



SERBEST ZAMAN VE GÜNDELİK HAYAT SOSYOLOJİSİ BAĞLAMINDA

“DİJİTAL HUZURSUZLUK”: İLETİŞİMİN VE ZAMANIN HIZINA YETİŞME ENDİŞESİ*

Dr. Öğr. Üye. Cihan OĞUZ**

ÖZ

Dijitalleşmenin her alanda olduğu gibi 21. Yüzyıl dünyasında iletişim biçimlerini de değiştirdiği görülmektedir. Bu süreci sadece teknolojik bir devrim olarak değerlendirmek yetersiz kalmaktadır. Dijital çağ, kendi özgün kültür yapısını da geleneksel kültürün üstüne ikame etmeye başlamıştır. Bunun sonucu olarak da, bireylerin günlük yaşam tarzları, kültürel alışkanlıkları, hatta psikolojik refleksleri günden güne kabuk değiştirmekte, dijitalleşmenin hızına uyarlanmakta güçlük çeken geleneksel yaşam tarzları etkisini yitirmektedir. Kimi iletişimcilerin “nomofobi” veya “FoMO”, kimilerinin de “internet (sosyal medya) bağımlılığı” olarak nitelendirdiği *dijital huzursuzluk*, aslında, iletişimin ve zamanın hızına yetişme endişesinden kaynaklanmaktadır. Bu endişe, bireylerdeki gündelik yaşam reflekslerini de yeniden düzenlemekte, kendi içselliğine çekmektedir. Bireyin kendi özgün kimliğinden bağımsız olarak, onu kuşatan değerler sistemi, bu yeni süreci yönetmektedir. Bireye düşen ise bu sürece ne kadar uyarlanıp uyarlanmadığını yaşayarak görmekten ibarettir. Bireyin yeni uyarlandığı veya reddettiği bu süreç, aynı zamanda dijitalleşmenin de gelişme evresidir. Kısacası, iletişimin ve zamanın hızına yetişme endişesi, dijitalleşmenin neden olduğu sosyal bir semptomdur. Bireyin buna nasıl rıza gösterdiği veya bu zincirlerden nasıl kurtulacağı ise trajik bir soru işareti olarak belirmektedir. Bu çalışma, dijital huzursuzluk olgusunu “serbest zaman” ve Erving Goffman’ın “gündelik hayat sosyolojisi” kavramları çerçevesinde tartışarak, yeni iletişim teknolojilerinin bireyde oluşturduğu kültürel değişimlerin yönünü anlamayı amaçlamıştır.

Anahtar kelimeler: Benliğin dijitalleşmesi, Serbest zaman, Gündelik hayat sosyolojisi,

"DIGITAL UNREST" IN THE CONTEXT OF SOCIOLOGY OF FREE TIME AND EVERYDAY LIFE: CONCERN OF COMPETING WITH THE SPEED OF COMMUNICATION AND TIME

ABSTRACT

It is seen that digitalization has changed the forms of communication in the 21st century world as in every field. It is insufficient to consider this process only as a technological revolution. The digital age has begun to replace its own unique cultural structure over traditional culture. As a result, the daily lifestyles, cultural habits, and even psychological reflexes of individuals are changing day by day, and traditional lifestyles that have difficulty in adapting to the pace of digitalization lose their influence. Digital unrest, which some communicators call "nomophobia" or "FoMO" and others "internet (social media) addiction", actually stems from the anxiety of keeping up with the speed of communication and time. This anxiety also rearranges the daily life reflexes of individuals and draws them to their internality. Independent of the individual's own unique identity, the surrounding value system manages this new process. What an individual has to do is to see how well he or she is adapted to this process by experiencing. This process, in which the individual is newly adapted or rejected, is also the development phase of digitalization. In short, communication and the worry of keeping up with the pace of

* Bu çalışma, Adana’da 22-23 Şubat 2020 tarihlerinde gerçekleştirilen 1. Uluslararası Yeni Dünyada İletişim Kongresi’nde sunulan “Dijital Huzursuzluk: İletişimin ve Zamanın Hızına Yetişme Endişesi” başlıklı bildiri özetinden türetilmiştir.

** İstanbul Yeni Yüzyıl Üniversitesi/İletişim Fakültesi/Yeni Medya ve İletişim Bölümü/Yeni Medya ve İletişim Pr, cihanoguz@yahoo.com, Orcid ID: 0000-0002-0997-0826

time is a social symptom caused by digitalization. How the individual consents to this or how to get rid of these chains appears as a tragic question mark. This study aims to understand the direction of cultural changes created by new communication technologies in individuals by discussing the concept of digital unrest within the framework of "leisure" and Erving Goffman's "sociology of everyday life".

Keywords: Digitalization of the self, Leisure, Sociology of Everyday Life,

Giriş

Yeni iletişim teknolojilerinin ortaya çıkmasıyla birlikte, akıllı telefonların, internetin, bu doğrultuda da yeni/sosyal medyanın bireylerde alışkanlıktan öte "bağımlılık" oluşturduğu neredeyse genel bir kabul halini almıştır. Bir bakıma, "sosyal medyaya bağlı olmak ile bağımlı olmak arasındaki ince çizgi aşılmaya başlanmıştır" (Yengin ve Bayındır 2019: 85). Hatta bir başka yaklaşıma göre, günümüzde dış dünyaya karşı ilgisi ve algısı düşmüş, adeta uyurgezer gibi kendini gerçek hayata kapatıp, sanal yaşamlara ve fantazyalara dalmış insanlar topluluğunun etrafımızı sardığı görülmektedir (Övür 2019: 55). Bunun sonucu olarak da, özellikle genç bireylerin dijital dünya dışında bir seçenek aramadıkları/tanımadıkları sorunsalı gündeme gelmektedir. Sadece gündelik yaşamı değil, iş hayatını ve mesleki performansı da etkilemesi açısından bu süreç biraz da zorunlu olarak işlemektedir. Çünkü, dijital teknoloji sadece yeni meslekler yaratmakla kalmıyor, geleneksel sektörleri, sektörlerin istihdam yapısını (emek ya da teknoloji yoğun) ve verimli üretim için gerekli olan tüm dönüşümü sağlıyor (Büyükusla 2017: 36). Dijital teknoloji sarmalı, bir yandan bireylerin yaşantılarını etkilerken, diğer yandan da toplumsal katmanları dönüştürmektedir. Sadece bireysel yaşamlar değil, toplumsal yaşamın bizatihi kendisi dijitalleşmekte; bu gerçeklik de, herkesin yeni yaşam tarzına uyarlanmasını zorunlu kılmaktadır. Toffler'a göre bu "Üçüncü Dalga"dır: "On bin yıl önce tarımın başlamasıyla doğan Birinci Dalga veya endüstri devriminin getirdiği dünyayı sarsan gelişmelerle doğan İkinci Dalga kadar önemlidir. Bizler ise yeni bir devrimin, insanlık tarihinde yeni bir dönemin, Üçüncü Dalga'nın çocuklarıyız" der Toffler, bunun sonucunda yepyeni bir uygarlık doğduğunu, buna karşı çıkanların ise "geçmişte sıkışıp kalan körler" olduğunu söyler (Toffler 2008: 15-17). Kısacası, dijital çağ "seçeneksiz" bir süreç olarak tüm bireyleri ve toplumları kuşatmıştır.

Bu noktada, bireylerin "üçüncü dalga"ya nasıl *kapıldıkları* ve *sürüklenmeye başladıkları* da önem taşımaktadır: Yeni uygarlığa alışan ve onun *nimetlerini* kanıksayan (hatta kutsayan) bireyler için bundan sonrası, *dijitalleşmenin kölesi* haline gelmek ile *kazanımlarını* bir an olsun yitirmemek arasında gidip gelen bir sarkaçta konumlanmaktan ibarettir. Yeni çağ ve dijitalleşme, yeni medya aracılığıyla bugüne kadar inşa edilen her şeyi (hatta zamanı bile) analog olmaktan çıkarıp akıl almaz bir hızla ve çok çabuk tüketerek, dahası yerine ânında yenilerini koyarak 21. Yüzyılın hem müjdesi hem kâbusu haline gelmiştir.

Bu müjde ve kâbusun ulaştığı nokta bireyi çelişkiye düşürmüş, birey de anlamlandıramadığı ve tanımlayamadığı bu yeni gerçekliğe alışmaktan/katlanmaktan başka çaresi kalmadığını zımnen kabul etmiştir. Yeni çağın bireyi, tıpkı bir önceki çağın bireyi gibi yeni korkular, endişeler ve tedirginlikler edinmeye başlamış, ancak bu kez çıtayı biraz daha yukarıya taşıyarak, yeni iletişim teknolojilerinin zihninde ve bilincinde

yol açtığı *sosyal semptomlara* boyun eğmiştir. Bu durum, “dijital huzursuzluk” olarak adlandırılabilir *depresif* bir refleksler zincirine kapı aralamıştır.

1. “SERBEST ZAMAN” VE DİJİTAL HUZURSUZLUK KAVRAMI

İletişimcilerin “nomofobi”, “FoMO” veya “internet (sosyal medya) bağımlılığı” olarak nitelendirdiği dijital huzursuzluk, aslında, iletişimin ve zamanın hızına yetişme endişesinden kaynaklanmaktadır.

Nomofobi, No-Mobile-Phone ifadesinin kısaltılmışı olarak literatürdeki yerini almıştır. “Akıllı telefonlardan uzak kalındığı takdirde stres veya panik olma durumuyla pekişip, çevredeki olayları algılamama, devamlı mobil cihazı kontrol etme hissine kapılma” anlamına gelmektedir. Akıllı mobil cihazlar kullanımı arttıkça beyne mutluluk hissini salgılamaya başlamıştır (Polat 2017: 168). Telefonu arızalandığında servise verip onarılmasını beklerken 2-3 gün *kıvranan* bireyler bu kategoriye girmektedir.

FoMO (Fear of Missing Out) ise “Gelişmeleri Kaçırma Korkusu” olarak tanımlanmaktadır. Kavram, ilk olarak 2004 yılında yazar Patrick J. McGinnis tarafından ortaya atılmıştır (McGinnis 2017). FoMO durumunda birey, diğerlerinin deneyimlediği şeylerden eksik kalma duygusu hisseder. FoMO başkalarının ne yaptığını sürekli izleme arzusudur. FoMO ayrıca, pişmanlık duygusu olarak da tanımlanmaktadır. Bu durumda birey, eğlenceli etkinliklerden, kârlı bir yatırımdan, kitap okumaktan ve sosyal etkileşimden mahrum kalma korkusu yaşar (McGinnis 2017). İnternet (sosyal medya) bağımlılığı ise nomofobi ile FoMO’nun kesişim kümesini oluşturmaktadır. Çünkü sosyal medya, “hem bireysel hem de sosyal dünyaları birbirine bağlar ve kişilerarası ve kitle iletişiminin bir bileşimini sunar” (Van Dijk 2018: 251). Dolayısıyla, “teknolojik yoksunluk” ile “gündemden geri kalma” endişesinin uzandığı rota sosyal medya ve internet dünyasıdır.

Bu endişenin sosyo-psikolojik boyutu, bireylerin internete erişemedikleri zamanlarda huzursuz, sinirli, depresif ya da başkalarına saldırma eğiliminde olabilmeleridir. Bireyin tutkulu olduğu nesne, telefon veya internet değil, onların sağladığı *sosyal ortamdır*. Çünkü birey kendini o ortamda huzurlu hissetmekte ve kişiliğini o ortamda sergileme fırsatı bulmaktadır. Bireyler cep telefonlarını sadece birbirleriyle haberleşmek için değil, kişisel gelişimleri, günlük rutin işleri, fatura ödemeleri, dijital alışverişleri, film, dizi veya video izlemek, bankacılık işlerini gerçekleştirme, kitap okuma, en nihayetinde de sosyal medya amaçlı kullanmaktadır. Kısacası, varlıklarını sürdürebilmek için yapmaları gereken etkinliklerin dışındaki yaşam etkinliklerinin önemli bir bölümünü dijital ortamda gerçekleştirirler.

Bireyin tüm dijital etkinliklerini akıllı telefonundan yürütmesi, endişenin *kaynağını* da tek nesneye/boyuta indirgemektedir. İletişimde “yakınsama” olarak nitelendirilen bu *kazanım*, kaybedildiği an bireylerde tarifi belirsiz huzursuzluk ve endişelere yol açmaktadır. Zira yakınsama, akıllı telefonlarda resim, video, sinema, radyo, dergi bulunması ve aralarındaki uzaklığın gittikçe azalması, farklı cihazlarda yapılan işlerin gittikçe gelişen teknoloji sayesinde tek bir cihazla yapılabilmesidir. Örneğin; cep telefonlarımız sadece bir iletişim aracı olmaktan çıkmış, kamera, saat, takvim, kronometre, pusula, video oynatıcı, vb. şeyleri de kapsayan bir kompleks haline gelmiştir” (Yoloğlu 2019: 1453). Sadece sosyal hayatını değil ekonomik aktivitelerinin

önemli bir bölümünü sürdürebilmek için de tüm *hazinesini* tek bir cihazda toplayan bireyin bu ortamdaki -geçici bile olsa- mahrum kalması, dijital huzursuzluğa adım atmasına yetecektir.

Sosyolojide “serbest zaman” olarak nitelendirilen bu düzlem, bireyin hem yaşam alanı hem eli ayağı olmuştur. Bireylerdeki dijital huzursuzluğun kaynağı da bu noktada ortaya çıkmaktadır. İletişimin ve zamanın hızı ile bireylerdeki refleksin birbiriyle çeliştiği veya uyumsuzluk gösterdiği anlarda dijital huzursuzluk belirlemekte, dijital ortamdaki kopan bireyler kendilerinde boşluk ve eksiklik hissetmektedir. Özellikle Facebook ve Instagram’daki bir paylaşımın takipçi sayısının az veya çok oluşu da dijital huzursuzluğun derecesini belirlemektedir.

Peki, bireyleri nomofobiye veya FoMO’ya iten koşulların izdüşümünde ne yatmaktadır? Kökeni Antik Yunan’a kadar uzanan “serbest zaman” kavramını ilk dile getiren düşünürün Aristoteles olduğu bilinmektedir. McLean ve arkadaşlarına (2008: 39) göre, Aristoteles, bireylerin sadece özgür iradeleri ile seçtikleri maddi bir fayda veya gerçekten zorunlu bir fizyolojik ihtiyaç için yapmadıkları tüm faaliyetleri serbest zaman kategorisinde değerlendirmiştir (aktaran Karakoç ve Taydaş 2013: 35). Kölelerin emeğiyle sağlanan serbest zamanlarda ortaya çıkan felsefe, müzik, sanat gibi etkinlikleri ilk kez sistematik bir biçimde inceleyen Aristoteles’e göre serbest zaman *özgür* bir zamandır (Aydoğan 2019: 6). Asırlar sonra kavramı yeniden ele alan Adorno’ya (1994: 71-72) göre, modern dönemde çalışmanın ve hazzın eşit olarak yaşandığını düşünmek yanlıştır. Günümüzde bunların ikisi de toplumun üretkenliğini sağlamak açısından, katı bir biçimde korunmaktadır (aktaran Aydoğan 2019: 127). Blanco’ya (2014: 190) göre ise “anlıklar kesintisiz değişimler üzerinde temellenmiş bir postmodern toplumdan gelen dışsal faktörler, sanal ortamın gelişimi, ucuz ve kullanımı kolay olan bütün teknolojik araçların etkisi ve genişbant internet kullanımının demokratikleşmesi, önceki modellere karşı yeni bir boş zaman türünün oluşumuyla sonuçlanmıştır: Dijital boş zaman.” Bu yeni kavram, iletişim dünyasındaki konjonktürü de özetlemektedir.

Tam da bu noktada, serbest zamanın “öznesi” olan bireyler için, Amerikalı sosyolog, iktisatçı ve akademisyen Thorstein Veblen “lisure” (aylak) nitelmesini kullanmıştır. Veblen, bu bireylerin oluşturduğu zengin tabakayı da “aylak sınıf” olarak tanımlamıştır. “Aylak sınıf”ın en önemli özelliği ise gösteriş tüketimi yapmalarıdır” (Veblen 2016: 40-41). Günümüzdeki yeni iletişim teknolojileri göz önüne alındığında ise Keskin ve Bayram’ın (2019) “Elektronik Aylaklık” (e-aylaklık) kavramı dikkat çekmektedir. Keskin ve Bayram’ın yaklaşımı, elektronik aylaklık ile nomofobi ve FoMO’yu ilişkilendirme yönündedir:

“...bu iki davranış biçimi, elektronik aylaklık ile ilişki kurulabilecek yönlerde sahip bulunmaktadır. Yakın özelliklere sahip bu iki endişe, bireyi, aylak kesime özgü tüketim davranışına sürükleyebilecek nitelikler taşımaktadır. Elektronik aylaklık, bilgisayar oyunları ile özdeş gibi algılanmasına karşılık, fomo/nomofobik bireylerin de sosyal medya hesaplarına takipçi satın alarak kendilerini sosyal mecrada geri kalma endişesinden kurtarmaya çalıştıkları göz önünde bulundurulduğunda, söz konusu türden endişelerin de bireyi gösterişçi

sanal tüketim yapmaya yönlendirdiğini ifade etmek mümkün olabilmektedir.” (Keskin ve Bayram 2019: 8)

Yaşamın her alanını kuşatan dijital devrim, bireylere sadece gündelik yaşantılarını kolaylaştırma olanağı vermez; yarattığı serbest zamanla kendini geliştirme ve haz alma fırsatı tanır. Ancak önceki analog yaşamın görece zorlu ve uğraştırıcı yanı, aslında bireyi *diri tutan* bir etkinlikler zinciridir. Dijitalleşmenin sağladığı kolaylıklar ise hem zihinsel hem de bedensel tembelliğe yol açacak düzlemedir. Analog yaşam, birbirine vidalarla bağlanmış ve herhangi bir arıza/olumsuzluk durumunda onarılması olanak dahilinde olan katmanlardan oluşmaktadır. Oysa dijital yaşam, hem *vazgeçilemez* olduğunu bireye kabul ettirmekte hem de bireyin elinden kayıp gittiği veya uzaklaştığı an onu çaresiz hissettirecek bir ortama kapı aralamaktadır. İşte analog yaşamla bağını çoktan koparmış veya -Z Kuşağı gibi- hiç tanışmamış bireyler bu *boşluk* karşısında endişeye ve huzursuzluğa kapılmaktadır.

Dijital yaşam, bireylere tanıdığı serbest zamanın karşılığını, onu *kullanamama* ihtimalini her an Demokles’in kılıcı gibi başında sallayarak ödetmektedir. Bir anlamda bireyler, dijital yaşam karşısında, oyuncağını kaybetmekten korkan çocuk kadar tedirgindir.

2. GOFFMAN'IN “GÜNDELİK HAYAT SOSYOLOJİSİ” KAVRAMI BAĞLAMINDA KÜLTÜREL DEĞİŞİM

Kültürel değişim, aslında *toplumsal değişim* anlamına gelmektedir. Toplumdaki kurumların, ilişkilerin vb. eskisinden farklı, geleceğe dönük yeni bir atmosfer içeren yapıya dönüşmesini vurgulamaktadır. Bu anlamda, kültürel değişimin ivmesi, toplumdaki değişime koşut bir yön çizmektedir.

Küreselleşme, özellikle 2000’li yıllardan itibaren bu süreci hızlandırmaya başlamıştır. Kültürel ortamlar beklenmedik biçimlerde ve eskisine oranla çok daha önemli ölçüde değişim göstermektedir. Göç, kentleşme ve teknoloji bu dinamik ortamın önde gelen etkenleridir. Kültürel kategoriler, ortamlar, yargılar, bağlılıklar ve ilişkiler çığınca değişmektedir. Dünya kültürleri anlamın yeni alanlarına sürekli olarak yeniden bağlantılandırılmaktadır” (Lull, 2001: 199). Son çeyrek yüzyılda kültürel değişimin dönüştürücüsü küreselleşme olmuş, böylece dünya için yeni bir şekillenme başlamıştır.

Dijital huzursuzluğun dayanak noktasını oluşturan bir başka kavram da -Erving Goffman’a (2009) göre *benliğin sunulduğu*- “gündelik hayat”tır. Serbest zamanın tanıdığı olanaklar veya ulaştığı boyut, gündelik hayatın altyapısını ve geleceğini oluşturmaktadır. Goffman, gerçek yaşam ile medya arasında ritüeller açısından bir fark görmektedir. Ona göre medya aracılığıyla standartlaştırılan, abartılan ve basitleştirilen ritüellerden artık bir hiper-ritüel (hyperritual) üretilmiştir (Bayad 2016: 88). Sanal benlik veya sanal kimlik de bu ortamdan kaynaklanmaktadır.

Goffman, kişinin veya bireyin ötekilerle karşılaşması durumunda kendisini nasıl yeniden ele aldığını, nasıl yeni bir şekilde sunduğunu ve bunun için nasıl yeni stratejiler geliştirdiğini benlik sunumu kavramını kullanarak açıklar. İnsanların ötekiyle veya ötekilerle karşılaşması durumunda verdiği izlenimler ve vermeyi istemediği, kaçındığı ancak başkaları tarafından fark edilen veya edilmeyen izlenimlerden oluşan benlik sunum stratejileri kişinin bireysel özelliklerine göre farklılaşabilir (Bayad 2016: 83).

Goffman bu varsayımını “tiyatro” benzetmesiyle açıklamıştır (2009: 13-16). Goffman’a göre, ötekinin varlığıyla karşılaşma ânında yaşanan sosyal etkileşim bir *sahne* gibidir. Orada ortaklaşa bir şekilde oynanacak oyunun kurallarıyla birlikte, oynanan roller hakkındaki bilgi de uzlaşımalsal olarak verilir. Ancak her bireyin tıpkı oyuncuların olduğu gibi bir sahne arkası vardır. Bu yapı kişinin oynadığı rolün kötüye kullanılmasına ve kutsal değerlerinin korunmasına olanak verir (Goffman 1967, aktaran Bayad 2016: 83). Herkes her zaman oyun oynadığı için doğallığın ve sahiciliğin ne olduğunu sorgulamak çok anlamlı değildir. İnsanlar doğal ve kendiliğinden davrandıklarına inandıkları zaman bile sahne üzerinde oyun oynamaktadırlar (Hülür 2017: 158). Dijital huzursuzluk, tam da bu sahneyi tamamlayan bir süreçtir: Birey, kendisine verilen veya kendi seçtiği rolü oynarken, zaman zaman iletişimin ve zamanın hızına yetişme endişesi taşır, *diğerlerinden* uzaklaştığı ya da geride kaldığı zannına kapılır. Bu, bir bakıma tipik bir FoMO refleksidir. Cep telefonundan bir süre uzak kalmak, sosyal medyaya girememek veya internet çekmeyen bir yerde olmak gibi dijital huzursuzluğa yol açan etmenlerin kaynağında, Goffman’ın “kişisel vitrin” diye nitelediği özel yaşam alanının sekteye uğraması yatmaktadır. Temel olarak kişisel vitrin, “görünüş” ve “tutum” olarak değerlendirilebilir. Goffman, “kişisel vitrin”i, “performans sırasında kişi tarafından kasıtlı ya da kasıtsız olarak kullanılan standart ifade donanımı” olarak tanımlamıştır (Goffman 2009: 33). Yaş, cinsiyet, köken, boy, kilo, imaj, jestler ve mimikler kişisel vitrini oluşturan parçalardır. Günümüzde bunlara yeni iletişim teknolojileri sayesinde edinilen davranış ve tutumlar da eklenebilir. Hatta imaj, jest ve mimiklerin bugün sanal dünyada kendine özgü bir altkültür oluşturmaya başladığı da söylenebilir. Emojiler, snapchat bunun bir parçasıdır.

3. DİJİTALLEŞEN BİREY & BENLİĞİN DİJİTALLEŞMESİ

Gündelik hayatın sosyolojisi ve serbest zaman kavramı birlikte ele alındığında, dijitalleşen bireyin *trajik* ama bir o kadar da *keyifli* yolculuğunu iletişim açısından yorumlamak zorunlu hale gelmektedir. Olayın yeni iletişim teknolojileri, akıllı telefonlar, tabletler vb. “teknik” öğelerinin yanı sıra “toplumsal” boyutu da bireyi yakından ilgilendirmektedir. Bu noktada yeni/sosyal medya gündeme gelmektedir. Sosyal medya kişilere benliklerini istedikleri gibi sunma imkânı veren yeni bir teknolojik gelişmedir (Kavut 2018: 4), ama etkisi ve etkinliği sadece bu kadar dar kapsamla sınırlı kalmamaktadır. Lee, bilgisayarların birer evrensel makine olmadıklarını ve gerçek güçlerinin insanlarla olan ortaklıklarından kaynaklandığını iddia etmiştir. (2019: 251). Bunun bir adım ötesi *benliğin dijitalleşmesidir*. Oyun için icatta bulunan insan oyunun kendisine dönüşmüştür. Çünkü, başka herhangi bir makineyi taklit edebilen genel-amaçlı makineyi bir kez yarattınız mı, makinenin sonraki geliştirmeleri sadece, onunla yapabileceğinizi düşündüğünüz işlerin ne olduğuna bağlı olur (Rheingold 2000: 15). Nitekim internet devrimi sadece teknolojinin zaferi değil, insanların benliğinin değişim anahtarı da olmuştur. Polonyalı siyaset bilimci Ligieza bu süreci özetlerken, yerelden evrensele doğru yıldırım hızıyla ışınlanan bir iletişim sürecinin özgüllüğüne işaret ederek, “Resmi enformasyonun eksik ve birbirinden uzak yerlerde, çok az gazetecinin olduğu bir ortamda, vatandaşların aşağıdan başlattığı bir girişim üzerine temellenecek iletişimsel bir platformu internette yaratmak mümkündür” (2014: 103) vurgusunu yapmıştır. Böylece, sosyal medyanın çoğu zaman benlik ve kimlik üretiminde, kullanıcılar tarafından benimsenen bir temsil aracına dönüştüğü görülmektedir (Göker

2015: 394). Benliğin dijitalleşmesi, yeni iletişim teknolojilerinin görece *zaferine* rağmen, çünkü insan bu seçeneği bile isteye onaylamıştır, aynı zamanda, bireyin gizil bir evrensel maceraya -artık geri dönmek üzere- adım atmasının da *yazı(lım)lı* senedir. Bu *trajedi*, icatlar boyunca insanlığın karşısına *vicdan azabı* gibi dikilmiştir. Çünkü hemen her icadın mutlaka olumsuz bir yanı bulunmaktadır. Alfred Nobel 1864'te dinamiti icat ederken, kuşkusuz ki, kendisinden ilham alan mucitlerin buluşu olan atom bombasının 81 yıl sonra Japon halkının üzerine ölüm yağdıracağını bilemezdi. Benliğin dijitalleşmesi, işte bu *ikilemin* veya *iklimin* yarattığı bir sonuçtur. Görünürde, dijitalleşen birey, benliği de bu dijitalleşmeden payını alana kadar huzurludur. Ancak benliğin dijitalleşmesiyle birlikte *beklentilerin* boyutu da genişlemeye başlar. Bu uzam, artık bireyin gücünün durdurmaya yetmeyeceği bir evreye ulaştığında ise -21. Yüzyıl insanı tam da bu *araftadır*- endişe, korku, anksiyete, tedirginlik ve huzursuzluk baş göstermeye başlamıştır. Artık madalyonun bir yüzünde dijitalleşen birey, diğer yüzünde ise benliğin dijitalleşmesi bulunmaktadır.

Yine görünürde, bireyin toplum içindeki huzursuzluğundan kaçışı medya kullanımıyla gerçekleşir. Bu noktada yeni medya olarak mobil telefonlar ve bu araçlarla kullanılan sosyal medya bireyin toplumdaki sıkıntılarından uzaklaşmasının en önemli yolu olmaktadır (Yengin ve Bayındır 2019: 100-101). Buradaki *oksimoron* benliğin dijitalleşmesinin de tanımı niteliğindedir: Bireyler, bir yandan dünyasal huzursuzluktan kurtulabilmek için sosyal medyaya yönelirken, bir yandan da sosyal medyadan/akıllı telefonlardan uzak kaldıkları anlarda huzursuzluğa adım atmaktadır. Yani huzursuzluğu gidermesi için seçenek olarak görülen dijital ortamın -kısmen veya geçici olarak- yitirilmesi, zaten var olan huzursuzluğu ikiye katlamaktadır.

Bireyde kimlik sorunsalını açığa çıkaran dijitalleşme gerçeği, var olan ortama uyarlanmak ile bunun getireceği sakıncalara karşı tetikte durmak arasında bir tercihi de gündeme getirmektedir. Çünkü, günümüz teknoloji çağının en yaygın ortamları olarak kabul gören sosyal medya platformları, bireylerin gerçeklikle olan ilişkisini zayıflatmaya başlamıştır. Sosyal medya platformları bireylerin kimliklerinden daha farklı bir kimlik ortaya koymalarını beraberinde getirirken, birey toplumsal yapının dışında kalmakla beraber, benliğinden de sıyrılmaya başlamıştır (Özdemir ve Yıldırım 2019: 179). Aslında kimlik ve benlik ile ilgili yapılan tüm tanımlar *durağan* bir çıkış noktası taşımaktadır. Bu varsayıma göre, bireyin "kemikleşmiş" ve "değişmez" bir kimliği ve benliği vardır. Bireye "gelişme" payı bırakılmaz. Oysa tam da benliğin *değişebilirlik* olasılığının bulunması zihinsel bir devrime kapı aralamaktadır. Benliğin dijitalleşmesi, bir *olumsuzlama* nitelmesi değildir, olmamalıdır; bu gerçeklik sadece yeni iletişim teknolojilerinin etkisiyle yeniden biçimlenen bir kimliğin özelliklerini açıklamaktadır. Özne yargıların projeksiyon tuttuğu benlik kavramı, konu dijitalleşme de olunca, bir anda *çifte olumsuzluk* taşıyan kolaycı bir yaklaşım içermektedir. Oysa dijital huzursuzluk, bireyin kaçınılmaz olarak kapıldığı, bu nedenle suçlanamayacağı/ayıplanamayacağı sosyal bir semptomdur. Sadece belirli bir kişilikle, grupla veya çevreyle sınırlı değildir; tüm toplumu içine alan bir oluşumdur.

Sonuç

Birey, dijital dünyanın hızına yetişmeye çalışırken, o süreçte meydana gelen aksaklıklar karşısında huzursuz olmakta, yaşantısına uyarladığı ve bir parçası haline

geldiği o dünyanın alışkanlıklarından geçici bile olsa uzaklaştığı anlarda huzursuzluğa kapılmaktadır. Bu endişenin kaynağı, büyük ölçüde, gündelik hayatının hemen hemen her organizasyonunu emanet ettiği akıllı telefonları ile kendisine ait serbest zamanlarda takip ettiği sosyal medyadan kopma korkusudur. Dijitalleşen bireyin bu huzursuzluğunun temelinde, yeniliklere yetişememe telâşının yanı sıra, yaşantısına ait her türlü kolaylığı sağlayan akıllı cep telefonlarından yoksun olma tedirginliği de yatmaktadır. Benliğin dijitalleşmesi ise daha çok siber/sanal kültüre tam uyum ve yeni iletişim teknolojilerine açık olma hali ile kendini göstermektedir. 21. Yüzyılın zihni berrak ama bir o kadar da karmaşaya eğilimli insanı, *itirazcı* kültürden ne kadar nasibini alırsa alsın, benliğinin dijitalleşme olgusundan etkilenmesine engel olamamaktadır; hatta bizatihi kendisi bunu tercih etmek zorunda kalmaktadır. Bu durum, bireyde yeni iletişim teknolojilerinin getirdiği metazori bir alışkanlık halini almıştır.

Dijital huzursuzluk, bu sürece şu veya bu şekilde eklenmiş olan bireyin, o alışkanlık aksadığı zamanlarda yaşadığı sosyo-psikolojik durumdur. 21. Yüzyılın modern dünyasında, hayatın hızına yetişmenin biricik koşulu akıllı cep telefonları ve sosyal medyadır. Birey, akıllı cep telefonu sayesinde hem gündelik hayata ilişkin rutin işlerini (cep telefonundan maillerine bakmak, mail yazmak, fatura ödemek, internetten alışveriş yapmak, anlık hava durumunu takip etmek vb) halletmekte hem de ülkedeki ve dünyadaki en son gelişmeleri izlemektedir. Hayatı bu derece dijitalleştirilen -ve analog sistem giderek yok olduğu için kendisine başka bir seçenek de bırakılmayan-bireyin kısa süreliğine de olsa sanal dünyadan kopması, onun için sudan çıkmış balığa dönmek gibidir.

Bu refleksi “bağımlılık” olarak görmek yerine, giderek dijitalleşen modern yaşamdan kopmama dürtüsü olarak değerlendirmek daha empatik bir bakış açısı olacaktır.

KAYNAKLAR

- Adorno, Theodor W., 1994 , *The Stars Down The Earth*, New York: Routledge.
- Aydoğan, Filiz, 2017 . *Medya Ve Serbest Zaman*, 2. Basım. İstanbul: Der Yayınları.
- Bayad, Aydın, 2016 , “Erving Goffman’ın Benlik Kavramı Ve İnsan Doğası Varsayımı”, *Psikoloji Çalışmaları / Studies İn Psychology*, 36-1, Ss. 81-93.
- Blanco, Ana Vinals, 2014 . “Dijital Çağda Boş Zamanın Dönüşümü”, *Sosyal Medya D/Evrimi.*, Hazırlayan: Barış Çoban, Çev. Akın Emre Pilgir , Ss. 185-199. İstanbul: Su Yayınevi.
- Büyükuşlu, Ali Rıza, 2017 , *Dijital Kapitalizm*, İstanbul: Der Yayınları.
- Goffman, Erving, 2009 , *Günlük Yaşamda Benliğin Sunumu*, Çev. Barış Cezar . İstanbul: Metis Yayınları.
- Goffman, Erving, 1967 , “On Face-Work: An Analysis Of Ritual Elements İn Social Interaction”, *Reflections*, İv 3 , 7-13.

Göker, Göksel, 2015 , “İletişimin Mcdonaldlaşması: Sosyal Medya Üzerine Bir İnceleme”, Turkish Studies - International Periodical For The Languages, Literature and History Of Turkish Or Turkic, X 2 , Ss. 389-410.

Hülür, A. Banu, 2017 , “Erving Goffman: Günlük Yaşamda Benliğin Sunumu”. Abant Kültürel Araştırmalar Dergisi Akar , Cilt 11, Sayı 4, Ss. 158-165.

Karakoç, Enderhan Ve Taydaş, Onur, 2013 , “Bir Serbest Zaman Etkinliği Olarak Üniversite Öğrencilerinin İnternet Kullanımı İle Yalnızlık Arasındaki İlişki: Cumhuriyet Üniversitesi Örneği”, Selçuk İletişim Dergisi, VII 4 , Ss. 33-45.

Kavut, Sevgi, 2018 . “Goffman’ın Benlik Sunumu Kuramı Bağlamında Sosyal Medyada Kimlik İnşası: Instagram Üzerine Bir Araştırma”, Nasyon: Uluslararası Toplum Ve Kültür Çalışmaları Dergisi - Nasyon: International Journal Of Society And Culture Studies, 1, Ss. 1-12.

Keskin, Uğur Ve Bayram, Alican, 2019 , “Aylak Birey Davranışlarının Çağdaş Biçimi: Elektronik Aylaklık”, Anadolu Üniversitesi İşletme Fakültesi Dergisi İşfad , Cilt: I, Sayı: 1, Ss. 1-24.

Lee, Edward Ashford, 2019 , *Dijital Ruh* Çev. Avni Uysal & Gizem Uysal , İstanbul: Koç Üniversitesi Yayınları.

Ligieza, Ilona Biernacka, 2014 , “Aktif Veya Pasif Yerel Kamusal Alan: Enformasyon-İletişim Teknolojilerinin Çağdaş Yerel Demokrasiler Üzerine Etkisi”, *Sosyal Medya D/Evrimi*. Hazırlayan: Barış Çoban, Çev. Akın Emre Pilgir , Ss. 97-116. İstanbul: Su Yayınevi.

Lull, James, 2001 , *Medya İletişim Kültürü*, Çev. Nazife Güngör , Ankara: Vadi Yayınları.

Mclean, D., Hurd, A. Ve Rogers, Nancy Brattain, 2008 , *Kraus' Recreation And Leisure In Modern Society*, 8. Baskı, Kanada: Jones And Bartlett Publishers.

Övür, Ayten, 2019 , “Teknoloji Çağında Kaçışçı Fantazya Alanı Olarak Dijital Esriklik”. *Dijital Hastalıklar*, Editör: Gökmen Karadağ, Ss. 55-84. İstanbul: Der Yayınları.

Özdemir, Burcu Ve Yıldırım, Gonca, 2019 , “Dijitalleşen İletişim Ortamlarında Kimlik İnşası Ve Benlik Sunumu: İletişim Fakültesi Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma”. *E-Journal Of New Media / Yeni Medya Elektronik Dergi – Ejnm*. Volume 11, Issue 3, Ss. 178-191.

Polat, Reyhan, 2017 , “Dijital Hastalık Olarak Nomofobi”, *E-Journal Of New Media / Yeni Medya Elektronik Dergi – Ejnm*. May 2017, Volume 1, Issue 2, Ss. 164-172.

Rheingold, Howard, 2000 , *Tools For Thought – The History And Future Of Mind-Expanding Technology*, Cambridge: Ma : Mit Press.

Toffler, Alvin, 2018 , *Üçüncü Dalga - Bir Fütürist Ekonomi Analizi Klasığı* Çev. Selim Yeniçeri , İstanbul: Koridor Yayıncılık.

Van Dijk, Jan, 2018 , *Ağ Toplumu* Çev. Özlem Sakin , 2. Baskı. İstanbul: Kafka Yayınları.

Yengin, Deniz Ve Bayındır, Berkan, 2019 . “Dijital Bağ İm Lı”. *Dijital Hastalıklar*, Editör: Gökmen Karadağ, Ss. 85-115. İstanbul: Der Yayınları.

Yoloğlu, Nurhayat, 2019 , “Yakınsama Convergence Ve Çapraz Medya Crossmedia Stratejisinin Medya Sektöründe Yansımaları”, **Gümüşhane Üniversitesi İletişim Fakültesi Elektronik Dergisi E-GİFDER** , Cilt: VII, Uluslararası Türk Dünyası Basın Sempozyumu Özel Sayısı, Ss. 1449-1464.

İnternet Kaynakları

Mcginnis, Patrick J., 2017 , 7 Symptoms Of Fomo You Need To Treat.
[Http://Patrickmcginnis.Com/Blog/7-Symptoms-Of-Fomo-You-Need-To-Treat-Now/](http://Patrickmcginnis.Com/Blog/7-Symptoms-Of-Fomo-You-Need-To-Treat-Now/),
Erişim Tarihi: 05.03.2021.