

Beden Odağında COVID-19 Salgını: Dijitalleşme, Gözetim ve Öz-takip

COVID-19 Pandemic With a Focus on Body: Digitalization, Surveillance, and Self-Tracking

Hilal ULUDAĞ  Serap GÜN 

Araştırma Makalesi | Research Article

Başvuru Received: 06.12.2022 ■ Kabul Accepted: 12.06.2023

ÖZ

COVID-19 salgınıyla beden, özellikle virüsün fiziksel etkileri doğrultusunda, hastalık-sağlık zemininde merkezi bir unsur olmuştur. Ancak beden, salgınla değişen toplumsalın, ilişkilerin, politikanın, iktidar mekanizmalarının, güvenliğin ve teknolojilerin de odağında konumlanmaktadır. Salgın sürecinde toplumsal bir varlık olarak bedeni dijitalleşme, gözetim ve öz-takip (kendi kendini izleme) bağlamında değerlendirmeyi amaçlayan bu çalışma; salgın tedbirleri kapsamında uygulanan kural ve kısıtlamaların, artan dijital teknoloji kullanımının, verileştirmenin, ölçmenin ve nicelleştirmenin bedene olan etkilerini literatür ile dünyada ve Türkiye’de salgın boyunca geliştirilen uygulama ve yaklaşımlar çerçevesinde analiz etmektedir. Çalışma, salgınla mücadelede takip, kayıt altına alma ve kontrol etme amaçlarıyla dijital teknolojilerden faydalanmanın arttığını; bu durumun salgın yönetiminde hızlı ve etkin çözümler üretilebilmesini mümkün kıldığını göstermiştir. Ayrıca salgınla birlikte kesintiye uğrayan gündelik hayatın sürdürülebilmesinin kolaylaştırıcı bir yolu olarak dijital araç ve uygulamaların kullanımı yoğunlaşmış; toplumsal ilişkiler ve eylemler büyük ölçüde dijital aracılı hale gelmiştir. Fakat diğer yandan meşruluğunu sağlık üzerinden kuran salgın tedbirleri, bedenin gözetlenmesi, kontrol edilmesi ve verileştirilmesi risklerini de beraberinde getirmiş; bireyler öz-denetim talebiyle kendi kendilerini izlemeye (öz-takibe) ve nicelleştirmeye yönelmişlerdir. Bu eksende çalışma, bir uçta dijitalleşmenin salgın sırasındaki katkıları diğer uçta ise verileştirmenin veri mahremiyetini/gizliliğini ihlal edebilecek biçimde salgın sonrasında da sıradanlaşarak süreklileşmesi potansiyeli arasında COVID-19 sürecini sorgulamaya açmıştır.

Anahtar Kelimeler: COVID-19 Salgını, Beden, Dijitalleşme, Gözetim, Öz-takip (Kendi Kendini İzleme).

ABSTRACT

With the COVID-19 pandemic, the human body has assumed a major role in the disease-health domain, particularly in relation to the physical impacts of the virus. Yet, the body is also at the core of the pandemic’s effects on society, interactions, politics, power mechanisms, security, and technology. This study aims to assess the body as a social entity during the pandemic process in the context of digitalization, surveillance and self-tracking, analyzes the effects of the rules and restrictions implemented within the purview of pandemic measures, elevated use of digital technology, datafication, measurement and quantification on the body, in light of the literature, applications and approaches developed in both Turkey and worldwide. The research demonstrated that the use of digital technologies for monitoring, documenting, and controlling has grown in the fight against the pandemic. This condition enables the development of quick and efficient solutions. In addition, the pandemic has increased the use of digital tools and applications as a means of sustaining the interrupted everyday life; social relations and behaviors have become digitally mediated to a considerable extent. While individuals have gravitated to self-tracking and quantification in response to the need for self-control, pandemic measures that build their legitimacy via health have been accompanied by the risks of surveillance, monitoring, control, and datafication of the body. On the one hand, the research has prompted the COVID-19 process to be called into doubt by thoroughly examining the contributions of digitalization throughout the pandemic, and datafication’s potential to become routine and ongoing after the pandemic, which might breach data privacy on the other end.

Keywords: COVID-19 Pandemic, Body, Digitalization, Surveillance, Self-Tracking.

Giriş

Koronavirüs hastalığıyla (COVID-19)¹ insanlığın ilk karşılaşmaları, yolda yürürken yere yığılan virüsle enfekte olmuş, tehlikeden korunmak için maske, eldiven, siperlik ve özel giysileriyle sağlık personellerinin izolasyon sedyelerinde taşıdıkları 'riskli beden'lere dair panik ve korku yaratan sunumlar şeklindeydi. Sonrasında virüsün öldürücülüğüne işaret eden yoğun bakımlarda solunum cihazlarına bağlı, yaşama tutunmaya çalışan 'hasta beden'lerin görüntüleri sıkça karşımıza çıktı. İlerleyen süreçlerde Koronavirüsün temas ve hava yoluyla bulaştığına yönelik açıklamalar neticesinde beden, ellerin daha sık yıkanmasından fiziksel mesafenin korunmasına, maske kullanımından, PCR testi uygulamalarına, ilaç tedavilerinden aşı tartışmalarına kadar hijyen ve sağlığın korunması söylemleriyle salgın sürecinin merkezinde yer aldı. Ancak, bu merkezilik, bedeni çoğunlukla sağlık/tıp bağlamında, virüse maruziyet, tedavi ve bakım ihtiyacı sorunsalıyla, hasta söylemi etrafında, vaka ve ölüm sayıları ekseninde, niceliksel birimler olarak ele almanın ötesine geçemedi. Oysa beden, salt hastalığa maruz kalmak veya hastalığı taşımak, bulaştırmak gibi fiziksel boyutuyla değil aynı zamanda hastalığa yönelik tüm tedbir, kısıtlama, yeni 'normal'leştirme, dijital teknolojik gelişmeler doğrultusunda artan gözetim ve kontrol uygulamalarının öznesi ve

nesnesi, değişen gündelik hayat pratikleri ve sosyal ilişkilerin üreticisi ve taşıyıcısı olmak gibi kültürel, sosyal ve politik bakımlardan da salgın sürecinin odağı konumundadır. Salgında sadece ulusal sınırlar veya kurumlar kapatılmamış, "aynı zamanda getirilen çoklu hijyen önlemleriyle kontrol altında tutulması gereken bireysel bedenler de özel olarak etkilenmiş", sürekli olarak "bedenlerin dış sınırlarının yönetilmesi" vurgulanmıştır (Pfaller, 2020: 824). Salgınla beraber, sağlıklı olma halini korumak öncülüyle gündelik hayatlarımızdaki sıradan olanın norm dışı görülmeye başlanmasına tanıklık edilmiş; bulaşıcılık riski, vaka sayıları, ölüm oranları arttıkça salgına ilişkin kaygı ve endişeler de artarak sağlık idealini gerçekleştirmek ve düzeni sağlamak için toplumsal yaşama daha önce var olmayan normlar dahil olmuştur. Yeni normal olarak adlandırılan bu dönem, dijital teknolojilerin de yoğunlaşan kullanımıyla birlikte bedensel faaliyetler, pratikler, formlar ve davranışlarda değişiklik talebini ortaya çıkarmış; bedene ilişkin yaklaşımı dönüştürmüştür. Dolayısıyla beden, salgın sürecinde yaşanan sosyal değişimin somutlaştığı mekandır ve bu sebeple Dougherty (2020)'nin vurguladığı gibi, çerçeveyi, hastane odalarında izole edilmiş hasta bedenlerden, bedenleşmiş sosyal deneyimlerin hastaneyi aşan özelliklerine doğru genişletmek gerekmektedir. COVID-19 salgını sürecini beden ve toplum etkileşimi zemininde ele alan bu çalışma, literatür ve salgın süresince geliştirilen uygulama, yaklaşım ve pratikleri inceleyerek, dijitalleşmenin artan şekilde toplumsalın her alanına dahil olması ekseninde dijital teknolojilerin salgındaki rolünü tartışmaya açmakta; salgında başvuru gözetim, izleme ve kontrol uygulamalarını değerlendirmekte; bir öz-gözetim biçimi olarak kendi kendini izlemeyi (öz-takibi) ve salgının bedenlerimizle ilişkilendirme biçimlerimizi nasıl etkilediğini irdelemektedir.

Salgın Sürecinde Gözetim ve Sağlığı Koruma Araçları Olarak Dijital Teknolojiler

Günümüzde teknolojik gelişmelerin ivmesinin daha önce hiç olmadığı kadar artması bir taraftan gündelik hayatı kolaylaştırıp rahatlatırken, diğer taraftan gözetimi yaygınlaştırması sebebiyle tartışılmaktadır. Sürekli izlemeye imkan

1 Çin'in Wuhan eyaletinde Aralık 2019 sonlarında ortaya çıkan ve Dünya Sağlık Örgütü (WHO) tarafından 13 Ocak 2020'de SARS-CoV-2 virüsünün neden olduğu bulaşıcı bir hastalık olarak tanımlanan Koronavirüs hastalığı, kısa sürede tüm dünyaya yayılarak küresel ölçekte bir salgın haline dönüşmüş ve bugüne değin 500 milyonun üzerinde insana bulaşmış, 6 milyonu aşkın insanın ölümüne sebep olmuştur. Güncel istatistikler ve detaylı bilgi için ilgili kaynaklara bakılabilir: Worldometer. (2022, Mayıs 6). COVID-19 Coronavirus pandemic statistics. <https://www.worldometers.info/coronavirus/> Detaylı bilgi için ilgili kaynaklara bakılabilir: World Health Organization. (2020a). Coronavirus disease (COVID-19). https://www.who.int/health-topics/coronavirus#tab=tab_1; T.C. Sağlık Bakanlığı. (2020a). COVID-19 nedir? <https://covid19.saglik.gov.tr/TR-66300/covid-19-nedir.html>

sağlayan mobil cihazlar, bilgisayarlar, güvenlik kameraları, giyilebilir teknolojiler aracılığıyla verilerimiz eş zamanlı toplanmakta, bu veriler doğrultusunda gözetim, kontrol, denetim ve hatta yönlendirme mümkün olmakta ve normalleşip sıradanlaşmaktadır. İktidarı sürekli yeniden kurmanın temel yolu olarak veri kaynağı haline gelen gündelik hayat aktivitelerinin mecrası bedendir. Toplumsal yaşama ilişkin her türlü gözetleme, kısıtlama ve düzenleme bireylerin bedenlerinde cisimleşir; bedenlere yüklenen anlamlar, etiketler, bedensel eylemler ve uygulamalar bu doğrultuda farklılaşır.

Foucault (2002: 44), “iktidar -en azından belli bir ölçüde- bedenimizden geçiş yapar ya da yayılır” diyerek, beden ve politika arasında ilişki kurduğu biyopolitika kavramını temellendirir. Biyopolitika, “18. yüzyıldan itibaren, yönetim pratiğinin nüfusu oluşturan canlıların karşılaştığı sorunları (sağlık, hijyen, doğum oranı, yaşam süresi, ırklar...) akılsallaştırma çabası”dır (Foucault, 2015: 263). Onun odağı bireysel bedenlerin ötesinde nüfustur, çok sayıdaki bedendir. İktidarını doğum, hastalık oranları, biyolojik yetersizlikler gibi bilgiler üzerinde inşa eden biyopolitika; istatistiki tahminler, çıkarımlar, küresel önlemlerle genel durumu saptamayı ve buna müdahale etmeyi amaçlamaktadır. Gerek hastalık oranlarının düşürülmesi, yaşam süresinin uzatılması, gerek doğum oranlarının arttırılması yoluyla yaşam, ölüm, sağlık durumu, üreme gibi nüfusun biyolojik süreçleri ilgi konusu olmakta, bunların -daha ziyade bunların oranlarının- düzenlenmesi ve kontrol altına alınması iktidar kurmanın temel bir biçimi haline gelmektedir. Dolayısıyla Foucault'nun tarihsel olarak kavramsallaştırdığı üç iktidar tipinden sonuncusu olan, biyopolitika ile şekillenen bu düzenleyici iktidar teknolojisi, ilk iktidar tipi olan ve cezalandırma yöntemi şiddete dayanan, “öldüren ya da hayatta bırakan” hükümdarlıktan farklı olarak yaşamı hedeflemekte, “yaşamakta ve ölüme bırakmakta”, ölüm üzerinde değil yaşam üzerinde iktidar kurmaktadır (Foucault, 2002: 250-252). Diğer taraftan düzenleyici iktidar ile bireysel bedenlerin denetimine odaklanan ikinci iktidar tipi olan disiplin iktidarı farklı düzeylerde olduklarından birbirlerine eklenilebilir özellik taşırlar. Böylece

bedene ve nüfusa yönelerek birlikte çalışırlar (Foucault, 2002: 256). Foucault'cu bir okumayla, COVID-19 süreci de bu iktidar mekanizmalarının yaşamlarımız üzerindeki hakimiyetinin sıradan zamanlarda olduğundan daha da açık bir şekilde gözler önüne serildiği, biyopolitikanın amacının billurlaştığı bir dönem olmuştur. Salgının başlangıcından itibaren farklı devletler nüfusun çoğunluğunu yaşatma gayreti taşımış, sağlıklı olma halinin korunmasını sağlamaya çalışmış, pek çok farklı kanal aracılığıyla veri toplamayı, gözetimi ve takibi yaygınlaştırmış, aktif olarak istatistikten faydalanmış, kurallardan yasaklara ve cezalara giden bir doğrultuda nüfusun bedensel pratik ve eylemleri kontrol altına alınmış ve alınan tüm bu önlemler, düzenlemeler ve denetim rasyonalize edilmiştir.

Foucault (1992: 251-257), günümüzde iktidarın dışarıdan değil içeriden yani güç kullanmadan, insanların bizatihi kendilerini disipline etmeleri yoluyla “gerçek bir tabi olma durumu” yarattığını ifade eder ve bu çözümlenmesinde rızayı sağlayan temel mekanizma olarak karşımıza hiyerarşik gözetim çıkar. Hiyerarşik gözetimi açıklamada Bentham'ın, hücrelerden oluşan ışıklandırılmış halka şeklindeki bir binanın ortasında bir izleme kulesinin yer aldığı ve kuledeki gözetmenin hücrelerdeki, onlara görünmeden gözetleyebildiği bir mimari biçim olarak tarif ettiği “panoptikon” imgesini kullanan Foucault'ya göre, gözlenenlerin gözlenip gözlenmediklerini hiçbir zaman bilmedikleri fakat her zaman gözlenme ihtimallerinin olduğu bu düzenlemenin amacı, gözlenenler üzerinde iktidarın adeta bir makine gibi otomatikleşmesini sağlayan daimi görülebilirlik kurmaktır. Böylece gözetim sürekli olmasa dahi -ki bu gerekli değildir- süreklilik kaygısı yaratılarak gözlenenler zor kullanılmaksızın iktidara tabi kılınmakta; hatta iktidar ilişkisini iktidarı tatbik edenden bağımsız olarak kendi içlerinde, kendi kendilerine kurup biçimlenmeleri sağlanmaktadır. Diğer yandan, sistematik olarak gözlemenin de verdiği imkanla gözlenenler nesneleştirilerek kaydedilmekte, haklarında devasa büyüklükte veri toplanmakta, farklılıkları belirlenip sınıflanmakta, düzenlenmekte ve etkin bir şekilde denetlenip dönüştürülebilmektedir.

Dolayısıyla bilgi ile iktidar arasında doğrudan bir ilişki bulunmakta, bir yandan iktidar sürekli olarak bilgi üretirken, diğer yandan bilgi iktidarın sağlanmasının ve sürdürülmesinin, rıza üretiminin temel ayaklarından biri haline gelerek toplumda normal ve anormal olanın tanımlanmasında iş görmekte; yaygınlaşan ve süreklileşen gözetim mekanizmalarıyla insanların içselleştirerek norm sınırlarında kalmaları sağlanmaktadır. Bu ekseninde günümüz toplumunda bilgi, iktidarın meşruiyetini sağlama işlevi üstlenmektedir.

Gözetimi sürdürmenin güvenlik, refah gibi diğer farklı meşruluk zeminlerine benzer olarak COVID-19 salgını süreci, sağlık meşruluk zemininde yükselmiştir. Öncelikle sağlıklı bağlantılı olarak tıp alanının bilgisinden ve istatistiki göstergelerden faydalanılmış, alınan önlemler bilgi temeline dayandırılmıştır. Ardından bireylerin hastalıktan korunabilmesi, hastalığın bulaşıcılığının engellenmesi, hasta bireylerin iyileşebilmesi ve ideal sağlıklı bireyler olarak kalabilmeleri için bedenlerin, bedensel faaliyetlerin ve pratiklerin yeniden düzenlenmesi gerektiğine karar verilmiş ve buna yönelik kurallar ve uygulamalar geliştirilmiştir. Dünya Sağlık Örgütü başta olmak üzere çeşitli sağlık otoriteleri, Koronavirüsü yeni bilgiler ekseninde sürekli güncellemelerle bilimsel olarak açıklamış, virüsün kaynağı ve yayılım koşulları, virüs önlemleri ve virüsün bulaşmasını azaltmak veya engellemek için yapılması gerekenler bilimsel dayanaklarla değerlendirilmiştir. Bu doğrultuda henüz Dünya Sağlık Örgütü tarafından acil durum ilan edilmeden ve Türkiye’de herhangi bir vaka görülmeden önce, 10 Ocak 2020’de “vatandaşların doğru bilgilendirilmesi” ve Koronavirüsle “mücadele yöntemlerinin belirlenmesi” amaçlarıyla T.C. Sağlık Bakanlığı tarafından Tıp Fakültelerinin enfeksiyon, viroloji, mikrobiyoloji, epidemiyoloji, acil tıp, yoğun bakım, göğüs hastalıkları ve iç hastalıkları gibi alanlarında uzmanlaşmış akademisyenlerden oluşan Bilim Kurulu kurulmuş (Anadolu Ajansı, 24 Mart 2020; T.C. Sağlık Bakanlığı, 31 Ocak 2020), hemen 2019-nCoV Hastalığı Rehberi² yayınlanmış; rehberde

2 Detaylı bilgi için ilgili kaynağa bakılabilir: T.C. Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü. (2020). 2019-

virüse dair bilgiler, vaka takibine, izolasyona, hastaların bakım ve tedavisine ilişkin açıklamalar ve alınması gereken önlemlere yer verilmiştir. Kurul, gerek bilgilendirme gerekse de tavsiye kararlarıyla salgın sürecinin yönetiminde etkin bir rol üstlenmiş, tedbirlerin bilimsel dayanağının teşkil edilmesini sağlamıştır. Yine bu amaçla, T.C. Sağlık Bakanlığının COVID-19 Bilgilendirme Platformu³ da güncel vaka, vefat, iyileşen sayısını içeren COVID-19 tablosu, COVID-19 değerlendirme kriterlerine göre oluşturulan iller düzeyindeki risk haritası ve aşı tablosu yayınlamak istatistiki veriler paylaşmış; rehberler, afişler, kitaplar, broşürler, videolar, COVID-19 sözlüğü, halka ve sağlık personeline yönelik bilgilendirme içerikleri ile tedaviye ve kullanılan ilaçlara ilişkin dokümanlar yayınlamıştır. Böylelikle bilgi, salgının öğrenilmesi, salgın sebebiyle çeşitli pratik ve eylemlerin değiştirilmesi ve salgına yönelik alınan karar ve uygulamaların kabul görüp içselleştirilmesinde önemli bir işleve sahip olmuştur.

Salgın sürecinde virüsle mücadelede alınan önlemlerin gerekçelendirilmesi bir diğer taraftan, salgının açıklanmasında sıklıkla biyolojik bir kavram olduğu varsayılan bağışıklığa savaş terimlerinin dahil edilmesi vasıtasıyla gerçekleştirilmiştir. Gerek Boris Johnson, Xi Jinping, Donald Trump, Emmanuel Macron gibi siyasi aktörler gerekse de salgın alanında çalışan sağlık profesyonelleri COVID-19’u yenilmesi gereken “istilacı bir düşmana” benzetmiş, salgına “savaş” açılması minvalinde açıklamalar yapmış, alınan salgın kısıtlamaları ve önlemlerini elimizdeki “silahlar” olarak anmış, salgın ile mücadelede doktor ve sağlık çalışanlarının “ön cephede” yer aldığı “savaşçılara”, “orduya” olan ihtiyaçtan söz etmişlerdir. Böylece, savaş retoriğinin kullanılmasıyla durumun vehameti vurgulanmış; toplumu savunmak, bağışıklığı korumak amaçlarıyla önlemlerin dayanağı inşa edilmiş; bağışıklık veya bedenlerin hastalıktan

nCoV hastalığı sağlık çalışanları rehberi. https://hsgm.saglik.gov.tr/depo/haberler/ncov/2019-nCov_Hastal_Salk_alanlar_RehberiV1.pdf

3 Detaylı bilgi için ilgili kaynağa bakılabilir: T.C. Sağlık Bakanlığı. (2020b). COVID-19 Bilgilendirme Platformu. <https://covid19.saglik.gov.tr/>

korunması için, “benlik” ile “öteki”nin, “organizma” ile “yabancı olanın” sınırlarının belirlenmesi gerekliliğinin sürekli olarak altının çizilmesi bu konudaki toplumsal kabulü kolaylaştırmıştır (Ajana, 2021). Ayrıca Furedi (2001: 8-9, 23-24)’nin kavramsallaştırmasıyla “korku kültürü”nün hakim olduğu günümüz Batı toplumlarında “insanın gündelik yaşamını tehdit eden yok edici güçlerle kuşatılmış olduğu inancıyla” güvenliğin/güvenliği sağlamanın adeta bir din gibi temel değer haline gelmesi, pek çok kısıtlama ve kuralın güvenlik gerekçesiyle meşrulaşmasını sağlamaktadır. Esasen korku, “beklenmedik ve öngörülemez bir durumla karşılaşan insanın, zihnini yoğunlaştırmasını sağlayan bir mekanizmayken” ve kişisel deneyimlerle ilişkiliyken, bu toplumlarda insanlar sürekli olarak kişisel deneyimlerin ötesindeki herhangi bir şey hakkında paniğe kapılmakta; korku yaygınlaşarak her alana hakim olmakta; güvenlik saplantısı oluşmaktadır. Çoğunlukla rasyonel bir dayanağı olmadığı halde daimi olarak risk altında bulunduğu düşüncesiyle riskten kaçınma temel motivasyon haline gelmektedir. COVID-19 salgını ekseninde oluşan korku da bireylerin Koronavirüse ilişkin bireysel olumsuz deneyimlerinin veya tanıklıklarının ötesinde Koronavirüsün etkileri ve sonuçlarına dair olası senaryolarla kısa sürede hızlıca çoğalmış, toplumsal paniği kışkırtmıştır. “Toplumun kendi kendini korkutma kapasitesinin büyüklüğüne” paralel olarak her geçen gün yeniden üretilen korkuyla varsayılan tehlikelere yönelik spekülasyonlar artmıştır (Furedi, 2001: 13-15). Toplum bu hezeyan anında güvenlik endişesiyle özgürlüklerinin kısıtlanması pahasına COVID-19 kapsamındaki her türlü önlem ve uygulamaya rıza gösterir hale gelmiştir. Bu eksende Furedi (2020), “COVID-19 paniğiyle yaşamları hakkında korku duyan insanların güvenlik garantisi karşısında özgürlüklerini takas etmeye yönelik isteklilikleri” nedeniyle salgının insan sağlığı için oluşturacağı tehditte daha fazla demokrasi ve özgürlük idealinden uzaklaşmaya yol açacağı konusunda kaygı duyduğunu ifade etmektedir. Ona göre, salgın süresince geliştirilen önlemlerden bazıları salgın tahribatından korunmak için işlevsel olsa da temel sorun bu önlemlerin uygulanmasından

ziyade gerekliliği ve özgür bir toplumun geleceği için muhtemel etkilerinin tartışmaya açılmasıdır (Furedi, 2020). Aksi halde COVID-19 sonrası gelecek, halk sağlığının, sağlığı ve yaşamı korumaya dönük odağını insanların eylemlerini ve yaşam tarzlarını yeniden düzenlemeye çevirdiği bir biçime evrilecektir (Furedi, 2021: 3). Zira COVID-19 süreciyle birlikte, salgına yönelik kısıtlamalar, sosyal mesafe sınırı, maske takılması, karantina uygulamaları, sağlık kodu kullanımı, belirli gruplar için özel önlemler, aşı politikaları (aşıya teşvik, aşı kartı uygulaması vs.), seyahat engelleri ve sınırların kapatılması yoluyla sağlık için bireylerin bedenleri sınırlama, takip ve izlemeye daha açık hale gelmiş; tüm bu düzenleme ve uygulamalar, daha fazla veri toplanabilmesini mümkün kılmıştır. Başka bir ifadeyle gözetim ve denetime rıza gösterilmesi, sağlığın korunması pahasına adeta zorunlu bir tercih olmuş, sağlığın karşısında mahremiyet kaygıları ortaya çıkmıştır.

Koronavirüsün tanımlanmasının hemen akabinde, ülkeler arası bazı farklılıklar olmakla birlikte tüm dünyada, salgının yayılmasının önlenmesi ve kontrol edilmesinde büyük veri ve yapay zeka destekli dijital teknolojiler sağlıkla ilgili verilerin sistematik olarak toplanıp gerçek zamanlı analiz edilmesi, vaka tespiti, temas takibi, izleme, karantina ile kendi kendine izolasyon ve halkla iletişim konularında yoğun olarak kullanılmaya başlamıştır. Bu süreçte, COVID-19 veri panoları, göç haritaları, makine öğrenmesi, giyilebilir teknolojiler ve akıllı telefonlar yoluyla gerçek zamanlı konum verileri, GPS (küresel konumlandırma sistemi), termal kameralar, dijital termometreler, cep telefonu ve teletıp uygulamaları gibi çok sayıda dijital teknolojiye başvurulmuştur (Budd vd., 2020; İbrahim, 2020; Ioannou ve Tussyadiah, 2021; Whitelaw vd., 2020). Batı’da, Amerika Birleşik Devletleri (ABD), Almanya, Fransa, İtalya, İspanya ve Birleşik Krallık’ın arasında olduğu bazı ülkelerde kişisel verilerin korunmasına ilişkin mevcut yasal düzenlemelerin varlığı teknolojilerin seçici bir şekilde kullanılmasını gerektirmiş; anonim veri toplanarak teknolojik yaklaşımlarla birlikte bölgesel veya tüm ülkenin karantina altına alınması gibi geleneksel uygulamalar tercih edilmiştir (DeCell, 2020; Kummitha, 2020: 5-6).

Bu minvalde, İtalya ve Almanya, katı bir teknoloji politikasıyla, insanları doğrudan cep telefonlarına erişip izlemek yerine, mobil operatörlerden salgının yaygın olduğu bölgelerdeki vatandaşların yoğunluk ve hareketleri hakkında anonim ve toplu veri talebinde bulunmuştur. Ayrıca Almanya, pozitif vakaların sağlık görevlileriyle paylaşılması için GPS verilerini toplayıp verilerin kullanım/saklanma süresini 28 gün ile kısıtlayan uygulamalar kullanmış -zira izlemenin ve verilerin kullanılabilirlik süresinin artışı mahremiyete vereceği zararı da arttırma potansiyeli taşımaktadır (Ram ve Gray, 2020: 15)-, yine gönüllülerden anonim veriler toplamayı amaçlayan akıllı saat uygulaması geliştirmiştir. Ancak bu uygulamalara, ülkedeki baskı gruplarının mahremiyet endişesiyle tepki gösterilmiştir (Kelion, 2020, Servick, 2020'den akt. Kummitha, 2020: 5). ABD ise cep telefonu servis sağlayıcılarından toplu konum verilerini almış; veri gözetimi ve analitiği için büyük bir bütçe ayırmış; -her ne kadar anonim olsa da veri mahremiyeti, verinin geleceği, ticari ve politik karşılığı konusundaki tereddütlere rağmen- Facebook, Google ve diğer teknoloji şirketleriyle işbirlikleri kurarak veri toplamıştır (Ram ve Gray, 2020: 3).

Tüm dünyadaki örneklerinin yanında Çin, salgın boyunca mahremiyeti tehdit edecek şekilde gözetim teknolojilerini kullanmanın ve yaygınlaştırmanın, yeniden yapılandırmanın bir nevi prototipi haline gelmiştir. 20. yüzyılın sonlarından itibaren modernleşme projesinin temel aygıtı olarak, nüfusu yönetmede dijital teknolojilerin ve büyük verinin sert bir biçimde kullanıldığı Çin'de (Kim vd., 2021: 4), salgının ilanını takip eden ilk günlerde, ülkenin halihazırda var olan gözetim sisteminden de yararlanılarak enfekte olan kişilerin takibi için pek çok paydaş ve araç bir araya getirilmiş, olağanüstü hal ilan edilerek şehirler tam karantinaya alınmıştır (Kummitha, 2020: 4). Akıllı şehir yatırımları sebebiyle milyonlarca güvenlik kamerası tarafından izlenen şehirlerde, karantınada evden çıkışları engellemek amacıyla hükümet, apartmanlara bir kısmı yapay zeka ve yüz tanıma teknolojisiyle donatılmış CCTV (kapalı devre televizyon) kameraları yerleştirmiştir. Tüm şehirlerde veri toplamak, bireyleri tanımlamak için yapay zekadan faydalanılan ve çok hızlı sonuçlar

veren sensörler kullanılmış; gözetimi sürdürmek, maske ve diğer salgın kurallarına uymayanları ikaz etmek maksadıyla kameralı dronelerin sayısı arttırılmış; vakaların tespitinde çeşitli cihazların verileriyle bireylerin seyahat geçmişleri belirlenmiş, virüsten etkilenen bölgelere gerçekleştirilen seyahatler, ilgili resmi makamlara bildirilmiştir. Dahası, bilhassa son on yılda platformlaşma yoluyla gözetimi yaygınlaştırmanın önemli işbirlikçilerinden olan Alipay ve WeChat gibi Çin'in iki büyük şirketi uygulamalar aracılığıyla toplanan seyahat verilerini hükümete açmıştır (Andrelini, 2019; Jie, 2020; Keegan, 2019; Kharpal, 2020; Kupfes Schmidt ve Cohen, 2020; Liu ve Li, 2020; McCall, 2020'den akt. Kummitha, 2020: 4; Kim vd., 2021: 4). Metro istasyonlarına, halka açık yerlere dakikada yüzlerce kişiyi tarayabilen, temassız, uzaktan vücut sıcaklığını ölçen cihazlar (Jakhar, 2020'den akt. Kummitha, 2020: 4), insanların vücut ısısını gösteren kızılötesi sistemli ekranlar kurulmuş, polis memurları yüksek vücut ısısını beş metreden saptayabilen akıllı kasklar takmıştır. Ayrıca vatandaşlara, seyahat geçmişlerinin ve sağlık durumlarının tespiti için hareketlerinin izlenmesini sağlayan sağlık kodları, QR kodlar (karekodlar) verilmiş, çeşitli mekanlara girişte bu QR kodlar taranmış ve virüs bulaşan herhangi bir kişi tespit edilirse aynı anda aynı mekanda bulunan diğer kişiler durum hakkında bilgilendirilerek karantina uygulanmıştır (Kummitha, 2020: 4-5). Vaka sayısını kısa sürede azaltıp dünyadaki en düşük ölüm oranlarından birine sahip olan, salgının kontrolünde en başarılı ülkeler arasında görülen Güney Kore'de de Çin'e benzer şekilde dijital teknolojiler aracılığıyla izleme adeta gündelik hayatın ayrılmaz bir parçası olmuştur. Dijital teknolojilerin gözetim odaklı kullanımına ilişkin mevcut yaklaşımına paralel olarak Güney Kore, 2015 MERS-CoV (Orta Doğu Solunum Sendromu Koronavirüsü) salgınında geliştirmeye başladığı temas takip (contact tracing) uygulamasını etkin şekilde devreye almış (Kim vd., 2021: 5); salgın süresince cep telefonu konum verilerinden CCTV kameralarına, yüz tanıma teknolojisine, hatta kredi kartı kayıtlarına kadar pek çok kaynağa başvurmuştur. Öyle ki, kişilerin test sonucu pozitifse kimlik ve ikamet bilgileri, dakika dakika

kredi kartı geçmişleriyle hareketliliklerine ilişkin veriler acil cep telefonu uyarıları olarak kamuya açılmış; bazı bölgelerde bu ayrıntılı verilere kişinin binada bulunduğu oda, maske takıp takmadığı gibi bilgiler de eklenmiştir. Veri gizliliğine aykırı bir şekilde kişisel veriler hakkında böylesine çok detay veren bu uygulamanın bir sonucu olarak Koronavirüs geçiren kişilerin imlenip çevrimiçi tacize uğradığı vakalar meydana gelmiştir (Thompson, 2020; Whitelaw vd., 2020: e436).

Dünyadaki salgın yönetimi ile ilgili uygulamaları takiben Türkiye’de Sağlık Bakanlığı tarafından bilişim ve teknolojinin sunduğu imkanlarla, sürecin kontrolü ve takibine destek olmak için Hayat Eve Sığar (HES)^{4,5} uygulaması geliştirilmiş, Nisan 2020’de kullanıma sokulmuştur. Uygulama üzerinden her bireye özel olarak verilen kod aracılığıyla bireylerin risk durumunun tespiti ve virüsün bulaşmasına müdahale etmek için sağlık verileri ile hareketlilik/seyahat verilerinin takibi yapılmış; kontrollü sosyal hayat döneminde toplum sağlığını korumak ve güvenlik amacıyla şehir içi veya şehirler arası toplu taşıma, kamu kurum ve kuruluşları, alışveriş merkezleri gibi kamusal mekanlarda, sinema, konser, tiyatro gibi etkinlik ve toplu organizasyonlarda HES kodu gösterilmesi talep edilmiştir. HES⁶ uygulaması, bireylerin MERNİS (Merkezi Nüfus İdaresi Sistemi)’ten kimliğe ilişkin verilerini, e-Nabız’dan

sağlık verilerini, harita üzerinden eriştiği lokasyon verilerini bir araya getirerek çalışmaktadır. Uygulama vasıtasıyla COVID-19 testi yaptıranların testi sonuçlanana kadar geçici karantinaya alınması, hasta ve temaslıların HES kodu üzerinden takibi ile kişilerin karantina koşullarına uyup uymadığının kontrolü dijital teknolojiler aracılığıyla denetlenmektedir. Ayrıca uygulamada virüsün yoğunluğu doğrultusunda konum odaklı risk haritası oluşturulmakta, bireyler buldukları çevrelerin ne kadar riskli olduğuna ilişkin veriye erişebilmekte ve riske paralel koruyucu önlem ve tedbirlerle karşı karşıya kalmaktadır. Virüsle enfekte olmuş veya enfekte olanlarla temasa geçmiş bireylerin hızlı ve etkin bir şekilde belirlenmesi ve izolasyonun sağlanması için ise dijital teknolojiler filyasyon çalışmalarında da kullanılmış; bu amaçla Türkiye’de FİTAS (Filyasyon ve İzolasyon Takip Sistemi)^{7,8} mobil uygulaması geliştirilerek filyasyon

4 Detaylı bilgi için ilgili kaynağa bakılabilir: T.C. Sağlık Bakanlığı. (2020c). *Hayat Eve Sığar: Güvenli alan-HES kodu- ihbar*. <https://hayatevesigar.saglik.gov.tr/HES.pdf>

5 “Hayat Eve Sığar Mobil Uygulaması, T.C. Sağlık Bakanlığı tarafından Türkiye bölgesi sınırları içerisinde yaşayan vatandaşlarımızı Yeni Koronavirüsü (COVID-19) konusunda bilgilendirmek, yönlendirmek ve yaşanabilecek salgın hastalık ile ilgili riskleri en az seviyeye indirmek ve yayılmasını önlemek amacıyla geliştirilen mobil uygulamadır”.

Detaylı bilgi için ilgili kaynağa bakılabilir: Hayat Eve Sığar Mobil Uygulaması. (2020). <https://play.google.com/store/apps/details?id=tr.gov.saglik.hayatevesigar&hl=tr&gl=US>

6 Detaylı bilgi için ilgili kaynağa bakılabilir: T.C. Sağlık Bakanlığı. (2020d). *Hayat Eve Sığar (HES) uygulaması aydınlatma metni*. https://hayatevesigar.saglik.gov.tr/gizlilik_politikasi_index_V2.html

7 Detaylı bilgi için ilgili kaynağa bakılabilir: T.C. Sağlık Bakanlığı Sağlık Bilgi Sistemleri Genel Müdürlüğü. (2020). *Filyasyon ve İzolasyon Takip Sistemi (FİTAS)*. <https://sbsgm.saglik.gov.tr/TR,73584/fitas.html>

8 “Pozitif hastaların birden fazla kişiye hastalığı bulaştırma tehlikesi göz önünde bulundurularak bir aplikasyon geliştirdik. Pozitif vakaların; aile yakınları, iş yerinde bulunan çalışma arkadaşları, temasta bulunduğu insanların sağlık durumlarını düzenli olarak takip edebilmek hem pozitif vaka hem de temasta bulunduğu kişilerin izinin sürülmesine yardımcı olmak ve sosyal izolasyona destek olmak amaçlanmıştır. Filyasyon ekipleri bu aplikasyonu kullanarak kendi konumuna en yakın noktada olan pozitif vakaları, bu vakaların temaslılarının girişlerini sistem üzerinde gerçekleştirecektir. Filyasyon çalışmaları esnasında tehlikenin hala devam edip etmediği ve başka insanların risk altında olup olmadığı gibi önemli bilgiler mobil aplikasyon yardımı ile yürütülecektir. Ayrıca pozitif vakanın son hastane ziyaretleri baz alınarak teması olabilecek hekimler, aile yakınları, iş yerinde birlikte çalıştığı kişiler ve çevresinde temasta bulunabileceği herkes Mobil Aplikasyona şüpheli olarak eklenerek filyasyon ekiplerinin dikkatine sunulacaktır. Kullanıcı dostu mobil arayüz sayesinde filyasyon ekipleri daha hızlı, daha rahat, daha basit bir şekilde işlemlerini gerçekleştireceğinden daha fazla kişiye ulaşma imkanları olacaktır. Filyasyon algoritması dikkate alınarak ilerlenecek ve filyasyon raporunun kolaylıkla

sahasındaki anlık verilerin kayıt altına alınması ve analizi ile filyasyon ekiplerince vakalara kısa sürede müdahale edilmesi hedeflenmiştir.

Salgın sürecinde ülkelerin geliştirdikleri farklı temas takip/izleme uygulamaları dışında, devletler ve sağlık kuruluşlarının virüsün yayılmasını engelleme çalışmalarına destek olmak için iki büyük teknoloji şirketi olan Google ve Apple işbirliği yaparak Android ve IOS işletim sistemlerine sahip mobil cihazlarda hareket ve temas bilgilerini takip edebilen “Maruz Kalma Bildirimi”⁹ isimli bir arayüz (API- Application Programming Interface) geliştirmiş; bluetooth tabanlı bu arayüzde pek çok ülkenin kullandığı merkezi sisteme karşı merkezi olmayan/dağıtık sistem¹⁰ kullanarak yani verileri merkezi bir sunucuya aktarmayarak şeffaflık, gizlilik ve kullanıcı iznini önemsediklerini, veri mahremiyetini ön planda tuttıklarını ifade etmişlerdir. Fakat Sharon (2021)’un vurguladığı gibi, bu iki şirketin ürettiği arayüzün mahremiyeti koruyantekniközelliklerisebebiyledahademokratik görülüp takdir toplamalarına rağmen, meselenin veri mahremiyetini aşan daha geniş olumsuz toplumsal sonuçları da değerlendirilmelidir. Çünkü veri mahremiyeti oldukça önemli olmakla birlikte dijital temas uygulamaları, teknoloji şirketlerinin

sosyal yaşamın farklı alanlarına müdahil olmasının önünü açmış; bu şirketlerin dijitalleşme alanındaki uzmanlık avantajıyla daha önce özerk olan sağlık ve tıp alanlarına ve hatta siyaset alanına erişimlerini mümkün hale getirerek söz konusu alanların yeni değerler ve çıkarlar ekseninde dönüşmesine ve daha fazla alan ihlaline zemin hazırlamıştır. Ayrıca, her ne kadar geliştirilen bu arayüzde toplanan verilerin kar amacıyla kullanılmayacağı belirtilse de, teknoloji şirketleri için verilerin ticari değer taşıdığı düşünülüğünde farklı risklerin de ortaya çıkabileceği göz önünde bulundurulmalıdır.

Dijital teknolojilerin bir kriz durumu olan salgınla mücadelede aktif olarak kullanılmasının süreci hızlandırıcı ve kolaylaştırıcı bir etkisi olduğu aşikardır. Fakat diğer yandan, Dünya Sağlık Örgütü’nün “halk sağlığı tarihinde benzeri olmayan” önlemler olarak niteleyip övgülerle söz etmesi gibi (Reuters, 23 Ocak 2020; The Washington Post, 8 Şubat 2020), odak noktası salgını bitirmek, halk sağlığını korumak olduğundan Çin’de ve onu takiben dünyanın diğer ülkelerinde alınan tüm önlemler, verileştirmenin (datafication) (van Dijk, 2014) ve bedene müdahalenin artması, doğal, normal, sıradan görülme riski taşıyarak ardındaki gözetleme ve kontrol etme eylemlerinin gizlilik ve mahremiyeti tahrip edebilecek olası sonuçlarının üzerini örtebilmekte; insan haklarına ilişkin endişeleri beraberinde getirmektedir. Bu doğrultuda COVID-19 salgınına şüpheyle yaklaşan Agamben (2020a; 2020b), virüsün medikal etkilerinden ziyade politik ve etik sonuçlarına odaklanması gerektiğini vurgulamakta; salgın ilanını takip eden kolektif panikle “istisna hali” yaratılmaya çalışıldığını, salgın öncesi normal olan tüm yaşam koşulları ve ilişkilerden hastalanma tehdidi karşısında vazgeçildiğini, kendisinin kavramıyla “çıplak yaşam” veya salt hayatta kalmak için diğer her şeyin feda edildiğini ifade etmektedir. Bir başka deyişle insan yaşamı yalnızca biyolojik bir durum olarak algılanmaya başlanmış; sosyal, politik, insani ve duygusal unsurlara karşı adeta körleşilmiştir. Ona göre salgın, hastalık vasıtasıyla güvenlik adına denetimin ve kısıtlamanın arttırıldığı, olağanüstü hal ve kriz koşullarının normalleştirilip süregelenleştirildiği bir zemin hazırlamıştır (Agamben, 2020a; Agamben,

hazırlanabilmesine olanak sağlanacaktır”.

Detaylı bilgi için ilgili kaynağa bakılabilir: Filyasyon ve İzolasyon Takibi App Store Mobil Uygulaması. (2020). <https://apps.apple.com/us/app/filyasyon-ve-izolasyon-takibi/id1507241355>

9 Detaylı bilgi için ilgili kaynaklara bakılabilir: Apple Newsroom. (2020). *Apple ve Google, COVID-19 temas izleme teknolojisi için iş birliği yapıyor.* <https://www.apple.com/tr/newsroom/2020/04/apple-and-google-partner-on-covid-19-contact-tracing-technology/>; Apple. (2020). *Privacy-preserving contact tracing.* <https://covid19.apple.com/contacttracing>

10 Temas takip uygulamalarında kullanılan merkezi (centralized) ve merkezi olmayan/dağıtık (decentralized) iki sistemle ilgili detaylı bilgi için ilgili makaleye bakılabilir: Vaudenay, S. (2020). Centralized or decentralized? The contact tracing dilemma. *International Association for Cryptologic Research Cryptology ePrint Archive.* <https://eprint.iacr.org/2020/531>

2020b). Bilhassa Çin ve Güney Kore örneklerine bakıldığında, salgın öncesindeki mevcut olan gözetim ve denetim mekanizmalarının salgın sırasında dijital teknolojilerin yoğun kullanımıyla daha da yaygınlaşarak toplumsal yaşama nüfuz etmesi, sağlığın korunması öncülüyle bedenleri kayıt altına alan, sayısallaştıran ve böylece insan eylemliliklerini belirleyen, kısıtlayan, kontrol eden ve yönlendiren bir yapıya bürünmesi, salgın sonrasında sağlık amacını aşır gözetim ve verileştirmenin gündelik hayatın tüm alanlarını kapsayacak kadar genişlemesi, güvenikleştirme halinin süreklilik arz etmesi potansiyelini barındırır. Diğer bir yandan salgınla beraber dışsal bir nitelik gösteren gözetim ve denetimin zamanla farklı motivasyonlarla içselleştirilmesi, kendi kendini denetleme ve kontrol etmeyi sağlayan bir mekanizmayı da daha işler hale getirerek bireylerin çoğu zaman yine dijital araçlar ve uygulamalarla kendi üzerlerinde öz-denetim kurmaları talebini ortaya çıkarmaktadır.

Dijitalleşen Beden ve Salgında Öz-Takip (Kendi Kendini İzleme)

Salgınla birlikte insanların internet ve dijital araçları kullanımının, çevrimiçi ortamlarda geçirilen sürenin, çevrimiçi erişim ve paylaşımın artması, sağlıktan spora, eğitimden çalışma hayatına, alışverişten yakınlarımızla sosyal etkileşime, bilimsel toplantılardan sanatsal etkinliklere değin pek çok eylem ve pratiğin dijital mecrada yoğunlaşması daha görünür ve izlenebilir bir toplum yaratımını desteklemiştir. Böylelikle salgın süreci, çevrimiçi gözetim ve verileştirmeyi daha da olası hale getirmiştir. Basit bir web taraması yaparken, bir bloğu ziyaret ederken, e-posta gönderirken, herhangi bir mesajlaşma uygulamasındayken, alışveriş yaparken, fotoğraf paylaşırken, seyahat amaçlı navigasyon kullanırken, bir eğitim veya toplantı platformundayken veya bir video izlerken yani dijital teknolojiler aracılığıyla çevrimiçi olunan her an dijital izler bırakılır. Biyometrik bilgiler, alışkanlıklar, davranışlar, beğeniler, tercihler, duygu ve düşünceler hakkında pek çok verinin paylaşımı gerek fark etmeyerek gerekse de dijital teknolojiler aracılığıyla sunulan olanaklardan faydalanmak veri paylaşımında bulunmaya bağlı olduğundan, bir

bakıma mecburen kabul edilir. Başka bir anlatımla, dijital teknolojilerin aracılaştığı salgına özel tedbirler ekseninde toplanan verilerin ötesinde, bağlantılı olma halinin kendisi verileştirmeyi ön kabul olarak varsayar. Böylece günümüz bireyi için, her ne kadar veri paylaşımına ilişkin kaygı ve endişeler varlığını sürdürüyor olsa da dijital teknolojilerin sunduğu kolaylık, etkinlik, verimlilik, hız, erişilebilirlik gibi fırsatlar ve katkılar ile kişisel verilerin takas edilmesi eğilimi söz konusudur. Öyle ki, bireyler kullandıkları dijital araç ve uygulamalar, ürettikleri içerikler ve paylaşımlar ile kendi yaşamsal pratiklerini, istekleri doğrultusunda kendi kendilerini izlemekte ve nicelleştirmekte, kendi bedenlerini takip etmektedirler.

Yaşam günlüğü (life-logging), niceliksel/nicelleştirilmiş benlik (quantified self), kişisel analitik (personal analytics) ve kişisel enformatik (personal informatics) kavramlarıyla da ifade edilen kendi kendini izleme veya öz-takip (self-tracking), dijital araçlar ve uygulamalar aracılığıyla, proaktif bir duruşla, bireylerin yaşamlarının belirli boyutlarını, günlük aktivitelerini, alışkanlıklarını ve davranış örüntülerini kısa veya uzun süreli olarak kaydetmeleri, görüp izlemeleri, ölçmeleri ve analiz etmeleri anlamına gelir. Öz-takip yapanlardan bazıları meraklarını gidermek için basitçe sadece yaşamlarındaki belirli özellikleri hakkında bilgi toplamayı amaçlarken diğerleri ise çok daha derin şekilde topladıkları bilgileri yorumlayıp patolojilerini çözmeyi, sağlıklarını, fiziksel zindeliklerini, iş performanslarını, duygusal iyi oluş hallerini, sosyal ilişkilerini geliştirmeyi hedeflemektedir (Lupton, 2014: 3; Lupton, 2016: 2-3; Swan, 2013: 85). Bu minvalde, yapılan çalışmalar da kendi kendini izlemenin bireyleri güçlendirici, bilinçlendirici, motive edici, harekete geçirici, beden ve sağlık durumu hakkında farkındalık geliştirici, güçlü ve zayıf yanlarını keşfetmeye yardımcı olarak dönüşüm sağlayıcı, önleyici ve koruyucu sağlık için pozisyon almayı teşvik edici olumlu etkileri olabileceğini göstermektedir (Ajana, 2018a; Ajana, 2020; Lupton, 2019). Belliger ve Krieger (2016) ise dijital teknolojilerin her şeyi bilgiye dönüştürüp anlaşılır kılma potansiyeli sayesinde "beden takibinin, dijital öncesi çağın donuk ve pasif bedenini bilgisel benliğe dönüştürdüğünü" ifade

etmektedir.

Dijital teknolojilerin ve biyosensörlerin gelişmesi, neredeyse herkesin satın alabileceği kadar ulaşılabilir olması, küçülerek cep telefonundan akıllı saatler, bileklikler gibi giyilebilir cihazlara, sürekli bedende taşınabilen bir formata bürünmesi -Lupton (2019: 153)'un ifadesiyle "bedensel habitusumuzun ayrılmaz bir parçası" haline gelmesi- daha önce analog olarak kayıt altına alınan verilerin otomatik şekilde elektronik verilere dönüşmesini, hızlı ve kolayca işlenmesini, sayısallaştırılmasını mümkün kılmıştır (Nafus, 2016; Yau ve Schneider, 2009). Günümüzde bireyler, söz konusu teknolojilerle, IOS ve Android mobil işletim sistemlerindeki uygulama mağazaları üzerinden erişilen, dünya çapında milyonlarca defa indirilen uygulamalar (Samsung Health, Fitbit, Garmin Connect, MyFitness Pal: Calorie Counter, Planet Fitness Workouts, Google Fit: Activity Tracking, Step Counter-Pedometer, VeryFitPro vb.)¹¹ vasıtasıyla sağlık göstergelerini, beslenme içerik ve kalorilerini, su tüketimini, vücut ağırlığı ve ölçülerini, adım sayısı ve yürüyüş mesafesini, hareketlilik süresini, egzersiz ve spor geçmişini, uyku saatleri ve düzenini, tansiyon, nabız ve kalp atım hızını, glikoz seviyesini, oksijen ve stres düzeyini, duygu durumunu, ilaç alım planını etkin biçimde kaydederek takip edebilmekte; algoritmik uyarılar alabilmekte; bedenlerinden daha önce hiç olmadığı kadar haberdar olabilmekte ve bedenlerine ilişkin gözlemleri doğrultusunda bedensel pratik ve formlarında değişiklik yapabilmektedir (Ajana, 2018a: 1-4; Lupton, 2019: 152-154). Bu durum, Beer (2016)'ın metrik güç (metric power) Ajana (2018b)'nın metrik kültür (metric culture) olarak kavramsallaştırdığı fenomenin hakim hale geldiği; verilerin, sayısallaştırmanın ve onlara yönelik kültürel ilginin giderek artarak sağlıktan performansa, işe ve boş zamana kadar yaşamın hemen hemen her alanının idaresinde

metrik teknolojilere ve izleme uygulamalarına başvurduğumuz, kültürü sayıların şekillendirdiği bir ölçüm çağına işaret etmektedir (Ajana, 2018b: 2-3). "Metrikler artık günlük yaşamlarımızın yerleşik, çok ölçekli ve aktif bir bileşenidir" (Beer, 2016: 4). Öz-takip doğrudan bu metrikleşmenin bir yansımasıdır (Ajana, 2020: 655-656).

Zaman zaman öz-takip ile aynı anlama gelecek şekilde kullanılan niceliksel benlik (quantified self), esasen Niceliksel Benlik Hareketi (Quantified Self Movement)¹² isimli, öz-takip uygulayıcılarının tüm dünyada artışını teşvik etmiş uluslararası bir topluluğa atıfta bulunmaktadır. Niceliksel benlik kavramı, 2007 yılında önemli bir teknoloji dergisi olan Wired'in editörlerinden, teknolojiyi "kişisel evrim", "kendini geliştirme" ve "öz-farkındalık" araçları olarak gören Gary Wolf ve Kevin Kelly tarafından üretilmiş (Abend ve Fuchs, 2016: 5); ardından resmi bir web sitesine evrilerek "sayılar yoluyla kendini tanıma" ile ilgilenen, kendi kendini izleme araçlarının kullanıcıları ve üreticilerini bir araya getirmiştir. Halk sağlığı uzmanları, politika yapıcılar ve bilim insanlarıyla da çalışmalar yapan topluluk, üyeleriyle blog, forum, bölgesel toplantılar ve uluslararası konferanslardan oluşan faaliyetler yürütmektedir. Sosyal etkileşimleri, ağları, e-mailleri, sosyal medya durum güncellemelerini ve yorumlarını kaydeden araçlar ve uygulamalarla uyku, sağlık göstergeleri, diyet gibi fiziksel durumlardan ruh hali ve duygusal duruma, ekonomik harcamalardan zaman kullanımına, işteki üretkenliğe kadar veri toplayabilen topluluk üyelerinin temel motivasyonu bedenleri ve bedensel faaliyetlerini olabildiğince sayısal temsillere dönüştürmek, nicelleştirmek ve böylece izleme ve geri bildirimlerle kendilerini daha kolay yönetip kontrol etmektir (Abend ve Fuchs, 2016: 5-7; Lupton, 2014: 4; Quantified Self, 2022).

Swan (2013: 85-86)'a göre niceliksel benlik veya kendi kendini takip eden bireyler, insanlık tarihinde bedenin de içinde olduğu doğal dünyayı ölçüm, bilim ve teknoloji ile düzenleyip kontrol etmenin çağdaş bir biçimidir. Yine Ajana (2018b: 2-3), metrik

11 En popüler sağlık ve fitness uygulamaları ile dijital etkileşimleri hakkında detaylı analiz için ilgili kaynağa bakılabilir: Similarweb. (2022). *En çok kullanılan sağlık ve fitness uygulamaları sıralaması*. <https://www.similarweb.com/tr/apps/top/google/app-index/us/health-fitness/top-free/>

12 Quantified Self Movement (Niceliksel Benlik Hareketi) hakkında detaylı bilgi için ilgili linke bakılabilir: <https://quantifiedself.com/>

kültürün yeni bir şey olmadığını, yüzyıllardır toplumların sayılara önem verdiğini, bilhassa 19. yüzyılda istatistiğin yükselişiyle norm ve norm dışılığı sayılara dayalı olarak değerlendirmenin belirginleştiğini ifade etmektedir. Bu ekseninde, “sayılar, tarih boyunca yalnızca bir ölçüm aracı değil, aynı zamanda bireyleri ve nüfusları yönetmenin ve disipline etmenin oldukça siyasallaşmış bir aracı haline gelmiştir” (Rose, 1999’dan akt. Ajana, 2018b: 3). Günümüzde farklı olan ise, hem bilhassa yeni veri asamblejalarının yükselişine paralel olarak ölçüm sistemlerinin artışı ve yoğunlaşması (Beer, 2016: 4) hem de sayıların sadece hükümetler veya özel şirketler tarafından kullanılmasının ötesinde öz-takip uygulamaları vasıtasıyla, bireylerin kendi istekleriyle kendi kendilerini verileştirip paylaşımlarının her zamankinden daha fazla oluşudur (Ajana, 2018b: 3). Bu durum, Beck (1992: 21-23)’in Ortaçağ’daki risk ve tehlikelerden tamamen farklılaşan, doğrudan modernleşmenin getirdiği risklerle bağlantılı olarak oluşturduğu risk toplumu kavramsallaştırmasıyla yakından ilintili durmaktadır. Geçmişteki kıtlık, afetler gibi insan yapımı olmayıp doğal olarak oluşabilecek risklerin karşısında, geç modern toplumda çevre kirliliği, ormansızlaştırma, ekolojik krizler, gıda maddelerinin toksinli oluşu, radyasyon, nükleer felaketler gibi modernleşmenin bir neticesi olan riskler yer almaktadır. Dolayısıyla risk toplumunda insan sorumluluğu riske eklenmiştir; insanlar hem risklere neden olan hem de risklerin azaltılmasından sorumlu olan varlıklar olarak görülmektedir (Lupton, 2006: 12). Beck (1992)’in tartışmasında risk her ne kadar nesnel bir gerçekliğe karşılık gelse de Lupton (2006: 13-14, 21), Foucault’ya atıfla riskin aynı zamanda, mekansal ve zamansal olarak değişen, dinamik bir kavram olduğunu belirtir. Zira, Foucault’cu bir yaklaşımla, dünyada potansiyel pek çok tehditin varlığına rağmen, sadece bunlardan bazıları seçilip risk olarak belirlenmekte; risk, söylemler aracılığıyla inşa edilmektedir. Günümüzün en egemen risk söylemleri arasında yer alan sağlık riski de yeme-içme alışkanlıklarımızla, bedensel pratiklerimizle, belirli sosyo-demografik özellikler taşımamızla veya genetik karakteristiğimizle ilintilendirilerek oluşturulmakta; bedenlerimizde sağlık riski söylemiyle

çepeçevre sarmalanmaktadır. Belirli bir besini tüketen, belirli bir yaşta olan veya belirli bir geni taşıyan insanlar tıp ve halk sağlığı uzmanlarınca “risk altında” olarak tanımlanmakta; “riskli gruplardan” söz edilmekte; “riskli davranışlar” beyan edilmekte; medya araçları sürekli sağlığı kaybetmeye ilişkin endişeler ile sağlığı teşvik etmeye ve geliştirmeye yönelik eylemleri konu edinmektedir. Bu minvalde olumsuz çağrışımlarla tehlike ile eş anlamlı görülen risk, yaşam tarzı seçimleri ile doğrudan ilişkili olarak değerlendirilmekte; bireylerin riskleri göz önünde bulundurarak davranış değişiklikleri yapabilecekleri, riskten kaçınabilecekleri, kendilerini kontrol edebilecekleri benimsenmektedir (Lupton, 1997: 77, 80-81; Lupton, 2016: 17). Başka bir deyişle risk, bireylerin kendilerini yönetmeleri için araçsallaştırılmaktadır. Dolayısıyla sağlığın teşvik edilmesinde bireylerin, dışarıdan baskıyla değil içeriden öz-gözetimle (self-surveillance) kendi kendilerini denetledikleri bir süreç yaratılmaktadır (Foucault, 1992). Gözetim giderek içe doğru, “içselleştirilmiş bir gözetime” dönmekte (Dennis, 2008: 348); öz-gözetim sosyal kontrolün temel kaynağı haline gelerek iktidar görünmez ve belirsizce işlerlik kazanmaktadır (Couch vd., 2020: 810). Foucault’cu anlayışta yönetimsellik (Foucault, 2015) kavramını imleyen bu yaklaşım, neoliberal toplumların vatandaşlarını baskıcı yönelimlerle düzenlemek yerine, “dış yönetimi, öz-yönetim haline getirerek”, belirli uygulamaları “gönüllü” olarak içselleştirmeyi yoluyla yönetmesi anlamına gelmektedir. Neoliberal yönetimsellik fikri, uzmanların bilgisi yardımıyla bireylerin kendi kendilerini düzenlemeye yönlendirilerek gözetlendiği, üretken, sorumluluk sahibi kılındığı, “iyi vatandaşlardan” oluşan bir toplum yapısını desteklemektedir. Son kertede sağlık riski üzerine söylemler daha fazla tekrar edildikçe sağlığını yitirmek konusunda kaygısı artan ve riskleri en aza indirmeye yönlendirilen bireyler, riskten kaçınmak için öz-disiplinlerinin zayıflamasına izin vermeden kendilerini daha fazla kontrol etme (self-control), bilme (self-knowledge) ve geliştirme (self-improvement) misyonunu yüklenmekte; (Lupton, 1997: 75; Lupton, 2016: 13-14); “aktif olarak kendilerini öz-yönetişim (self-governance) ve gözetim projelerine

dönüştürmektedirler” (Ajana, 2018b: 3). Böylece, gözetim teknikleriyle zorunlu olarak bağlantılı olan öz-gözetim pratikleri, disiplin toplumdaki gibi gücün normalleştirilmesiyle uygulanmak yerine sağlıkla ilgili davranışların epidemiyolojik risk çerçevesine oturtulması suretiyle gerçekleştirilmiş olmaktadır (Vaz ve Bruno, 2003).

Bireylerin kendi sağlıklarının takibi ve yönetiminin sorumluluğunu alan, sağlıklarını korumada “aktif bir ortak” oldukları neoliberal öznel olarak görülmeye başlaması 20. yüzyıla, bilhassa 1980’li yıllar sonrasına denk düşmektedir. Bu yıllardaki neoliberalleşmeyle birlikte, devlet sağlık alanındaki yükümlülüklerini azaltmaya yönelerek sağlığın teşviki ve geliştirilmesi stratejilerini çoğaltmış; devletin, toplumun sağlık ihtiyaçlarını karşılamadaki rolünün daralması karşısında özel sağlık sigortası endüstrisinin ve hatta ilaç şirketlerinin, gıda perakendecilerinin yükselişe geçtiği görülmüştür (Rose, 2001: 6). Dahası zamanla reklamcılık ve pazarlamanın da etkisiyle sağlık, bedeni hastalık ve ölümden korumanın ötesinde güzellik, cinsellik, başarı, mutluluk gibi parametreleri kapsayan bir “iyi oluş hali/esenlik (well-being)” anlamı taşımaya başlamış, bu durum da özel sağlık hizmetleri, gıda takviyeleri, vitaminler ve daha fazlasını kapsayan “tamamlayıcı, alternatif ve ‘kendi kendine sağlık’ uygulamalarını” arttırmış; sağlık için tüketici pazarını hızla büyütüştür (Rose, 2001: 17-18). Böylelikle, Ajana (2018b: 2)’nin -Sokrates’in “sorgulanmamış hayat yaşamaya değermez” sözüne atıfla- ifade ettiği gibi, “içinde bulunduğumuz çağda yaşam, yalnızca sorgulanan bir yaşam değil, aynı zamanda fazlasıyla ‘aşırı sorgulanan/incelenen’ bir yaşam haline gelmiştir”. Günümüzde kişisel gelişim endüstrilerinden yaşam koçluğuna, öz-takip ve fitness izleme cihazlarına kadar gündelik hayatın her yönünün parçalara ayrılıp incelenmesi ve yönetilmesi veya ölçülebilir kılınması isteği de bu sürecin bir ürünüdür. Foucault’cu bir okumayla, sağlıklı beden söylemi yaygınlaştıkça, neoliberal ekonomi-politiğin mantığına uygun biçimde daha üretken olması beklenen ve sağlığının yönetimini devralan bireyler, “kendi bedenleri ve ruhları, düşünceleri, davranış tarzları ve varoluş biçimleri üzerinde, kendi imkanları veya başkalarının yardımıyla bir

dizi operasyon yapmalarını ve böylece belirli bir mutluluk, arınmışlık, bilgelik, kusursuzluk ya da ölümsüzlük haline ulaşmak üzere kendilerini dönüştürmelerini” sağlayan kendilik/benlik teknolojilerini (technologies of self) (Foucault, 1999a: 26-27’den akt. Hülür, 2009: 458) uygulayarak içinde buldukları riskler ve çıkmazlarla baş etmeye çalışmaktadır.

COVID-19 salgını dönemine gelindiğinde, salgının, toplumsal sağlığın sürdürülmesi maksadıyla hastalık ve sağlığı şiddetli bir şekilde hatırlatıp bireysel ve toplumsal düzeyde bedeni daha fazla odak noktası haline getirerek yukarıda detaylandırılan birey ve sağlığı arasındaki ilişkinin dönüşümünün açıkça gözlemlendiği bir dönemi beraberinde getirdiği görülmektedir. Ajana (2021)’nin ifadesiyle, salgın durumu biyoloji ile politikayı her zamankinden daha fazla birbirine yaklaştırmıştır. Salgının başlamasına paralel, yaşanan sağlık krizinin yabancılığı ve belirsizliğiyle stres ve kaygı artmış, virüsün kaynağı ve sorumlularına ilişkin arayışla farklı toplumsal gruplar arasında ilişkiler zedelenmiş, sosyal etkileşimler zayıflamış, toplumsal düzen tahribata uğramış (Mansouri ve Sefidgarbaei, 2021; Gün ve Uludağ, 2022); virüsün neliğine, salgının bitişine, aşılama sürecine, gündelik yaşamdaki değişimlere ilişkin bilinmezlikle toplumsal risk algısı tetiklenmiştir (Gün ve Kolukırcık, 2021; Günindi Ersöz, 2020). Diğer taraftan sağlık profesyonellerince yapılan güncel bilgilendirmeler ve istatistikî verilerle virüs hakkında farkındalık kazanılması amaçlanmış, toplumun risk altında olduğu belirtilmiş ve salgına yönelik önlemler, sağlıklı olma halinin önemini sürekli olarak yeniden vurgulamıştır. -“Risk altında” olarak tanımlanmak ise, genellikle bireylerin kendilerini görme biçimlerini etkilemekte; söz konusu riskten korunmak ve belirsizlikle başa çıkmak için sağlıklarına müdahalede çeşitli arayışlara girmelerine sebep olmaktadır (Lupton, 1995, Lupton 1999c, Scott vd., 2005’den akt. Lupton, 2006: 17)-. Ayrıca hem sağlık uzmanlarının hem de siyasi aktörler ve medyanın ilettiği mesajlar, salgın tedbirlerine ilişkin söylemler ve kurallar aracılığıyla riskten kaçınmak, maskeden aşılana kaçınmaya değin salgın önlemlerine uymak, başkalarını, sevdiklerimizi, içinde bulunduğumuz toplumu

önemsememiz, işbirliği ve uyum içinde sorumlu bireyler olmamız gibi ifadelerle ilişkilendirilerek makbul vatandaşlığın bir göstergesine dönüşmüş; önlemlerin bireysel kararı aşan toplumsal yönüne dikkat çekilmiş; salgınla mücadelede kamu otoritelerinin denetlemeleriyle birlikte bireylerin de sorumluluğunun paydaşlarından olduğu vurgusu yapılarak bireylere aktif rol yüklenmiştir. Türkiye’de Sağlık Bakanlığı (20 Temmuz 2020) tarafından yayınlanan “Risk almayalım, gerekeni yapalım. Koronavirüs riskine karşı 14 kurala uyalım.”, “Koronavirüs alacağımız tedbirlerden daha güçlü değildir.”, “Riski görün. Maskenizi takın, sosyal mesafenizi koruyun.” ifadelerinin yer aldığı kamu spotları da bu durumu gösterir niteliktedir.

COVID-19 salgını, Koronavirüs riski karşısında potansiyel hasta olarak tanımlanabilecek neoliberal öznenin sağlıkla ilgili söylemlerde sıkça karşılaştığımız gibi “kendine bakmasını”, “kendine dikkat etmesini” (Couch vd., 2020: 810), diğer bir deyişle bir öz-gözetim biçimi olarak kendini izlemesini ve yönetmesini her zamankinden daha fazla gerektirmiştir. Zira salgın sürecinde sağlık sistemi yükünün artması ve önlemler kapsamında sağlık kuruluşlarına erişimin kısıtlanması, hasta kabulünde kategorizasyon yapılması, klinik durumu ağır olmayan hastaların hastaneye kabul edilmemesi (Ding vd., 2020), Koronavirüs dışındaki hastalık hallerinde sağlık hizmetinden faydalanabilmenin zorlaşması bireylerin hastalık riski karşısında daha fazla endişeye kapılmasına sebep olmuş; evde kendi alternatif çözüm kanalları arayışına girmelerini, sağlıklarının idaresini üstlenmekte istekliliklerini etkilemiştir (Göksedef, 2020). Diğer yandan, salgın önlemleri kapsamında sokağa çıkma kısıtlamaları ve karantina uygulamaları sebebiyle iş, eğitim, sosyalleşme alanları dijital ortamlara aktararak çevrimiçi hale gelmiş, ekran başında geçirilen süre artmış; fitness/spor merkezleri ve yüzme havuzu gibi mekanların faaliyetlerine ara verilmesiyle gündelik rutinin ayrılmaz bir parçası olan egzersiz ve spor gibi aktiviteler kesintiye uğramış; evde geçirilen hareketsiz yaşamın olası olumsuz sonuçları ile ilgili kaygılar büyümüştür. Bu ekseninde Dünya Sağlık

Örgütü¹³, T.C. Gençlik ve Spor Bakanlığı¹⁴ gibi kamu otoriteleri ve alandaki uzmanlar tarafından farklı iletişim kanalları aracılığıyla verilen tavsiyelerle hareketsizliğin yaratacağı risklere karşı dikkat çekilip, beden sağlığını korumada, karantina uygulamalarının yarattığı ek stresle mücadelede egzersiz ve sporun etkisi sıklıkla vurgulanmıştır. Tüm bunların etkisiyle, salgın boyunca bireyler bilim insanlarının, sağlık alanındaki aktörlerin, medyanın söylemlerini birbirine eklemeyerek sağlıklarını koruma motivasyonu ile kendilerini daha yakından izlemeyi, kendi aralarında sağlığa ilişkin bilgilerini paylaşmayı, karantinanın yarattığı yalıtılmışlık hissi, stres, kronik yorgunluk ve uyku sorunlarıyla baş etmeye çalışmak için meditasyon yoluyla iyi oluş halini desteklemeyi, daha fazla egzersiz yaparak fiziksel performansını ve bağışıklığını güçlendirmeyi kapsayan kendilik teknolojilerini uygulamaya koymuşlar; böylece bunları gerçekleştirmeye ulaşılabilir bir imkan sunan öz-takip araç ve uygulamalarına son yıllarda olan talep salgın sürecinde anlamlı derecede ivme kazanmıştır (Boermeester, 2022; Kaur, 2020; Meidert ve Scheermesser 2021; Sydow, 2021; Wortham, 2021).

App Annie Mobil Durum 2021 Raporu’na bakıldığında, 2020’de dünya çapında piyasada sağlık ve fitness kategorisinde 71 binden fazla yeni uygulamanın (IOS’ta 24 bin ve Google Play’de 47 bin) yer almaya başladığı tahmin edilmektedir (Sydow, 2021). Sensor Tower verilerine göre, küresel

13 Dünya Sağlık Örgütü’nün kendini karantinaya alan insanlara yönelik evde fiziksel egzersiz kılavuzu için ilgili kaynağa bakılabilir: World Health Organization. (2020b). *Stay physically active during self-quarantine*. <https://www.euro.who.int/en/health-topics/health-emergencies/coronavirus-covid-19/publications-and-technical-guidance/noncommunicable-diseases/stay-physically-active-during-self-quarantine>

14 T.C. Gençlik ve Spor Bakanlığı 30 Mart 2020’de yayınladığı “Dışarı çıkmıyoruz! #EvdeKalHareketsizKalma” kamu spotu videosu için ilgili kaynağa bakılabilir: T.C. Gençlik ve Spor Bakanlığı. (2020, Mart 30). *COVID-19 dışarı çıkmıyoruz! #EvdeKalHareketsizKalma* kamu spotu. [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=3jKj34lv4zc>

ölçekte sağlık ve fitness uygulamaları 2020 ikinci çeyreğinde yıllık bazda %47'lik bir oranla indirme rekoru kırarak 656 milyona ulaşmış ve bu çeyrekte yaklaşık %13'lük büyümeyle 328,5 milyon dolar rekor gelir elde etmiştir (Chapple, 2020). Bu küresel eğilime paralel biçimde ABD'de COVID-19 salgınıyla sağlık ve fitness uygulamalarının benimsenmesinde önemli düzeyde artış olmuş; birinci ve ikinci çeyreği kapsayan zaman diliminde çok daha fazla olmakla birlikte 2020 yılında 400 milyondan fazla indirilen sağlık ve fitness uygulamalarından yıllık bazda %42 artışla 800 milyon doları aşan bir gelir elde edilmiştir. Calm, Fitness Coach ve Flo salgının patlak vermesi sonrası indirilen uygulamalar arasında ilk üçte yer almıştır (Sensor Tower, 2021: 10).

Avrupa ülkelerinde fitness, meditasyon ve uyku ile diyet ve beslenme uygulamalarını kapsayan "Avrupa'da Sağlık ve Fitness Durumu 2022" Raporu'na göre, sağlık ve fitness uygulamalarının toplam indirme sayısı 2019'da 254 milyon iken COVID-19'un ortaya çıkmasıyla, birinci ve ikinci çeyrekte olağanüstü bir artışla 2020 yılı için toplam 378 milyon olarak kaydedilmiştir. -Türkiye'de indirme oranlarında %110 artış gerçekleşmiş (Sydow, 2021); 2020 Ocak ayının baz alındığı verilerde fitness uygulamalarındaki dijital etkileşim giderek artarak Mart ayında %90'lık değişimin Nisan ayına gelindiğinde %250 olduğu görülmüştür (Deloitte, 2020)-. 2021 yılı için 290 milyon olan indirme sayısı, COVID-19 döneminden daha düşük bir göstergeye sahip olsa da salgından önceki eğilimlerle karşılaştırıldığında uygulamalara yönelik ilginin yüksek biçimde devam ettiğini göstermektedir. Yine 2019-2021 yılları arasındaki tüketici harcamalarına bakıldığında da gittikçe artan rakamlarla 2019'da 193 milyon, 2020'de 328 milyon ve 2021'de ise 382 milyona ulaşan bir pazar hacminin ortaya çıktığı görülmekte ve kısa vadede bu eğilimin artarak devam edeceği düşünülmektedir (Sensor Tower, 2022: 7-9). Ayrıca söz konusu uygulamaların sadece indirme sayıları artmamış aktif kullanıcı sayılarında da ciddi bir artış gözlenmiştir. 2020 yılında Avrupa'da en iyi fitness uygulamaları arasında ilk 10'da yer alan Mi Fit, Home Workout, Lose Weight App (Women), Strava, SixPack in 30 days, Lose Weight App (Men),

Step Tracker, Splits Training in 30 Days, Pedometer, Workouts by Muscle Booster'ı da kapsayan uygulamaların aylık aktif kullanıcı sayısı COVID-19'un ortaya çıkmasıyla birlikte 2020 yılında 2019'a kıyasla %76'nın üzerinde artarak Avrupa genelinde 42 milyondan 74 milyona ulaşmıştır. Türkiye'de ise özellikle kadınlara yönelik fitness uygulamalarının artan popülerliği dikkat çekicidir (Sensor Tower, 2022: 10-15).

COVID-19 salgını, Meditopia, Calm, Headspace, Mindfulness, Insight Timer'in aralarında olduğu meditasyon ve uyku uygulamalarına yönelik talepte de çok büyük artış yaratmış; yıldan yıla büyüyen tüketici pazarı 2019'dan 2021'e gelindiğinde yaklaşık %50 artarak brüt 67 milyon dolarlık bir gelire ulaşmıştır. Tüketici harcamalarında 2019 ve 2020'nin büyük bir bölümünde en yüksek payı Calm ve Headspace uygulamaları almıştır. Meditopia ise 2019 ile 2021 arasında %300'ün üzerinde bir gelir artışı sağlamıştır. Veriler, Meditopia uygulamasının 2020 yılı yaz döneminde Rusya, Türkiye ve İtalya'da en yüksek popülerliğe sahip olduğunu göstermektedir (Sensor Tower, 2022: 19-22). Diğer yandan YAZIO, MyFitnessPal, Calorie Counter (FatSecret), Lifesum, Calorie Counter (NutraTech) gibi diyet ve beslenme kategorisinde yer alan uygulamalara yönelik ilginin de arttığı; bu uygulamaların indirme sayıları ve gelirlerinin COVID-19 salgınıyla yüksek seviyelere ulaştığı görülmektedir (Sensor Tower, 2022: 24-26). COVID-19 dönemi boyunca salgının kontrolü ve yayılımının önlenmesinde zorunlu veya tercihe bağlı olarak sıklıkla kullanımına başvuru temas takip uygulamalarının yoğun şekilde indirilmesinin (Akinbi vd. 2021) ötesinde bireylerin çeşitli dijital araç ve uygulamalar yoluyla kendileri hakkında veri topladıkları, kendilerini izledikleri ve analiz ettikleri öz-takip davranışlarının giderek ivmelenmesinin bir yandan iyi olma halini destekleyici, sağlığa ilişkin farkındalığı arttırıcı, salgın tedbirlerine uyumu kolaylaştırıcı, sağlığı koruma ve hastalık yönetiminde yardımcı olma gibi katkılar sağladığı aşikardır. Salgında bireyler, kendi beden sağlıkları ve toplum sağlığının korunmasından sorumlu oldukları anlayışını benimseyip dijital sağlık teknolojileri aracılığıyla temel sağlık göstergelerini, izolasyon sürelerini, aşı takvimlerini takip

etmelerinin yanında fiziksel ve ruhsal durumlarını iyileştirmek amaçlarıyla beslenme, hareketlilik veya egzersiz, uyku ve meditasyon uygulamalarını kullanarak kendi kendilerini izlemişler, dolayısıyla salgınla mücadelede rol üstlenmişlerdir. Ayrıca bu süreç, baskıdan ziyade gönüllü bir eylem olarak gerçekleşmiş; kendi kendilerini izleyen bireyler “ortak ideal sağlık fikrine katılarak”, “yetenekli, sorumlu, hastalık önleyici özneler” veya “ideal vatandaş” olarak gösterilmiştir (Lupton, 2019: 153-154). Diğer yandan, önceki kısımlarda da tartışıldığı üzere öz-takip, bedenin farklı bağlamlarda gözetlenip yineleyen şekilde kaydedilmesine, kodlanmasına, sayısallaştırılmasına, biyoteknolojilerin nesnesi haline gelmesine, verileştirmenin yaygınlaşmasına yol açmaktadır. Bireyler, Poster (1990)’ın günümüzde kullanıcıların veritabanlarına sürekli olarak bilgi aktarımı yaparak kendi gözetimlerine daha da fazla dahil olduğu bir süperpanoptikon durumunu tarif ettiği katılımcı gözetimin (participatory surveillance) (akt. Albrechtslund, 2008) önemli araçlarını oluşturan öz-takip teknolojileri vasıtasıyla kendi gözetimlerini kolaylaştırmakta; neoliberal normlara uygun şekilde hareket edip güçlü, üretken ve aktif özneler olarak sağlıklı, zinde ve mutlu bir yaşam davetine yanıt vermekte, gönüllü biçimde gözetimlerine katılmaktadır. Böylece kendi kendini izleme “panoptik veri toplama tekniklerinin bir tamamlayıcısı olarak” iş görmekte (Dodge ve Kitchin 2005’ten akt. Abend ve Fuchs, 2016: 13), insanların sayılarla daha fazla takip edilebilmesinin önünü açarak veri gözetimini (dataveillance) (Lupton, 2016; van Dijk, 2014) pekiştirmekte, “nicelleştirilmiş bedenler yönetim için bir kaynak haline gelmektedir” (Foucault, 1978’den akt. Abend ve Fuchs, 2016: 13). Foucault’nun biyopolitika tartışmasından hareketle, büyük veri uygulamaları ile bireyler ve gruplar hiçbir zaman apolitik ve tarafsız olmayan kategorilere ayrılmakta, profillenmekte, sınıflandırılmakta ve bu doğrultuda ayrımcılık ile karşı karşıya bırakılabilmektedir. Örneğin sağlık sigortası alanında, veriler sonucu elde edilen sınıflandırmaya göre bazı vatandaşlar sağlık hizmetlerinden faydalanabilirken diğerleri daha riskli buldukları gerekçesiyle dışlanabilmektedir

(Ajana, 2017: 13). Giyilebilir cihazların klinik bakım hizmeti gereksinimini azaltabileceği, hastaların kendilerini daha iyi takip ederek sağlıklarını geliştirmeye yardımcı olabileceği gibi sağlık üzerindeki faydalarına ilişkin her geçen gün güçlenen argümanla sigorta şirketlerinin profillemeye hizmet edecek şekilde veri toplamaya ve veri hacmini genişletmeye yönelik isteklilikleri artmakta; bazı şirketler müşterilerine giyilebilir cihazlar vermekte (Booermeester, 2022) veya özel uygulamalar geliştirmekte (Comstock, 2014’ten akt. Lupton, 2016: 8); fitness, diyet ve yaşam tarzı gibi öz-takip uygulamaları aracılığıyla bedenlerinden veri alıp paylaşımları karşılığında özel indirimler ve primler teklif etmekte; dahası müşterilerini şirket normları uyarınca sağlıklı bir yaşam sürmeleri yönünde ödüllerle teşvik etmektedir. Öyle ki bu durum, kullanıcıları “standartlaştırılmış bir biyolojik benlik” ile karşılaştırma riskini beraberinde getirmektedir. Sigorta primi seviyelerinin bu ölçütlere göre hazırlandığı bir senaryoda bireylerin günlük atmaları beklenen adım sayısının gerisinde kaldıklarında dahi mağdur edilme ihtimalleri bulunmaktadır (Abend ve Fuchs, 2016: 13-15). Büyük veri çağında tüm verilerin ticari bir değerinin olması, bedensel verilerin bir dijital teknolojik araçta toplanarak uygulama veya uygulamanın bu verileri paylaştığı üçüncü partiler aracılığıyla dolaşıma girmesine imkan veren öz-takip pratiğini sürekli büyüyen dijital veri ekonomisi (digital data economy) (Lupton, 2016) için büyük bir fırsat haline getirmektedir. Öz-takip uygulamalarını indirip kullanan bir birey, sözleşme uyarınca kişisel verilerinin üçüncü parti şirketlerle paylaşımına izin vererek veya puan ve ödül karşılığında daha fazla paylaşımda bulunarak verileri doğrultusunda belirlenen satın alma alışkanlıklarına uygun çeşitli promosyonlar, özel teklifler ve reklamların hedefi olmakta; kişisel veriler uygulama geliştiricileri veya üçüncü partiler için ticari bir kazanç sağlamak amacıyla kullanılmakta, metalaştırılmış büyük veriye dönüştürülmektedir (Lupton, 2016: 11-13). Bu minvalde dijital olarak kendi kendini izleme -bilhassa salgın itibarıyla artan olağanüstü ilgi düşünüldüğünde-, Zuboff’un (2015) gözetim kapitalizmi (surveillance capitalism) tanımlamasına paralel biçimde kişisel verinin

satılabilir bir ürün olarak görülerek ticari ve politik amaçlarla kullanımını yoğunlaştırma ihtimali taşımaktadır. Son kertede öz-takip yapan bireyler, kendi kendilerini gözetlemek suretiyle iktidarın gözetimini desteklemekte; zorlama olmaksızın kendilerini görülebilir ve iktidara tabi kılmaktadırlar. Dolayısıyla öz-takip, “bireyselleştirilmiş bir formdan” ziyade bir “benlik biyopolitiği” örneği olup çok daha büyük “biyososyal ve toplumsal bir fenomenin parçası” durumundadır (Ajana, 2017).

Sonuç

Toplumsal eylemler bedensel pratikler vasıtasıyla deneyimlenir ve COVID-19 süreci bu pratikleri dönüştüren, bedenlerimizle ilişkimizi yeniden düşündürten, rutinleri kıran bir zemin hazırlamıştır. Virüsün tüm insanlık için güven ve düzenliliği tehdit etmesiyle, bireyleri korumak ve sağlıklı olma halinin yeniden tesisi için hangi yöntemlerin kullanılacağı ve ne tür stratejilerin geliştirileceği salgın boyunca tartışılmış; alınan önlemler, etkileri itibarıyla biyolojik olduğu düşünülen salgının toplumsal sonuçlarını beraberinde getirmiştir. Hastalık ve sağlık dikotomisinde sağlığın iyi ve olumluyu temsil etmesiyle, referanslarını sağlıklı toplum idealinden alan salgın yönetiminin sürdürülmesinde yeni davranış kalıplarının geliştirilmesi beklenmiş; öneri, tedbir ve kurallar yoluyla değişim talep edilmiştir. Değişime uyum veya uyumsuzluk durumunda karşılaşılabilecek yasal veya toplumsal yaptırımlar sarkacında, sosyal ilişkileri yeni baştan düzenlemeden bedenin fiziksel koordinatlarının belirlenmesine, bedensel aktivitelerin sınırlarının çizilmesinden toplumsal hayata katılıma, maske takmadan aşı olmaya kadar COVID-19 salgını yeni bir dönemi başlatmıştır.

COVID-19 sürecinin bedene yansımalarını dijitalleşme, gözetim ve bir öz-gözetim uygulaması olarak kendi kendini izleme (öz-takip) çerçevesinde irdeleyen bu çalışma, hızla yayılan salgında, gerek daha etkin bir tıbbi mücadele yürütebilmek, gerekse de salgın koşullarının yarattığı kısıtlılıklar ve zorlukların giderilmesi için yoğun teknoloji kullanımının dijitalleşme sürecini katlayarak ivmelendirdiğini; dijital topluma da verileştirilmiş topluma ve yaygın gözetime doğru evrilen yapının görünürlüğünün makrodan mikroya, toplumun

içine, bireylere doğru daha da belirginleştiğini göstermiştir. Dijital teknolojilerin son yıllardaki gelişim çizgisi, taşınabilir boyutlarıyla bedenle uyumlanacak kadar küçülmesi ve gündelik hayatın vazgeçilmez bir unsuru haline gelmesi bir yanı sıra küresel düzeyde benzeri görülmemiş bir salgının yönetimini oldukça kolaylaştırmış, salgının çözümünde, sağlık hizmetlerinin geliştirilmesinde sunduğu katkılarla destekleyici bir işlev görmüş; diğer yandan ise halihazırdaki gözetim aygıtlarının sağlığın korunması saikiyle daha fazla kullanıma sokulmasının, izleme ve denetimin yaygınlaştığı bir biyopolitikayla iktidar kurmanın yolunu açmıştır. Salgın süresince farklı ülkelerde mobil cihazlar, yüz tanıma teknolojileri, termal kameralar, dronelar, giyilebilir teknolojiler, algoritmalar, büyük veri, yapay zeka tabanlı araç ve uygulamaların virüs yayılımını önlemek amacıyla daha çok bir acil durum önlemi olarak zorunlu, yarı-zorunlu veya tercihe bağlı kullanılması sınırsız sayıda verinin toplanıp kaydedilmesini, analiz edilmesini ve sürekli takibi genişletmiştir. Hastalığın bulaşıcılık hızının yüksek oluşu karşısında panik ve korkunun harekete geçmesi, ayrıca bilimsel bilgi ve sağlık otoritelerinin söylemlerinin kullanılarak Koronavirüsle mücadele yollarının gerekçelendirilmesi bu önlemlerin kabulünün zeminini oluşturmuş, hastalıkla ilintili gözetimin ötesinde salgın sonrası da devam edebilecek muhtemel tehditler görünmez hale gelmiştir.

Salgın dönemiyle birlikte artan gözetime paralel olarak bireylerin kendi kendilerini izleme veya öz-takip pratiklerinin de yükselişe geçtiği görülmüştür. Yeni virüsün bir sağlık krizi yaratmasıyla kilitlenmeler, karantina uygulamaları, mesafe kuralları gibi salgın önlemlerinin alınması gündelik hayatı kesintiye uğratmış; sağlık sistemi yükü artmış; çağımızın en temel söylemlerinden biri haline gelen sağlık riski söylemi daha da pekişerek riskten kaçınmak için ortaklaşa hareket edilmesi, bireylerin salgınla mücadelenin paydaşlarından olması, yaşam tarzlarında değişiklik yaparak bedenlerinin sağlık durumunu korumaları, geliştirmeleri ve kontrol altına almaları beklenmiştir. Bu durum dijital teknolojiler aracılığıyla bireylerin sağlık göstergelerinin, bedensel performanslarının, yapıp etmelerinin

farkında olmalarını sağlayacak güçlendirici, koruyucu ve iyileştirici bir çözüm olarak görülen öz-takip araç ve uygulamalarına yönelik talebi katlayarak arttırmıştır. Böylelikle bireyler sürekli şekilde kendileri izlemek ve ölçmek suretiyle devasa bir veri akışının kaynağı olmuş, bu verileri paylaşarak bir yönüyle aktif biçimde kendi gözetim süreçlerine dahil olup gözetimi daha da besler hale gelmişlerdir. Dolayısıyla salgın boyunca gözetim ve öz-gözetim biçimi olarak öz-takip birbirini tamamlayan bir nitelik göstermiştir.

Paradoksal olarak, dijitalleşme bir yandan hız, esneklik, verimlilik, rahatlık gibi nitelikleriyle özgürleştirici, öznellikleri güçlendirici, kapsayıcı bir eşitlik vaadinde bulunurken, eş zamanlı şekilde veri toplama ve çeşitli platformlar arasında veri paylaşımının artmasıyla bedenin gözetim, sosyal kontrol ve müdahalelere daha açık hale gelmesine ilişkin endişelere sebep olmaktadır. Salgın sürecinde küresel sağlık krizine hızlı ve etkin bir yanıt olarak başvuru olan dijital teknolojiler yoluyla gözetleme ve izlemenin sıradanlaşması ve yaygınlaşması, bireylerin bu eylemlerin nesnelere olmalarına yönelik rıza üretimini sağlayıp salgın sonrasında da normalleşeceği yönündeki kuşku arttırmakta; toplanan çok yönlü verilerin uzun vadede nasıl, nerede, hangi amaçlarla ve hangi aktörler arasında değiş-tokuş edileceğine ve işleneceğine, anonim kalıp kalmayacağına, sağlık alanının ötesinde kullanımının kolaylaşp kolaylaşmayacağına dair etik ve hukuki sorulara yanıt aramayı zorunlu kılmaktadır. Bu doğrultuda, dijitalleşmenin kaçınılmaz biçimde yaşamlarımıza dahil olduğu, veri hacminin çoğalarak büyüdüğü günümüz toplumlarında gözetimle kategorize etmenin derin eşitsizlikler ve ayrımcılığa yol açabilecek sonuçlarının dikkatle değerlendirilmesi, insan hak ve özgürlüklerinin temel alındığı bir yaklaşımın sürdürülmesi önem taşımaktadır. Hükümetlerin, politika yapıcılarının ve teknoloji geliştiricilerin bir kriz durumu olarak salgını, gözetimi uzatmayı sağlayacak bir evre olarak görmedikleri hususunda ikna edici bir tutum sergilemeleri, açıklık ve şeffaflık ilkelerine riayet edilmesi, dijital hakların gözetilmesi, kişisel verilerin korunmasına yönelik hassasiyet gösterilmesi, gizlilik dostu izleme/takip süreçlerinin

yürütülmesi mahremiyetle ilintili tereddüt ve çekincelerin ortadan kaldırılarak güven inşasının gerçekleştirilmesinin ön şartı niteliğindedir. Böylelikle dijital teknolojilerin potansiyel toplumsal faydaları öne çıkararak dijitalleşme ve toplum ilişkisi güçlenebilir.

Kaynaklar

- Abend, P., ve Fuchs, M. (2016). Introduction. The quantified self and statistical bodies. *Digital Culture & Society*, 2(1), 5-21. <https://doi.org/10.14361/dcs-2016-0102>
- Agamben, G. (2020a). The invention of an epidemic. *The European Journal of Psychoanalysis*. <https://www.journal-psychoanalysis.eu/articles/coronavirus-and-philosophers/>
- Agamben, G. (2020b). Clarifications. *The European Journal of Psychoanalysis*. <https://www.journal-psychoanalysis.eu/articles/coronavirus-and-philosophers/>
- Ajana, B. (2017). Digital health and the biopolitics of the quantified self. *Digital Health*, 3, 1-18. <https://doi.org/10.1177/2055207616689509>
- Ajana, B. (2018a). Introduction. In B. Ajana (Ed.), *Self-tracking: Empirical and Philosophical Investigations* (pp. 1-10). Palgrave Macmillan. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-65379-2>
- Ajana, B. (2018b). Introduction: Metric culture and the over-examined life. In B. Ajana (Ed.), *Metric Culture* (pp. 1-9). Emerald Publishing Limited, Bingley. <https://doi.org/10.1108/978-1-78743-289-520181001>
- Ajana, B. (2020). Personal metrics: Users' experiences and perceptions of self-tracking practices and data. *Social Science Information*, 59(4), 654-678. <https://doi.org/10.1177/0539018420959522>
- Ajana, B. (2021). Immunitarianism: Defence and sacrifice in the politics of COVID-19. *History and Philosophy of the Life Sciences*, 43(1), 1-31. <https://doi.org/10.1007/s40656-021-00384-9>
- Akinbi, A., Forshaw, M., ve Blinkhorn, V. (2021). Contact tracing apps for the COVID-19 pandemic: A systematic literature review of challenges and future directions for neo-liberal societies. *Health Information Science and Systems*, 9, 1-15. <https://doi.org/10.1007/s13755-021-00147-7>

- Albrechtslund, A. (2008). Online social networking as participatory surveillance. *First Monday*, 13(3). <https://doi.org/10.5210/fm.v13i3.2142>
- Anadolu Ajansı. (2020, Mart 24). Türkiye'nin koronavirüsle mücadele politikasına 'Bilim Kurulu' yön veriyor. <https://www.aa.com.tr/tr/koronavirus/turkiyenin-koronavirusle-mucadele-politikasina-bilim-kurulu-yon-veriyor/1777215>
- Apple Newsroom. (2020). Apple ve Google, COVID-19 temas izleme teknolojisi için iş birliği yapıyor. <https://www.apple.com/tr/newsroom/2020/04/apple-and-google-partner-on-covid-19-contact-tracing-technology/>
- Apple. (2020). *Privacy-preserving contact tracing*. <https://covid19.apple.com/contacttracing>
- Beer, D. (2016). *Metric power*. London: Palgrave Macmillan.
- Belliger, A., ve Krieger, D. J. (2016). From quantified to qualified self. *Digital Culture & Society*, 2(1), 25-40. <https://doi.org/10.14361/dcs-2016-0103>
- Boormeester, F. (2022, May 11). *Summary of quantified self report by The Economist*. <https://www.linkedin.com/pulse/summary-quantified-self-report-economist-frank-boormeester>.
- Budd, J., Miller, B. S., Manning, E. M., Lamos, V., Zhuang, M., Edelstein, M., ... ve McKendry, R. A. (2020). Digital technologies in the public-health response to COVID-19. *Nature medicine*, 26(8), 1183-1192. <https://doi.org/10.1038/s41591-020-1011-4>
- Chapple, C. (2020). Health & Fitness App Adoption Up Record 47% So Far in Q2 2020. Sensor Tower Blog. <https://sensortower.com/blog/health-and-fitness-app-record-download-growth>
- Couch, D. L., Robinson, P., ve Komesaroff, P. A. (2020). COVID-19—extending surveillance and the panopticon. *Journal of Bioethical Inquiry*, 17, 809-814. <https://doi.org/10.1007/s11673-020-10036-5>
- DeCell, C. (2020). *Can governments track the pandemic and still protect privacy?*. <https://www.justsecurity.org/69549/can-governments-track-the-pandemic-and-still-protect-privacy/>
- Deloitte. (2020). *Küresel COVID-19 salgınının Türkiye'de farklı kategorilere etkileri*. <https://www2.deloitte.com/content/dam/Deloitte/tr/Documents/consulting/kuresel-covid-19-salgininin-turkiyede-farkli-kategorilere-etkileri-sayi-2.pdf>
- Dennis, K. (2008). Keeping a close watch—the rise of self-surveillance and the threat of digital exposure. *The Sociological Review*, 56(3), 347-357. <https://doi.org/10.1111/j.1467-954X.2008.00793.x>
- Ding, X., Clifton, D., Ji, N., Lovell, N. H., Bonato, P., Chen, W., ... ve Zhang, Y. T. (2020). Wearable sensing and telehealth technology with potential applications in the coronavirus pandemic. *IEEE Reviews in Biomedical Engineering*, 14, 48-70. <https://doi.org/10.1109/rbme.2020.2992838>
- Dougherty, B.L. (2020). Looking beyond the sick body. *American Sociological Association Footnotes*. 48(3), 32.
- Filyasyon ve İzolasyon Takibi App Store Mobil Uygulaması. (2020). <https://apps.apple.com/us/app/filyasyon-ve-i-zolasyon-takibi/id1507241355>
- Foucault, M. (1992). *Hapishanenin doğuşu* (M. A. Kılıçbay, Çev.). İmge Kitabevi.
- Foucault, M. (2002). *Toplum savunmak gerekir* (Ş. Aktaş, Çev.). Yapı Kredi Yayınları.
- Foucault, M. (2015). *Biyopolitikanın doğuşu-College De France dersleri (1978-1979)* (A. Tayla, Çev.). İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Furedi, F. (2001). *Korku kültürü: Risk almanın riskleri* (B. Yıldırım, Çev.). Ayrıntı Yayınları.
- Furedi, F. (2020). *Democracy under siege: Don't let them lock it down!*. John Hunt Publishing.
- Furedi, F. (2021). *Politics of fear in the era of permanent pandemics*. Policy Paper-4, Cappadocia University. <https://commonhorizon.kapadokya.edu.tr/wp-content/uploads/2021/12/Siyasa-Belgesi-Frank-Furedi-EN.pdf>
- Göksedef, E. (2020, Nisan 14). *Koronavirüs salgını: COVID-19 dışındaki hastalıkların tedavisi aksıyor*. BBC. <https://www.bbc.com/turkce/haberler-turkiye-52280042>
- Gün, E., ve Kolukırcık, S. (2021). COVID-19 döneminde

- toplumsal risk algısı, refleksivite ve belirsizlik: Twitter paylaşımları üzerine bir analiz. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 32(1), 291-305. <https://doi.org/10.18069/firatsbed.989222>
- Gün, S., ve Uludağ, H. (2022). COVID-19 salgını eşitleyici bir deneyim miydi? Salgın sürecinde dezavantajlı/savunmasız gruplar, damgalanma ve eşitsizlikler. *Üçüncü Sektör Sosyal Ekonomi Dergisi*, 57(4), 3078-3096. <https://doi.org/10.15659/3.sektor-sosyal-ekonomi.22.12.2002>
- Günindi Ersöz, A. (2020). COVID-19 salgını özelinde Ulrich Beck'in "risk toplumu" ile Anthony Giddens'in "geç modernite" kavramlarını yeniden düşünmek. *Electronic Turkish Studies*, 15(6). <http://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.44531>
- Hayat Eve Sığar Mobil Uygulaması. (2020). <https://play.google.com/store/apps/details?id=tr.gov.saglik.hayatevesigar&hl=tr&gl=US>
- Hülür, H. (2009). Faşist olmayan varolma biçimlerinin olanakları üzerine: Michel Foucault'da normalleşme, benlik ve etik. *EKEV Akademi Dergisi*, 13(40), 447-470.
- Ibrahim, N. K. (2020). Epidemiologic surveillance for controlling COVID-19 pandemic: Types, challenges and implications. *Journal of infection and public health*, 13(11), 1630-1638. <https://doi.org/10.1016/j.jiph.2020.07.019>
- Ioannou, A., ve Tussyadiah, I. (2021). Privacy and surveillance attitudes during health crises: Acceptance of surveillance and privacy protection behaviours. *Technology in Society*, 67, 101774. <https://doi.org/10.1016/j.techsoc.2021.101774>
- Kaur, H., Singh, T., Arya, Y.K. ve Mittal, S. (2020). Physical fitness and exercise during the COVID-19 pandemic: A qualitative enquiry. *Frontiers in Psychology*, 11, 590172, 66-75. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.590172>
- Kim, Y., Chen, Y., ve Liang, F. (2021). Engineering care in pandemic technogovernance: The politics of care in China and South Korea's COVID-19 tracking apps. *New Media & Society*, 1-19. <https://doi.org/10.1177/14614448211020752>
- Kummitha, R.K.R. (2020). Smart technologies for fighting pandemics: The techno-and human-driven approaches in controlling the virus transmission. *Government Information Quarterly*, 37(3), 101481. <https://doi.org/10.1016/j.giq.2020.101481>
- Lupton, D. (1997). *The imperative of health: Public health and the regulated body*. Sage Publications.
- Lupton, D. (2006). Sociology and risk. In G. Mythen ve S. Walklate (Ed.), *Beyond the risk society: Critical reflections on risk and human security* (pp. 11-24). Open University Press.
- Lupton, D. (2014). Self-tracking modes: Reflexive self-monitoring and data practices. [Workshop]. *Imminent Citizenships: Personhood and Identity Politics in the Informatic Age*, Australian National University, Canberra. <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.2483549>
- Lupton, D. (2016). The diverse domains of quantified selves: Self-tracking modes and dataveillance. *Economy and Society*, 45(1), 101-122. <https://doi.org/10.1080/03085147.2016.1143726>
- Lupton, D. (2019). Dijital siborg assemblajı: Donna Haraway'in siborg kuramı ve yeni dijital sağlık teknolojileri (S. Demiralp, Çev.). *Doğu Batı Düşünce Dergisi*, 21(86), 143-156.
- Mansouri, F., ve Sefidgarbaei, F. (2021). Risk society and COVID-19. *Canadian Journal of Public Health*, 112(1), 36-37. <https://doi.org/10.17269/s41997-021-00473-z>
- Meidert, U., ve Scheermesser, M. (2021). Quantified self-technologies for better a disease management?. [Conference]. In 2021 Congress of the Swiss Sociological Association: "Social Justice in Times of Uncertainty", Geneva, Switzerland.
- Nafus, D. (Ed.). (2016). *Quantified: Biosensing technologies in everyday life*. MIT Press.
- Pfaller, L. (2020). Theorizing the virus: Abjection and the COVID-19 pandemic. *International Journal of Sociology and Social Policy*, 40(9/10), 821-829. <https://doi.org/10.1108/IJSSP-06-2020-0243>
- Quantified Self (2022). *What is quantified self?* <https://quantifiedself.com/about/what-is-quantified-self/>
- Ram, N., ve Gray, D. (2020). Mass surveillance in the age of COVID-19. *Journal of Law and the Biosciences*, 7(1), Isaa023. <https://doi.org/10.1093/jlb/Isaa023>

- Reuters. (2020, January 23). *Wuhan lockdown 'unprecedented', shows commitment to contain virus: WHO representative in China.* <https://www.reuters.com/article/us-china-health-who-idUSKBN1ZM1G9>
- Rose, N. (2001). The politics of life itself. *Theory, Culture & Society*, 18(6), 1-30. <https://doi.org/10.1177/02632760122052020>
- Sensor Tower. (2021). The State of Health & Fitness Apps, Market Overview United States. <https://go.sensortower.com/rs/351-RWH-315/images/state-of-health-and-fitness-apps-2021-final.pdf>
- Sensor Tower. (2022). The State of Health & Fitness Apps in Europe <https://go.sensortower.com/rs/351-RWH-315/images/state-of-health-fitness-apps-europe-2022.pdf>
- Sharon, T. (2021). Blind-sided by privacy? Digital contact tracing, the Apple/Google API and big tech's newfound role as global health policy makers. *Ethics and Information Technology*, 23(1), 45-57. <https://doi.org/10.1007/s10676-020-09547-x>
- Similarweb. (2022). *En çok kullanılan sağlık ve fitness uygulamaları sıralaması.* <https://www.similarweb.com/tr/apps/top/google/app-index/us/health-fitness/top-free/>
- Swan, M. (2013). The quantified self: Fundamental disruption in big data science and biological discovery. *Big data*, 1(2), 85-99. <https://doi.org/10.1089/big.2012.0002>
- Sydow, L. (2021, January 28). Pumped Up: Health and Fitness App Downloads Rose 30% in a Landmark Year for Mobile Wellness. <https://www.data.ai/en/insights/market-data/health-fitness-downloads-rose-30-percent/>
- T.C. Gençlik ve Spor Bakanlığı. (2020, Mart 30). *COVID-19 dışarı çıkmıyoruz! #EvdeKalHareketsizKalma" kamu spotu.* [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=3jKj34lv4zc>
- T.C. Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü. (2020). *2019-nCoV hastalığı sağlık çalışanları rehberi.* https://hsgm.saglik.gov.tr/depo/haberler/ncov/2019-nCov_Hastal_Salk_alanlar_RehberiVI.pdf
- T.C. Sağlık Bakanlığı Sağlık Bilgi Sistemleri Genel Müdürlüğü. (2020). *Filyasyon ve İzolasyon Takip Sistemi (FITAS).* <https://sbsgm.saglik.gov.tr/TR,73584/fitas.html>
- T.C. Sağlık Bakanlığı. (2020, Ocak 31). *Koronavirüs bilim kurulu, Bakan Koca başkanlığında toplandı.* <https://www.saglik.gov.tr/TR,63605/koronavirus-bilim-kurulu-bakan-koca-baskanliginda-toplandi.html>
- T.C. Sağlık Bakanlığı. (2020, Temmuz 20). *COVID-19 Bilgilendirme Platformu, kamu spotları.* <https://covid19.saglik.gov.tr/TR-66174/kamu-spotlari.html>
- T.C. Sağlık Bakanlığı. (2020a). *COVID-19 nedir?* <https://covid19.saglik.gov.tr/TR-66300/covid-19-nedir.html>
- T.C. Sağlık Bakanlığı. (2020b). *COVID-19 Bilgilendirme Platformu.* <https://covid19.saglik.gov.tr/>
- T.C. Sağlık Bakanlığı. (2020c). *Hayat Eve Sığar: Güvenli alan- HES kodu- ihbar.* <https://hayatevesigar.saglik.gov.tr/HES.pdf>
- T.C. Sağlık Bakanlığı. (2020d). *Hayat Eve Sığar (HES) uygulaması aydınlatma metni.* https://hayatevesigar.saglik.gov.tr/gizlilik_politikasi_index_V2.html
- The Washington Post. (2020, February 8). *Chinese officials note serious problems in coronavirus response. The World Health Organization keeps praising them.* https://www.washingtonpost.com/world/asia_pacific/chinese-officials-note-serious-problems-in-coronavirus-response-the-world-health-organization-keeps-praising-them/2020/02/08/b663dd7c-4834-11ea-91ab-ce439aa5c7c1_story.html
- Thompson, D. (2020, April 7). *The technology that could free America from quarantine.* Atlantic. <https://www.theatlantic.com/ideas/archive/2020/04/contact-tracing-could-free-america-from-its-quarantine-nightmare/609577/>
- van Dijck, J. (2014). Datafication, dataism and dataveillance: Big data between scientific paradigm and ideology. *Surveillance & Society*, 12(2), 197-208. <https://doi.org/10.24908/ss.v12i2.4776>
- Vaudenay, S. (2020). Centralized or decentralized? The contact tracing dilemma. *International*

Association for Cryptologic Research Cryptology ePrint Archive. <https://eprint.iacr.org/2020/531>

Vaz, P., ve Bruno, F. (2003). Types of self-surveillance: from abnormality to individuals 'at risk'. *Surveillance & Society*, 1(3), 272-291. <https://doi.org/10.24908/ss.v1i3.3341>

Whitelaw, S., Mamas, M. A., Topol, E., ve Van Spall, H. G. (2020). Applications of digital technology in COVID-19 pandemic planning and response. *The Lancet Digital Health*, 2(8), e435-e440. [https://doi.org/10.1016/S2589-7500\(20\)30142-4](https://doi.org/10.1016/S2589-7500(20)30142-4)

World Health Organization. (2020a). *Coronavirus disease (COVID-19)*. https://www.who.int/health-topics/coronavirus#tab=tab_1

World Health Organization. (2020b). *Stay physically active during self-quarantine*. <https://www.euro.who.int/en/health-topics/health-emergencies/coronavirus-covid-19/publications-and-technical-guidance/noncommunicable-diseases/stay-physically-active-during-self-quarantine>

Worldometer. (2022, Mayıs 6). *COVID-19 Coronavirus pandemic statistics*. <https://www.worldometers.info/coronavirus/>

Wortham, J. (2021). The Future of Work, The Rise of the Wellness App. *The New York Times Magazine*. <https://www.nytimes.com/2021/02/17/magazine/wellness-apps.html>

Yau, N., ve Schneider, J. (2009). Self-surveillance. *Bulletin of the American Society for Information Science and Technology*, 35(5), 24-30.

Zuboff, S. (2015). Big other: Surveillance capitalism and the prospects of an information civilization. *Journal of Information Technology*, 30(1), 75-89. <https://doi.org/10.1057/jit.2015.5>

Extended Abstract

The human body is at the center of COVID-19 pandemic in cultural, social, and political terms besides the health dimension. In fact, the human body is both the subject and object of all rules, restrictions, new norms, greater surveillance, and control through digital technologies, and it is also the creator and carrier of shifting everyday

life practices and social interactions. The study investigates the pandemic process based on the interaction between the body and society while exploring the effects of the rules and restrictions implemented within the purview of pandemic measures, elevated use of digital technology, datafication, measurement and quantification of it in three fundamental contexts; digitalization, surveillance, and self-tracking, by looking at the literature, practices and responses to the pandemic in the world and Turkey.

The increased use of various forms of technology during the COVID-19 period has helped speed up the development of digitalization. Digital technology and apps were used not only in the quick, efficient, and straightforward management of the pandemic but also in the management of interrupted social relations and the continuation of daily life. In the digital world we live in, which is filled with mobile devices, computers, security cameras, wearable technologies, artificial intelligence, big data, and algorithms, our data may be gathered, saved, and analyzed always for different reasons. Digital technologies make it simpler to view, monitor, manage, and regulate the body. Since these technologies have permeated our life, they make this situation seem normal. Looking through the lenses of a Foucauldian reading, the pandemic measures, which include several follow-ups, documenting, and control procedures to fight against the outbreak have brought the hegemony of the biopolitics, which establishes its power over the bodies, and made it more visible. Different countries have developed different pandemic management strategies, using digital data collection, surveillance, and follow-up. These strategies evaluate bodies as quantitative units and bring bodily practices and activities under control by rationalizing monitoring and supervision. The construction of power took place without any coercion due to the constant surveillance anxiety created through hierarchical surveillance, and meanwhile, knowledge has played an active role in defining norms, the adoption of surveillance mechanisms, and the construction of the legitimacy ground for health by consent manufacturing. To explain the

pandemic process and justify the steps for the rearrangement of bodies, bodily activities, and practices to preserve optimal health conditions, medical knowledge and statistics were consulted. Various health authorities, especially the WHO, the Ministry of Health, and the Scientific Committee in Turkey were the primary players.

Using digital technologies worldwide, surveillance -which has become an enforced option against protecting health- has become widespread. Particularly, the Chinese government has expanded surveillance by incorporating more applications and devices using artificial intelligence, facial recognition technology, CCTV cameras, sensors, drones, remote body temperature measuring devices, and QR codes to smart cities it had developed before the pandemic. It has implemented limitations including complete isolation while gathering data on travel, movement, and health condition via several channels. Following China, other countries and tech giants like Google and Apple embraced digital technologies to combat the pandemic and created various contact-tracing apps. Digital technologies' effectiveness, speed, and accessibility clarified their usefulness. The widespread incorporation of digital technology into social life, on the other hand, raises the possibility of perceiving datafication and interference in the body as natural, normal, and ordinary. It can hide the potential effects of monitoring and control, which may compromise secrecy and privacy, and it can become permanent after the outbreak. In the long term, it raises questions about how, where, why, and by which actors this diverse data gathered and exchanged across many platforms will be processed. In this perspective, having a transparent strategy centering on human rights, respect for digital rights, privacy-friendly tracking procedures, and protecting personal data becomes critical.

Self-tracking and quantification mechanisms have also evolved into more functional systems with the internalization of surveillance and control, which had an external characteristic during pandemic,


to protect body and public health along with responsibility of self-control and an active role assigned to individuals by the health risk discourse and rules emphasizing the ideal citizen. Individuals have been monitoring their basic health indicators, physical performance, and actions, isolating themselves, and following vaccination schedules via digital technologies. There has been a significant increase in the demand for self-tracking devices and applications such as fitness, health, diet, sleep, and meditation to protect their health and maintain their physical mobility. While it contributes to well-being and health awareness; it also means that the body will be observed and recorded in different contexts, coded, digitized, will become the object of biotechnologies, and that datafication will become widespread. During the pandemic, individuals became the source of a huge data flow by constantly monitoring and measuring themselves, and by sharing this data, they became actively involved in their own surveillance processes and enlarged the surveillance even more. Therefore, surveillance and self-tracking as a form of self-surveillance have been mutually complementary throughout the pandemic.


During pandemic, concerns have grown with increasing cases and mortality rates, and thus, the ordinary in our day-to-day lives was perceived as out of the box to preserve the social order. Within this period, norms that did not previously exist have been incorporated into social life. Based on the assumption that health represents good versus disease, digitally mediated surveillance and social control have begun to be used effectively through suggestions, rules and restrictions in the maintenance of the pandemic management, which lay their foundations on the healthy society ideal. However, although there is a rapid and effective response to the global health crisis during the COVID-19, there are increasing doubts that surveillance will normalize after the pandemic. Consequently, it is necessary to seek answers to ethical and legal questions related to privacy about how, where, for which purposes

and between which actors the collected data will be exchanged and processed in the long term, whether it will remain anonymous and whether it will be easier to use beyond the field of health.

Yazar Bilgileri

Author details

1-Arş. Gör., Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi Edebiyat
Fakültesi Sosyoloji Bölümü, hilal.uludag@hbv.edu.tr, 

2-Arş. Gör., Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi Edebiyat
Fakültesi Sosyoloji Bölümü, serap.gun@hbv.edu.tr, 

Katkı Oranı

Author Contribution Percentage

Birinci yazar % First Author %	50
İkinci yazar % Second Author %	50

Destekleyen Kurum/Kuruluşlar

Supporting-Sponsor Institutions or Organizations:

Herhangi bir kurum/kuruluştan destek alınmamıştır. None

Çıkar Çatışması

Conflict of Interest

Herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır. None

Kaynak Göstermek İçin

To Cite This Article

Uludağ, H. & Gün, S. (2023). Beden odağında COVID-19 salgını:
Dijitalleşme, gözetim ve öz-takip. *Yeni Medya*, (14), 155-177,
<https://doi.org/10.55609/yenimedya.1215523>