxonokon keresztül.

Az internet paradoxonja

Nyíri Kristóf lelkesen üdvözölte a mobiltelefont, ami lebontja a kapcsolattartás és a közösségépítés korábbi gátjait a hálózatisága által (Nyíri, 2010). A mobiltelefonból „okostelefónia” lett, az internet pedig egyre inkább alárendelődik a közösségi médiának. A technológiai optimizusból technológiai pesszimizmus válik.

Robert Kraut és munkatársai már 1998-ban előálltak az *internet paradoxonjának* elképzelésével, mely szerint bár az emberek az internetet a kapcsolattartásra és kommunikációra használják, az mégis a társas kapcsolatok megromlását és a pszichológiai jóllét csökkenését eredményezi, ezzel kifejezve az internet „hőskorában” annak ellentmondásos, vitatott és hatásait tekintve abszurd jelenségkörét. Azt is felismerték, hogy az ún. *drive-by* kapcsolódások, azaz a rövid ideig tartó, ismeretlenekkel való futó kapcsolat esetén szignifikánsan nagyobb az esély a negatív következményekre (Kraut et al., 2002). Az újabb kutatások szintén megjelölték annak fontosságát, hogy kire irányul az internetes kommunikáció; a családtagokkal, barátokkal való kapcsolattartás alapvetően pozitív, míg az új kapcsolatok esetén a negatív hatások jönnek elő (Bessiere et al., 2008 idézi: Koronczai, 2013, 27).

Az internet paradoxonja az okostelefon paradoxonjává vált, hiszen a személyi számítógépek funkcióit egyre inkább az okostelefon veszi át. Mobilitása révén hatása is erősödik, szinte bármikor esély van új kapcsolódások létrehozására a távolságok áthidalásával és a szimultán kialakítás lehetőségével. Ez okozza az ún. *megszaladás jelenségét*, amikor az ember – kielégítve evolúciós készletét – az interneten keresztül felhalmozza kontaktjait (pl. online ismerőseit), ezek a kapcsolatok kevésbé lesznek tartósak és intenzívek, mint a korábbi kapcsolatok (Csányi & Miklósi, 2010 idézi: Koronczai, 2013, 6).

Olybá tűnik tehát, hogy az *okostelefon mobilitása* megágyaz a megszaladás jelenségének, hiszen csak az internethez való csatlakozás az, ami feltétel lehet az új kapcsolatok megtételében.

Robin Dunbar társas agy elmélete szerint az (emberi) evolúciós fejlődés termékei a csoportba rendeződésnek köszönhetőek. A csoport támogatja az egyén, közelebbi csoportja az érzelmi támogatásért felel, míg a legtávolabbi a külső támadásoktól véd. Dunbar szerint ez a csoportszerkezet a mai társadalomban is megfigyelhető, mert összefüggés van az agy neokortex részének mérete és a legnagyobb, még kezelhető csoportmennyiség között. A legnagyobb csoport 150 főt tesz ki, majd koncentrikus körökben közeledve az egyénhez, egyre kevesebbet: 150-50-15-5. Ezt nevezzük a *Dunbar-számnak* (Dunbar, 2010 idézi: Berán et al., 2017, 48-49). Az elméletet megerősítve, sem az internet, sem a telefon jelensége nem írta át jelentősen a Dunbar-számot (Nyíri, 2006).

A megszaladás jelensége a kapcsolatok minőségét befolyásolja, hiszen azok felületesebbé válnak az egyén kognitív kapacitásának korlátai miatt, végsősoron azonban a tartós kapcsolatok száma visszatér a Dunbar-számhoz. Ez a belső dinamizmus egyúttal belső *interferencia* is; az egyén folyamatosan gyűjti új kapcsolatait az eleve erre épített közösségi médiában, ám ezek a kapcsolatok „elhalnak”, visszatérve a még kezelhető Dunbar-számokhoz, és így tovább.

Mit okozhat ez a folytonos „körforgás”? Milyen következményei lehetnek annak, hogy a közösségi média kommentfelületein kötetett ideiglenes „szövetségek”, az online játék átmeneti „bandái”, vagy a társkereső alkalmazások alkalmi partnerei csak felerősítik ezt az evolúciós mélységű belső interferenciát? Mennyire maradhat méltósággal rendelkező, megismételhetetlen személy valaki, öncél, és mikor fordul át „partnerre”, tárggyá, eszközcéllá?

A jelenlét-paradoxon

A Z generáció számára is rendkívüli a közösségben való létezés ereje, ezt jelzi, hogy míg korábban az online létet fel lehetett bontani, addig ma egy folyamatos online (always ON) életstílust követünk (Boyd, 2012 idézi: Kiss, 2021, 44).

Ebből ered a *jelenlét-paradoxon*. Adott egy X szereplő, aki fizikailag N helyen van, viszont mivel X okostelefonját használja (always on), figyelmét az online aktivitása köti le, virtuális értelemben M helyen van. Ha X-et N helyen valamilyen inger éri, akkor kiszakad virtuális M helyéről, koncentrációját N helyre kell pozícionálnia. És fordítva. A paradoxon két következménnyel jár: (1) X figyelmével sem N sem M helyen nincs, hiszen fizikailag itt, kognitíve ott tartózkodik. Illetve (2) N és M helyen is van. Következtetésképpen se itt, se ott nincs, hanem egy köztes állapotban, ahol rákényszerül a folyamatos döntésre, hogy figyelmét hová irányítsa, ezzel az itt- és ottlét illúziójába lépve (hasonló megfogalmazásban: Virilio, 1993 idézi: Németh, 2010, 59). Az emberi érintkezés állandó képe ez; a bizonyos tevékenységek közbeni virtuális terek nyitásának mozzanatai. A jelenlét paradoxon tér-probléma; az okostelefon eltüntette a teret mint kapcsolódási tényezőt, de helyébe nem a jelenlétet, hanem annak paradoxonját állította.

Az intimitás terei

A mobiltelefon magyarországi „karrierjének” elején az emberek nem tudták hogyan kell viselkedni azzal az emberrel, aki egy „dobozt” szorítva a füléhez közöttük volt. Használati útmutató mellé nem mellékeltek „etikai útmutatót”, így a helyes használat az erkölcsi intuícióra volt bízva. Tanulságos megnézni Kovács, Krajcsi és Pléh 2002-es felmérését, amely a mobilhasználati szokásokat vizsgálta. A kitöltők ugyan 27%-a személyesen szervezné a baráti összejövetelét, 25%-kal már a mobiltelefon állt mögötte. Még izgalmasabb, hogy szexuális együttlét alatt a kitöltők 3,2%-a soha, míg 41,9% mindig kikapcsolja telefonját. Ma egészen másképp adatokat mérnénk, hiszen másképp tekintünk az etikus használatra, pusztán legyintünk, ha valaki a társaságunkban telefonozik, sőt, a szexualitás szférája sem nélküli olykor az okostelefon aktív használatát.

Legyen szó mobiltelefonról vagy okostelefonról, a kutatások egyetértenek abban, hogy az emberek igénylik az offline kapcsolódást is az online mellett (Nyíri, 2010; Odgers, 2018 idézi: Kiss, 2021, 118). Ezt a COVID-19 tapasztalata végképp megerősítette. Noha

azt látni, hogy a személyközi érintkezés során bevett gyakorlat az okostelefon használata (Kiss, 2021).

Emmanuel Lévinas, a fenomenológiai híres képviselője úgy gondolta, hogy az ember Másikért való felelőssége az *arc imperatívuszában* tárulkozik fel. Nem egy észlelt jelenségről vagy érzésről van szó, hanem egy normatív parancsról, amely az arc fenomenológiai tapasztalatán alapul, és ha nem is tette, de a Másik felé való odafordulásra hívja fel az ént (Lévinas, 1994). Vajon a közösségi média felülete, az internet, az online játékok profiljai milyen hatással vannak az arc imperatívuszára? Mit okoz az ember számára az, hogy a Másikat nem valódi személyként, arcán keresztül látja, hanem csak egy virtuális perszóna torzított reprezentációján át?

Társadalom és okostelefon

Az első időkben a mobiltelefonnal rendelkezés elszigeteltséget jelentett. Nyíri szerint ez rövid időn belül megfordult; az lett kínossá, ha valaki nem rendelkezett mobiltelefonnal (Nyíri, 2006). 2020-ra az elszigeteltség egzisztenciálissá fokozódott, már a hajléktalanok számára is prioritás az okostelefon jelenléte (Kovács, 2020). Miközben bizonyos értelmiségi körökben a tudatosság ékességének tekintett az okostelefon-mentes élet.

Az internet azonban nem kiűzhető, mert már több mint fél évszázada az információk korát éljük. Az információs társadalom új emberi együttélést jelent, amelyben az információ mozgása (keletkezéstől a felhasználásig) meghatározó, mindent irányító szereppel rendelkezik, mely hálózatokon keresztül a korábbi intézményekre épülve új társadalmi rendet hoz létre (Szőke-Milinte, 2020 nyomán). Az információ áldás és átok egyszerre.

Noha az okostelefon kultúrafüggetlenül felbukkanó jelenség (Lee & Lee, 2017), a használatban detektálható eltérés. Az okostelefon annál sikeresebb, minél jobban átveszi felhasználójának szokásait, minél inkább órá van szabva. Ennek kulturális sajátjai is vannak, tehát az okostelefon kénytelen kultúrafüggetlenül kultúrafüggő lenni. A *globalizmus-paradoxon* azt fejezi ki, hogy a globalizmus annál inkább tud terjedni, minél inkább lokálissá válik, minél inkább hozzáidomul a környezethez (Sorbán, 2019 nyomán).

Lawrence Lessig 1998-ban már fölveti a jogi és biztonságtechnikai aggályait az internetnek: „*a világ, ahova belépünk, nem a végtelen szabadság világa, ..., s nem az a világ, ahol bebiztosított a szabadság. A Kibertér azt a lehetőséget hordozza, hogy a lehető legnagyobb mértékben, s mindenre kiterjedően szabályozott térré váljék, olyanná, amiről még soha nem volt tudomásunk, s ami még sohasem és sehol nem létezett történelmünk során.* (Lessig, 1998 idézi: Gyekiczky, 2020). Lekövetheetlen, éppen ezért átláthatatlan, és mivel átláthatatlan, nem biztonságos. Az adatok védelméért tett erőfeszítések végül a *biztonság* vagy *átláthatóság paradoxonjába* fulladnak; minél inkább szeretnénk az adatok biztonságát, azaz átláthatóságát, követhetőségét, annál kevésbé biztonságosak az adatok, mert átláthatók és elérhetők bárki számára.

Az *információ paradoxonja* egy átfogó kifejezés arra, hogy a *hálózati társadalomban* áramló információk kiszámíthatatlanul viselkednek és folyamatosan létrehozzák a társadalom feszültségeit. A problémát az okostelefon súlyosbítja, ugyanis mindez

jóval közelebb kerül az ember személyes tereihez és idővilágához, ráadásul a paradoxonok következményei is sokkal gyorsabban érik el őt. Az információ-paradoxon egyik aspektusa az információk keletkezésére és terjedésére vonatkozik; azt látjuk ugyanis, hogy bár minden eddiginél nagyobb és könnyebben elérhető információ áll rendelkezésre, mégis a dezinformációk, álhírek virágkorát, a felületesség és információs zavar korszakát éljük. A hamis információk terjedése tulajdonképpen nem lekövethető, egyszerűen nem ellenőrizhető. Ezt már évtizedek óta állítják a kutatók, mégis azt látni, hogy az álhírek sikere töretlen, sőt, a COVID-19 kapcsán ez a zavar soha nem látott magasságokba csapott. Az információ-paradoxon leírható két (önmagában már paradoxon) hatással, az egyik a közgazdaság számára ismert *viSSzapattanó hatás*, amely azt fejezi ki, hogy minél inkább törekszik valaki egy erőforrás kímélésére, az még inkább a kimerítést eredményezi. A másik az elsősorban pszichológiában ismeretes *ironikus ellenhatás* jelensége, „amikor is a szándék a kívánt esemény, a kitűzött cél ellentétét eredményezi” (Farkas, 2021, 11-12). Valami misztikumról, anomáliáról van szó, amely az információ, az információn keresztül pedig a zsebünkig, az okostelefonig húzódik.

Konklúzió

A négy probléma tárgyalásának konklúziója problematikus, mondhatni; paradoxon. A paradoxonok minduntalan előre tolaKodó fenoménként jelentek meg a problémák feltérképezése során. Hálózati társadalmunkban a kategóriák átlépnek egymásba, a társadalom etikai problémája egyszerre foglalja magába az előző hármát: a hagyományos *társadalmak* intézményeit az információ mozgása (és paradoxonjai) alakítja át; a *közösségek* lételeme az internet lesz, amely ezt a hálózatiságot megvalósítja (és paradoxonná teszi); átalakul az *én* struktúrája is, a család színterén, a képernyőkön keresztül; végül létrejön egy új, sajátos *idő*struktúra, amely egyrészt az idő felgyorsulását, másrészt a sorrendiséget, egymásutániséget szünteti meg, átadva a végtelen (virtuális) térnek, amely magába olvasztja az időt, létrehozva – paradox módon – az időtlen időt a hálózati társadalomban (Castells, 2005 nyomán).

Irodalom

- Aeon, B., Faber, A., Panaccio, A., & Pérez-Gonzalez, J.-C. (2021). Does time management work? A meta-analysis. *PLoS One*, 16(1). Doi: 10.1371/journal.pone.0245066
- Al-Habaibeh, A., Watkins, M., Waried, K., & Javareshk Bathaei, M. (2021). Challenges and opportunities of remotely working from home during Covid-19 pandemic. *Global Transitions*, 3, 99-108. Doi: 10.1016/j.glt.2021.11.001
- Augustinus, A. (1987). *Vallomások*. Gondolat Kiadó, Budapest.
- Berán, E., Unoka, Zs., Soltész, P., Rácz, A., Kardos, P., & Pléh, Cs. (2017). Az ego-központú szociális háló és a kötődési stílus összefüggései. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 72(4), 47-68. Doi: 10.1556/0016.2017.72.1.4
- Broadband Search. (2022, January 16). *Average Time Spent Daily on Social Media (Latest 2022 Data)*. Elérés: <https://www.broadbandsearch.net/blog/average-daily-time-on-social-media>
- Carr, N. (2014). *Hogyan változtatja meg agyunkat az internet? – A sekélyesek kora*. HVG könyvek, Budapest.
- Castells, M. (2005). *Az információ kora. Gazdaság, társadalom, kultúra 1. kötet. A hálózati társadalom kialakulása*. Gondolat Kiadó, Budapest.

- Charness, N., & Bosman, E. A. (1992). Human factors and age. In F. I. M. Craik & T. A. Salthouse (Eds.), *The handbook of aging and cognition*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum. 495–551.
- Clark, A. J., & Chalmers, D. (1998). The Extended Mind, *Analysis*, 58, 7–19.
- Cosmides, L., & Tooby, J. (2004). Evolúciós pszichológia – alapozó kurzus. In Pléh Csaba, Boros Ottilia (Eds.), *Bevezetés a pszichológiába*. Osiris Kiadó, Budapest, 38–58.
- Csépe, V. (2001). Kognitív fejlődés és mobil információs társadalom. In: Nyíri, K. (Ed.), *Mobil információs társadalom. Tanulmányok*. Budapest: Westel, MTA Filozófiai Kutatóintézet, 75–82.
- Datareportal. (2023, June 28). *Digital 2023: Global Overview Report*. Elérés: <https://datareportal.com/reports/digital-2022-global-overview-report>
- Demetrovics, Z. (2013). *Viselkedési addikciók: spektrumszemléletű kutatások*. Akadémiai doktori értekezés. Letöltés: http://real-d.mtak.hu/656/7/dc_372_12_doktori_mu.pdf
- Donald, M. (2001). *Az emberi gondolkodás eredete*. Osiris tankönyvek, Budapest.
- Farkas, A. M. (2021). *Céljainkon túl 21. századi buddhista tanulmányok a tudat, az idő és a valóság természetéről*. A tan kapuja. Budapest.
- Gazzaley, A., & Rosen, L. D. (2016). *The Distracted Mind. Ancient Brains in a High-Tech World*. The MIT Press. Cambridge, Massachusetts, London, England.
- Gyekiczky, T. (2020). *A digitális társadalom olvasatai – I. Jogászvilág*. Letöltés: https://jogaszvilag.hu/vilagjogasz/a-digitalis-tarsadalom-olvasatai-i/#_ftn15
- Hafner, Z. (Ed.) (1993). *Pilinszky János összegyűjtött művei. Tanulmányok, esszék, cikkek 1. (1941-1965)*. Osiris kiadó, Budapest.
- Heidegger, M. (1989). *Lét és idő*. Gondolat kiadó, Budapest.
- Heidegger, M. (2001). *A fenomenológia alapproblémái*. Osiris kiadó, Budapest.
- Heidegger, M. (2004). *A metafizika alapfogalmai. Világ, végesség, magány*. Osiris kiadó, Budapest.
- Lévinas, E. (1994). *Az Arc mezeitelensége*. Riporter: Nemo Philippe. Fordította: Mártonffy Marcell. *Műhely, 1994(1)*, 4–8.
- Kierkegaard, S. (1978). *Vagy-vagy*. Gondolat, Budapest.
- Kiss, H. (2021). *A problémás internet-, okostelefon- és közösségi média-használat jellegzetességei, protektív és rizikótényezői a fiatalok körében*. PhD-értekezés.
- Kovács, K., Krajcsi, A., & Pléh, Cs. (2002). *Mobilhasználat, időgazdálkodás és extravertió*. In: Mobilközösség - mobilmegismerés: Tanulmányok. A 21. század kommunikációja. MTA Filozófiai Kutatóintézet, Budapest, pp. 179–200.
- Kovács, V. (2020). *Mégis, minek az okosteló a hajléktalanoknak, meg a cigánytelepre?* Mércse.
- Koronczai, B. (2013). *A problémás internethasználat és internetfüggőség mérése, valamint személyiségpszichológiai jellemzői*. PhD értekezés. Eötvös Loránd Tudományegyetem, Pedagógiai és Pszichológiai Kar, Budapest.
- Kraut, R., Kiesler, S., Boneva, B., Cummings, J., Helgeson, V., & Crawford, A. (2002). Internet paradox revisited. *Journal of Social Issues*, 58, 49–74. Doi: <https://doi.org/10.1111/1540-4560.00248>
- Lee, C., & Lee, S-J. (2017). Prevalence and predictors of smartphone addiction proneness among Korean adolescents. *Children and Youth Services Review*, 77, 10–17. Doi: [10.1016/j.childyouth.2017.04.002](https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2017.04.002)
- Müller, M., Sindermann, C., Rozgonjuk D., & Montag C. (2021). Mind-Wandering Mediates the Associations Between Neuroticism and Conscientiousness, and Tendencies Towards Smartphone Use Disorder. *Frontiers of Psychology, Personality and Social Psychology*. Doi: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.6615>
- Németh, A. (2010). *Emberi idővilágok. Pedagógiai megközelítések*. Gondolat, Budapest. 54–60.
- Nyíri, K. (2006). *Mobiltárs a szélessáv sodrában*. In: SHAPES OF THINGS TO COME – Die Zukunft der Informationsgesellschaft, lefordított konferenciaszöveg.

- Nyíri, K. (2010). Mobilvilág a kapcsolat és közösség új élményei. Magyar Telekom Nyrt, Budapest.
- Orehek, E., & Human L. J. (2016). Self-Expression on Social Media: Do Tweets Present Accurate and Positive Portraits of Impulsivity, Self-Esteem, and Attachment Style? *Personality and Social Psychology Bulletin*, 43(1), 60–70. Doi: 10.1177/0146167216675332
- Rab, Á. (2015). A digitális kultúra hatása az emberi viselkedésre a gamifikáció példáján keresztül. Doktori értekezés. Budapest.
- Schwendtner, T. (1999). A filozófia és a mély unalom. A metafizika kezdetének problémája Heidegger 1929/30-as előadásaiban. *Magyar filozófiai szemle*, 6, 801-826.
- Shapiro, M. L. (2019). Time is just a memory. *Nature Neuroscience*, 22, pp. 151–153.
- Song, I., LaRose, R., Eastin, M. S., & Lin, C. A. (2004). Internet gratifications and Internet addiction: On the uses and abuses of new media. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 7, 384–394. Doi: 10.1089/cpb.2004.7.384
- Sorbán, K. (2019). A videómegosztóplatform-paradoxon, avagy az új európai szabályok alkalmazhatósága a globalizáció és az eltérő tagállami implementáció keresztmetszetébe. In *Medias Res*, 7(2), 210-229.
- Szőke-Milinte, E. (2020). Információ-média(tudatosság)-műveltség. A Z generáció tanulása. Pázmány Péter Katolikus Egyetem, Budapest.
- Toffler, A. (1984). *Future Shock*. Bantam Book, New York.
- Zuboff, S. (2018). *The Age of Surveillance Capitalism: The Fight for a Human Future at the new Frontier of Power*. PublicAffairs, New York.