

# TEKNOLOJİK CİHAZ KULLANIMININ DÖNÜŞMESİYLE OLUŞAN PLAGOMANİ HASTALIĞI ÜZERİNE BİR İNCELEME

Onur DOĞAN

İstanbul Aydın Üniversitesi, Türkiye  
onurdogan3@stu.aydin.edu.tr  
https://orcid.org/0000-0003-3543-4012

Ayten ÖVÜR

İstanbul Aydın Üniversitesi, Türkiye  
aytenovur@aydin.edu.tr  
https://orcid.org/0000-0003-2497-9703

<i>Atf</i>	Doğan, O. & Övür, A. (2023). Teknolojik Cihaz Kullanımının Dönüşmesiyle Oluşan Plagomani Hastalığı Üzerine Bir İnceleme. Journal of Communication Science Researches, 3 (3), 271-284.
------------	---

## ÖZ

Günümüzde teknolojinin gelişmesiyle ortaya çıkan yeni platformlarda geçirdiğimiz sürenin giderek artmasıyla, endişelerimiz ve ihtiyaçlarımız da farklılıklar göstermeye başlamıştır. Teknolojik aygıtların istikrarlı bir şekilde oluşturmuş olduğu dönüşüm bizleri yeniliklere adapte etmekte ve tüketim alışkanlıklarımızı güncellemektedir. Bağımlılığın yoğun olarak gözlemlendiği noktalardan biri de giderek artan teknolojik cihazların kullanımınıdır. Kapitalist düzenin yaygınlaştırmakta olduğu teknoloji kullanımı, bilinçsiz ve orantısız kullanımın sonucu olarak psikolojik, fizyolojik ve sosyolojik sorunlar doğurmaktadır. Yeni neslin bu düzenin içerisine doğması üzerine bu sorunlar zincirleme bir biçimde devamlılığını sürdürmekte ve kontrol altına alınması bir o kadar güçleşmektedir. Bilgiye ulaşma, gündemi takip etme, çeşitli platformlarda içerik üreticisi konumunda bulunma giderek teknolojik aygıtlara olan bağlılığımızı arttırmaktadır. Sosyalleşme ve iletişim ihtiyacını sosyal medya platformlarında tatmin eden birey bu platformlarda geçirdiği süreyi kontrol edemez duruma gelmektedir. Bu çalışma kapsamında teknolojik aygıtlar aracılığı ile ortaya çıkan "Plagomani" hastalığı araştırılacak, örnekleri incelenecek ve bireylerin endişe durumunun nedenleri irdelenecektir. Teknolojik bağımlılıklar arasına giren bu hastalıkta insanlar, teknolojik aygıtlarından yoksun kalmaktan endişe duymakta ve "şarjsız" kalmaktan korkmaktadır. Araştırmanın evrenini İstanbul Aydın Üniversitesi öğrencileri oluşturmaktadır. Örneklem ise İstanbul Aydın Üniversitesi Yeni Medya yüksek lisans öğrencileri olarak belirlenmiştir. Araştırmanın yöntemi olarak odak grup görüşmesi tekniği kullanılmıştır. Araştırmanın amacı aşırı teknoloji kullanımı sonucu ortaya çıkabilecek sorunlarla ilgili bulgulara ulaşmak, bugünkü durumu saptamak ve geleceğe dönük öngörülerde bulunmaktır. Araştırmanın sonucunda tüm katılımcılar teknolojik cihazlarının şarjının bitmesi halinde tedirginlik ve stres ortamı oluştuğunu söylemiştir. Bu duruma önlem olarak powerbank kullanımı ve şarj ortamı aranması çözümlerini ürettiklerini belirtmişlerdir.

**Anahtar Kelimeler:** Yeni Medya, Dijital Hastalıklar, Plagomani, Dijitalleşme.

## AN INVESTIGATION ON PLAGOMANIA DISEASE CAUSED BY THE TRANSFORMATION OF TECHNOLOGICAL DEVICES

### ABSTRACT

Today, with the increasing time we spend on new platforms emerging with the development of technology, our concerns and needs have started to show differences. The transformation that technological devices have consistently created is adapting us to innovations and updating our consumption habits. One of the points where addiction is observed intensely is the use of increasingly technological devices. The use of technology, which is being spread by the capitalist order, causes psychological, physiological and sociological problems as a result of unconscious and disproportionate use. Because of the new generation is born into this order, these problems continue in a chain manner and it becomes so difficult to control. Accessing information, following the agenda, being a content producer on various platforms gradually increases our commitment to technological devices. The individual, who satisfies his socialization and communication needs on social media platforms, becomes unable to control the time he spends on these platforms. Within the scope of this study, "Plagomania" disease, which occurs through technological devices, will be investigated. Examples of this disease, which is among the technological addictions, will be examined and the reasons for this anxiety of individuals will be examined. The research consists of Istanbul Aydın University students. The sample was determined as Istanbul Aydın University New Media graduate students. Focus group interview technique was used as the research method.

**Keywords:** *New Media, Digital Diseases, Plagomania, Digitalization.*

### GİRİŞ

Devamlı bir düzen içerisinde kendini yenileyen teknolojik cihazlar ve güncellemelerde bulunan sosyal medya platformları ile geçirilen zamanın artması, sosyal hayatı ve bireyin döngüsünü de etkisi altına almıştır. İhtiyaç dahilinde kullanılan bu teknolojik aygıtlar artık sosyal hayatın bir parçası haline gelmekte ve kontrolsüz kullanım sonucu olarak psikolojik, ekonomik ve sosyolojik sorunlara yol açmaktadır. Bu platformlarda oluşan kimlikler bireyi reel hayattan uzaklaştırmakta teknolojik makinelerle bağımlı hale getirmektedir. Bireyi sanal ve reel hayat arasında sıkıştırmakta olan teknolojik aygıtlar, oluşan sosyal platformlar ile reel hayatın dijital ortamlara indirgenmesi yanlıgısına düşürmektedir. Yeni medyanın gelişmesi ile hayatımızı kolaylaştıran teknoloji kavramı öte yandan bireyi makinelerle bağımlı hale getirmekte ve teknolojik aygıtların asıl kullanım amacını ortadan kaldırmaktadır.

Gelişen teknoloji; eğitim, sağlık ve ekonomik alanlarda kendine geniş yer bulmuş ve analog toplumu da bu yeniliklere adapte olmak durumunda bırakmıştır. Artık zaman zaman insanların yerine geçebilen bu makineleşme düzeni, istihdamı azaltarak bireyleri kendisine bağımlı hale getirmektedir. İnsanlar teknolojik aygıtları kullanırken, kullanım amaçlarını karıştırmış ve bu makineler bireyin bir parçası haline gelmiştir. Bu bağımlılığa önemli bir örnek olarak plagomani hastalığını verebiliriz. İnsanlar bu bağlamda teknolojik aygıtlarından yoksun kalmaktan endişe duymakta ve "şarjsız" kalmaktan korkmaktadır. Dijital hastalıklar kapsamında plagomani olarak tanımlanan bu davranış şekli bireyin günlük hayatında aksamalara ve problemlere neden olabilmektedir. "Artık insanlar bir lokantaya gittiği zaman nereye şarj yakınsa oraya oturmaktadır; eskiden nerede güneş, hava, aydınlık varsa oraya gitmekteydi ama şimdi nerede şarj yakınsa oraya doğru gittiğini görmekteyiz" (Ünüvar, 2020: 27).

Nöroloji uzmanı Dr. Mehmet Yavuz, Türkiye’de teknoloji bağımlılığının yanı sıra şarj bağımlılığı olduğunu da belirterek insanların yataklarını bile prize göre ayarladığını söylemektedir. Yavuz, "Gözlem ve araştırmalarımız sonucunda özellikle telefonlarının şarj durumu, bazı kişilerin güne nasıl başlayacağına da

doğrudan etki ediyor. Şarj bağımlılığı olan insanların depresyona girme olasılığı diğer insanlara göre daha fazla. Bu kişilerin aklının bir köşesinde sürekli olarak telefon veya tabletlerinin şarjının bitme korkusu yer alıyor. Şarja bağımlı kalmak insanlarda takıntılara yol açarken, beraberinde obsesif kompulsif sorunları doğuruyor.” şeklinde konuşarak Plagomani’ye dikkat çekmektedir (İnan, 2017).

Bu çalışma kapsamında, şarj bağımlılığı, bu durumu tetikleyen psikolojik etkenler ve teknoloji bağımlılığı olgusu üzerinde durulacaktır.

## **MOBİLLEŞME İLE DÖNÜŞEN TEKNOLOJİK CİHAZ KULLANIMI (YENİLİKLERİN YAYILMASI KURAMI)**

McLuhan insanlık tarihini teknolojiyi merkez alarak 3 döneme ayırmıştır. Bu dönemlerin birincisini 1500’lü yılların öncesinde yaşanan kabile dönemi oluşturmaktadır. Bu dönem iletişimin konuşma şeklinde yüz yüze geçtiği bir ortam sunmaktadır. 1500-1900 yıllar arası ikinci dönemi kapsamaktadır. Mekanik dönem adı verilen bu dönem matbaanın bulunmasıyla yazılı kültürün gelişmesi anlamına gelmektedir. Üçüncü dönem ise 1900’ler sonrası olan elektronik çağdır. Gelişen radyo ve televizyon gibi iletişim araçları sözlü iletişimin tekrar egemen olmasını sağlamıştır. McLuhan elektronik çağı kabile toplumuna bir geri dönüş olarak nitelendirmiştir, dünyanın küreselleşmesi ve içine kapanması olarak tanımlamaktadır (Güngör, 2018: 195). Baldini ise bu periyodları 4 farklı devrim olarak değerlendirmiştir. Bu süreçlerin birincisi **sözel** devrimdir. Sözel devrim insanlığın doğuşu dönemini kapsamaktadır ve iletişimde araç yalnızca sözdür. İkincisi ise Chirografik devrimdir. M.Ö 4. yüzyılı kapsamaktadır ve el yazmalı yazı modelini esas alır. Üçüncü devrim Tipografik devrimdir. Matbaa’nın bulunduğu, kitapların çoğaldığı 15. yüzyılı kapsamaktadır. Dördüncü ve son devrim Medya devrimidir. 19. yüzyılda telgraf- radyo ve televizyon gibi kitle iletişim araçlarının bulunduğu dönemi kapsamaktadır (Yengin ve Bayındır, 2019: 89).

İkinci dünya savaşı sonrasında bağımsızlıklarını kazanan ülkeler gelişmekte olan ülkeler olarak tanımlanmıştır. ABD bu ülkelerin modernleştirme görevini üzerine almış ve bu doğrultuda teknolojik açıdan gelişmeler sunmuştur. Medya modernleşme yolunda insanlara okuryazarlık öğretecek, temel becerileri kazandıracak ve insanlardaki empati duygusunu geliştirecek araçlar olarak tanımlanmıştır. Lerner ise modernleşmenin sırrı olarak kentleşme, okuryazarlığın artması ve medyanın büyümesini temel etkenler olarak görmüştür. Bu çalışmaların neticesinde neo-liberal politikaları aktif hale getirmek için demokrasi yerine baskıcı askeri rejimlerin ortaya çıkması durumu oluşmuştur. Reklamlar aracılığı ile bir tüketim kültürü oluşturulmuş bunun sonucu olarak kutuplaşmalar ve şiddet olayları meydana gelmiştir (Yaylagül, 2016: 89-90).

Rogers ve Shoemaker tarafından geliştirilen yeniliklerin yayılması modeli, kırsal kesimde yaşayan geleneksel değerlere sahip insanların yenilikleri öğrenmesi ve kabullenmesi esasına dayanmaktadır. Bu modele göre yeniliklerin yayılması durumu şu 4 aşamada değerlendirilir:

1. Bilgi süreci
2. İkna süreci
3. Karar süreci
4. Onaylama süreci (Yaylagül, 2016: 90).

Judith Williamson gelişmekte olan ülkelerde reklam filmleri üzerinde yaptığı incelemelerde, reklamların insanları kendi kendilerinin tüketim nesnesi haline getirdiği saptamasında bulunmuştur. Williamson, reklamların insanlara lükse kavuşmakta eşit oldukları mesajını verdiğini, bu durumda reklamların insanları kandırdığını savunmuştur (Güngör, 2018: 298).

21. yüzyıla geldiğimizde toplumda oluşan sınıf farklılıklarından teknolojinin etkilenmediğini görmekteyiz.

Giyim kuşam, barınma gibi birçok temel ihtiyaçta oluşan sınıf farklılıkları teknolojiyi teğet geçmiştir. Gelişen teknoloji ile mobil cihazlar bir ihtiyaç olmaktan çıkmış ve bir mecburiyete dönüşmüştür. Artık tuşlu telefonlar günümüzde son demlerini yaşamakta ve bu cihazlar analog toplumun dijital platforma geçemediği bireylerde görülmektedir. Akıllı telefonlar gelişen mobil uygulamalarla günlük hayatın her alanında kendine yer bulmaktadır. Örnek verecek olursak; 2000’li yılların başında bir e-posta göndermek için ihtiyaç duyduğumuz bilgisayarları artık bu iş için kullanmak zorunda değiliz veya bir kredi başvurusu için artık banka şubelerine ihtiyacımız yok, tüm bunları akıllı telefonlarımızla gerçekleştirebiliyoruz. Bu gibi uygulamalar bireyin günlük hayatta zamanı daha minimize kullanmasını sağlamaktadır. Hayatı hızlandıran bu uygulamalar dışında mobil kullanımının artmasının bir diğer sebebi sosyal medya platformları ile oluşan sanal kimliklerdir. Twitter, instagram, whatsapp ve facebook gibi platformların akıllı telefonlar ile hayatımıza giren mobil güncellemeleri, günlük hayatın her anında bu uygulamalara erişim imkânı sunmaktadır ve bu sayede her bireyin cihazında kendine ait bir ütopyası bulunmaktadır.

Müzik, kitaplar, filmler, haritalar bunların tamamı artık cebimizde. Mobilleşme artık teknolojinin bireye daha da yaklaştığı anlamına geliyor. Teknoloji; masaüstünden bilekteki saate, sanal gerçeklik gözlükleri ile yüzümüze ve muhtemel yakında implantasyonlar ile beyine yerleşecek. Mobilleşme bireyi Gartner’ın söylediği gibi beni duy, beni anla, beni gör, beni eleştir, beni takip et ve en önemlisi ben ol noktasına doğru sürüklemekte. Dijitalleşmenin ve mobilleşmenin yükselişi medyalştırmanın artması tüm bilgilerin verileştirilmesi durumunu doğurmaktadır. Üstel teknolojinin gelişmesi daha da karmaşık işleri yapmamızı kolaylaştıracak, olanaklar dahilinde insanın davranışı üzerinde maddi tesiri olan faaliyetlerde kendine yer bulacak ancak bu gelişmeler her zaman olumlu etkilerle son bulmayacak. Dijitalleşmenin mobilleşme ile güç kazanmasıyla beraber toplum üzerinde dijital obezite tasviri oluşmuştur. Dijital obezite hayat genelinde olumsuz etkiler oluşturacak medya, veri ve dijital bağlantı depolamaya yol açan teknoloji unsurunun tetiklediği dijital durumdur (Leonhard, 2018: 57, 123).

Dijitalleşmenin hız kazanması ile mobil kullanımı da artış göstermiştir. Bu artışın bir sonucu olarak yeni medya platformları mobil cihazlar aracılığıyla cebimize girmiştir. Bu platformlarda oluşan sanal kimliğin kesintiye uğramaması mobil cihazın varlığına bağlıdır. Yeni medya platformları mobil kullanımını, analog toplumdaki kalan yalnızca sözlü iletişim aracı olarak kullanım vasfı göstermesi durumundan çok daha ütopyik bir noktaya taşımıştır. Yeni medya Manovich’e göre dijital kodlardan oluşur. Oluşmakta olan veriler ikili kodlarla temsil edilmektedir. Bu durum medyanın eskiden yeniye olan dönüşümünü sağlamaktadır. Belli bir standartta etkileşim, yeni medyanın katma değerli özelliklerinden bir diğeridir. Eski medya pasif tüketimi sağlarken yeni medya, kullanıcı olan bireye etkileşim imkânı sunar (Yengin, 2014: 133-134). Geleneksel medya aracı olarak televizyonu ele aldığımızda tek taraflı bir iletişim modeli mevcuttur. Yeni medya ile oluşan sosyal ağlara baktığımızda kullanıcı aynı zamanda üretici profilindedir, feedback sağlanması durumuyla iletişimde karşılıklı etkileşimi esas alan bir modele geçiş sağlanmıştır.

Yeni medya algoritmaları içerisinde bulunan veriler aracılığı ile ortaya çıkan metinlerin farklı dijital formatlar içerisinde kullanılması hipermetin olarak tanımlanır. Bu durum yeni medyaya sınırsız bir kullanım alanı sağlamaktadır. Hipermetin ile verileri toplamak, etkileşime sunmak ve oluşan yeni formatlarla güncelleme olanağı oldukça artmaktadır. Yeni medyayı oldukça global bir kalıba sokan bir diğer özellik ise ağ bağlantılılık durumudur (Yengin, 2014: 135-136). Castells’e göre toplum üzerindeki değişme örgütsel bir hareket sonucudur, piyasa hareketlerinde farklılıkların oluşması dahi internet kullanımının başlamasıyla ilgilidir. Bu esastan hareketle toplumsal değişimin ekonomi temelli olmaktan çıktığını savunmuştur (Güngör, 2018: 172). Globalleşme, ekonomi, teknoloji ve bilgi dörtlüsü kapsamında incelemelerde bulunan Castells; enformasyonun yaşama yön veren tarafının oluşan ağ toplumu ile mümkün olduğunu savunmuştur. İstenilen her an bilgiye ulaşmada sorunlar yaşanmaması ve bu özgürlüğe sahip olan insanları ağ toplumu olarak tanımlamıştır (Yengin, 2014: 93-94). Yeni medya artık belli bir kitleye hitap eden bir medya ayağı

değildir, mesaj ve kaynağın artış göstermesi izleyicinin daha seçici olmasını böylelikle hedef kitlenin mesajlarını kendisinin belirlemesi durumunu oluşturmaktadır. Medya süreçleri artık matematiğin sembolik anlatılarına taşınmıştır. Yeni medya evriminde veriler rakamlara evrilmektedir. Böylelikle analog objeler yerini soyut sembollere bırakmaktadır. Bu semboller yeni medya evrimine artı sanallık değer katmaktadır (Yengin, 2014: 136-137).

Sanal kimlikleri, gerçek kimliklere tercih eden nesil yaşadıkları mekândan duygusal olarak soyutlanmış dijital esrik konumunda bulunmaktadırlar. Bu bireyler gerçek hayatta yaşanan tüm olay ve gelişmelere sanal dünyalarında kullanacakları potansiyel bir malzeme gözüyle bakmaktadırlar, bu durum gerçeğin değerinden çalmaktadır. Sosyal medya ve dijital oyunlar hatta bilgisayar başında çalışan beyaz yakalılar dahil olmak üzere, bireyin davranışları genel manada değişim göstermektedir. Günümüzde insan kendini dış dünyaya kapatıp sanal alem düşlerine dalan bir topluluk oluşturmaktadır (Övür, 2019: 55). Gelişen ve kendini güncellemekte olan bu teknoloji aynı paralelde toplumu da davranışsal ve yaşamsal olarak dönüşüme uğratmaktadır. Kullanıcının artık üretici profiline oluşması ile teknoloji, üretmekte olan yapısının yanına denetimi de eklemiştir. Bentham'a göre bu denetim güçleri, renk renk paketlerin altında oluşmuş ana ve ortak görevi belirlemiştir; bu görevler, ceza unsurlarını daima gerçek kılarak hissedilir bir biçimde disiplini oluşturmaktadır (Bauman, 2018: 62).

Kullanıcıların sanal kimliklerine olan bağlılıkları, sosyal medya platformlarında olmak istedikleri insan profili çizmeleriyle yakından ilgilidir. Gerçek hayatta azami miktarda zihninde barındırdığı şeyler olabilese de bireyden uzak zevkler ve alışkanlıklar sosyal medyada kolaylıkla bir ritüelmişçesine lanse edilebilmekte. Bu durum zamanla bireyi gerçek hayattan soyutlayıp sanal dünyanın bir parçası haline getirmektedir ve bu kullanıcılar için sanal alemden kopmak sosyal ortamdan uzaklaşmak anlamına gelmektedir. McLuhan'ın bu ve benzeri durumlar ile ilgili olarak yaptığı araştırmalar sonucu ortaya koymuş olduğu "teknolojik determinizm (belirlenimcilik)" kavramı hızla gelişen ve sosyal hayatın bir parçası haline gelen teknolojinin, bu gelişmenin beraberinde kültürel, politik veya sosyal alanlarda toplumu bir değişime mecbur ettiği iddiasını ortaya koymaktadır. McLuhan aracın iletiden daha önemli olduğu düşüncesini savunmuştur. Aracın insan bedeninin uzantısı ve onun dönüştürücüsü olduğunu ileri sürmüştür. Teknolojik determinizm kavramı bunu temsil etmektedir. İnsanın ve toplumun yaşayışının merkezindeki değişimin gücünü teknolojiden aldığı savunmuştur (Güngör, 2018: 183-184). Sanal kimlikler, oluşturulan sosyal medya profilleri, üreten kullanıcılar ve bu platformların mobilleşmesiyle oluşan erişim hızı da bu teknoloji merkezli değişimin bir parçası olmaktadır. McLuhan'a göre bir iletişim aracının içeriğini bir başka iletişim aracı oluşturmaktadır, bir teknolojinin ileti kısmındaki gücü bireyin işine yarama durumuyla ölçümlenebilir (Güngör, 2018: 189). Örneğin sosyal medya uygulamalarının mobil cihazlara indirgenmesi kullanıcıya yeni bir ağ ortamı sunmadı, ancak erişim kolaylığı sağladı, bir bilgisayar ortamına mutlak ihtiyaç kalmadı, yolda yürürken dahi kullanım imkânı oluştu.

McLuhan teknolojik araçları sıcak ve soğuk olarak iki farklı kolda incelemiştir. Sıcak araçları yüksek çözünürlüğe sahip ancak katılımcının az olduğu, tek bir duyu organına hitap eden araçlar oluşturmaktadır. Bu araçlar tek duyu endeksli olmaları dolayısıyla iletinin algılanması daha kolay olmaktadır. Soğuk araçlar ise düşük çözünürlüğe sahip yüksek katılımlı araçlardır. Örneğin telefon gibi soğuk araçlarda karşılıklı iki taraf arasında ileti alışverişi bulunmaktadır ve sıcak araçlara oranla bu cihazların çözümlemesi durumu daha büyük güçle gerçekleşmektedir (Güngör, 2018: 191).

## **PSİKOLOJİ BİLİMİ BAĞLAMINDA PLAGOMANİ HASTALIĞI**

Bağımlılık kelimesi Latince 'adamak; kendini başkasına adamak' anlamlarına gelen '*addicere*' kelimesinden türemektedir (Nurmedov, 2010). Bağımlılık bir maddenin yaşamı, sağlığı olumsuz etkilemesine ve kullanmaya başladıktan sonra kişinin kendisini durduramamasına neden olmaktadır. Bu

duruma bağımlılık denir (Dilbaz, 2018). Bir nesneye, kişiye ya da bir varlığa duyulan önlenemez istek veya bir başka iradenin tahakkümü altına girme durumu olarak da tanımlanır. Teknolojik bağımlılık ise psikolojide davranışsal bozukluk olarak nitelendirilmektedir, Yeşilay'a göre teknolojik bağımlılık; diğer bağımlılıklarda olduğu gibi kişinin bağımlısı olduğu teknolojik ürüne ulaşamadığında yoksunluk yaşadığı bir durum olarak tanımlanmaktadır (Yeşilay, 2020).

Plagomani hastalığının ise temelinde iletişimsiz kalma kaygısı ve mobil cihazların gelişimiyle oluşan dijital ütopya uzak veya eksik kalma endişesi yatmaktadır. Davranışımızın asıl nedensel kaynaklarının zihnimizdeki olaylarda aranması daha doğru bir bakış açısıdır (Özer, 2015: 15). Teknolojik cihazlarımızın şarjının bitmesi onlardan bir süre içinde olsa yoksun kalma endişemizi; aslında zihnimizde, bilinçaltımızda daha önce yaşadığımız veya şahit olduğumuz olaylar tetiklemektedir. Bu durum bir TV kanalında izlediğimiz bir programda yaşanan iletişimsizliğin getirdiği problemlerin bilinçaltımızdaki yansımaları dahi olabilir.

Yürürken, araba kullanırken, yüzerken, bacak bacak üstüne atarken, bu işlevleri yerine getirirken düşünmediğimizi sanırız ancak zihnimiz bunları düşünerek harekete geçer ve uygular. Birçok davranışımızın altında artık farkında olma ihtiyacı duymadığımız ve otomatik pilota geçiş yaptığımız düşüncelerimiz yatar (Özer, 2015: 31). Artık telefonlarımız sosyal hayatın bir parçası olmuş durumdadır, toplu taşıma araçlarında müzik dinlerken, bir belgeyi e-posta yoluyla karşı tarafa ulaştırırken veya sosyal medyada sörf yaparken bu durumun bir parçası olmaktayız. Ve bu birçok eylem, davranışlarımızda oldukça kalıcı bir hale gelmiştir bunun sonucu olarak bu eylemleri zaman zaman farkında olmadan yani düşündüğümüzü sanmadığımız anlarda uygulamaktayız.

Beyin günlük yaşantı içerisinde, bir başlangıç ve bir de bitiş noktaları olan mantık silsileleri için yaşar. Her bir silsilenin sonu, daha önce takip edilen mantıksal önermelerin sonucu olan duygu ve davranışları kapsamaktadır. Davranışın türü fark etmeksizin gerisinde bir mantık akışı barındırmaktadır (Özer, 2015: 34). Beyin için önemli olan bu akışı tamamlamaktır, bu durum bir takım takıntı unsurlarını ortaya çıkarmaktadır. Plagomani hastalığı da bunun bir sonucudur, beyin mantık akışını tamamlamak ister karşısına bir engel çıkmaması adına mekanizma, endişeler ve bunun sonucu olarak takıntılar geliştirir.

Takıntılar 3 şekilde kendilerini gösterirler

1. Zihnimizden geçen kuşku içerikli kelimeler
2. Zihnimizde aniden beliren görüntüler
3. Dürtüler ya da bir şeyi yapmak için ani şiddetli arzu

Kelime olarak takıntı bir tutku, coşku ya da bir şeyle meşgul olma durumudur (Purdon ve Clark, 2018: 27). Teknolojik cihazlarımızda bu kapsama girmektedir; sanal alem ve dijital oyunlar gibi pek çok platform, geçirilen sürenin artmasıyla takıntıya dönüşebilmektedir. Bu durumun bir sonucu olarak bağımlılık ile mücadele kapsamında Yeşilay da teknoloji bağımlılığı kapsamında çalışmalar yürütmektedir.

Psikoloji biliminde yer alan bir diğer tanımlama ise “zorlantılar”dır. Zorlantılar, kişilerin yapmaya mecbur hissettiği yapmaktan başka şanslarının olmadığını düşündükleri davranışlardır. Buna karşılık nötrleştirme mekanizması gelişir ve iyi bir düşünceyi akla getirerek mevcut kötü düşünceyi etkisizleştirme durumudur (Purdon ve Clark, 2018: 40).

Zorlantılar ve nötrleştirme takıntılı bir davranışın veya düşüncenin önüne geçmek için, kötü düşünceden kurtulmak için oluşan savunma mekanizmasıdır. Bir davranışın önüne geçmek için çeşitli ritüeller oluşturma durumudur. Bu ritüeller takıntılarla çok yakından ilişkilidir. Zihnimizin geliştirmiş olduğu bir diğer

mekanizma ise düşünce kontrol stratejileridir. Zorlantılar yüzdelik dilimde 25 ile 33 arasında bir oranda kullanılmaktadır, düşünce kontrol stratejilerinin daha yaygın olarak kullanıldığı saptanmıştır (Purdon ve Clark, 2018: 45)

Takıntı ile baş etmek için geliştirilen düşünce kontrol stratejileri;

1. Kaçınma
2. Kendinizi düşüncenin önemsiz olduğuna ikna etmeye çalışmak
3. Düşünceyi durdurmak
4. Özeleştirici de bulunmak
5. Dikkatini başka bir tarafa yöneltmek
6. Düşünce değiştirme (Purdon ve Clark, 2018: 45)

Bu eylemler zihnimiz tarafından geliştirilen mekanizmalardır. Bir davranıştan veya düşünceden kaçmak için zihin bunları etkin hale getirir. Kimilerinin ne kadar absürt veya saçma olduğuna kanaat getirsek de zihni meşgul ederek takıntılardan uzak durmak adına bir savunma mekanizması olarak ortaya çıkar.

Bireyi rahatsız eden beklenmedik zorlayıcı takıntılar ile karşılaşıldığında oluşan stres halinin bir kısmı zihinsel faaliyetler üzerindeki kontrol kaybı hissinden dolayı ortaya çıkmaktadır. Bireyin takıntı kontrolüne yönelik fazla çaba göstermesi bazı durumlarda takıntıyı tetikleyen bir unsur olmaktadır bu duruma da “zihin kontrolü paradoksu” denir (Purdon ve Clark, 2018: 85-87). Teknolojik cihazlarımızdan uzak durmak adına kararlar alıp farklı aktivitelere yönelen bir program oluşturduğumuzu varsayalım, kitap okumak vb. gibi. Bu gibi durumlarda zihin alışmış olduğu davranışa bağımlı kalabilmekte ve bunun sonucu olarak kontrol mekanizması ile geliştirilen ve uygulanan aktivite çok fazla sürmemektedir. Takıntı ile mücadelede öncelikle bulunulan davranıştan zihni soyutlayabilmek gerekmekte ve daha sonrasında farklı aktivitelerle bu durumu yok saymak veya normalleştirme yoluna gidilmektedir.

## **KULLANIMLAR VE DOYUMLAR İLE BAĞIMLILIK KURAMLARI BAĞLAMINDA YENİ MEDYADA PLAGOMANİ HASTALIĞINI TETİKLEYEN UNSURLAR**

Katz'a göre kullanım ve doyumlar yaklaşımı, insanların toplumsal ve psikolojik kökenli ihtiyaçlarını karşılamaktadır. Bu ihtiyaçları gidermek adına insanlar medya ve çeşitli kaynaklara karşı birtakım beklentiler oluştururlar. İzleyiciler bir takım ihtiyaçlar doğrultusunda medya içeriklerini kullanırlar, bu durumda izleyici ihtiyacını karşılamış ve doyuma ulaşmış kabul edilir. Bu yaklaşım medya ve izleyici arasında işlevsel bir algoritmaya sahiptir. İlk dönem araştırmalarının aksine tüketiciyi pasif konumdan belli bir aktif düzeye taşır (Yaylagül, 2016: 73-74). Tüketici medyanın sunduğu bilgiler içerisinden işine yarayanı seçer, alır ve kullanır. Oysa etki kuramına göre medya ne verirse izleyici onu alır ve kullanır (Güngör, 2018: 130). Bu yaklaşıma göre insanlar günlük hayatlarını kolaylaştıracak bir takım gereksinimleri medya unsuru ile karşılarlar. Ve bu platformlarda haber, güncel konular veya eğlence gibi konularda ortak bir payda oluşturabilirler.

Teknoloji insanları değiştirme ve yeniden tasarlama ortamı sunmaktadır, pek çok kişinin teknolojiye olan yaklaşımı biyolojiyi de içerisine alarak insan ve makinenin birleşmesine doğru ilerlediğini savunmaktadır (Leonhard, 2018: 35). Küreselleşmekte olan bu durum gelişmiş ve gelişmekte olan toplumlarda bir takım kültürel ve geleneksel normları askıya almaktadır. Analog topluma karşı teknolojinin ve oluşan medya yeniliklerinin tamamını bünyesinde barındıran dijital kuşak, oluşturmuş oldukları sanal alemde giderek kök salmakta ve gerçek hayattan aynı düzeyde kendini soyutlamaktadır.

İnsanoğlu hayatı inanç ve zihniyetlerine göre yaşamaktadır, veriler ve bunun sonucunda oluşan

algoritmalarla göre değil. Zorluğun merkezi teknolojinin etik veya sosyal normlarının olmayışıdır. Teknolojik cihazlar insanoğlunun etik tereddütlerini kavrayacak bir algoritmaya sahip olsalar dahi şefkat ve empati gibi insanoğluna has değerlere sahip olamayacaklardır. Çünkü teknoloji insanlığın önemseydiği şeylere nihilist bir bakış açısıyla yaklaşmaktadır (Leonhard, 2018: 36). Teknoloji sunmuş olduğu güncellemeler ve kolaylıklar ile günlük hayatın bir parçası haline gelmiştir. Beyaz yakalı çalışanların masalarından ilköğretim düzeyindeki öğrencilerin ceplerine kadar kapsam alanını genişletmiştir. Teknoloji Maslow'un ihtiyaçlar piramidi tanımlamasında en alt kısımda bulunan basit ihtiyaçları karşılama dışında sevmeye, kendine değer vermeye veya kendini gerçeğe dönüştürme evrelerine ilerlememelidir (Leonhard, 2018: 36). Bu cihazlar, algoritmalar ve bize sundukları imkanlar pil ömürlerinin süresince insan hayatına kolaylık sağlamaya devam ediyor. Bu sürenin kısıtlanmaması veya belli aralıklar ile sona ermemesi adına yenilikler hız kesmeden devam ediyor. İnsanoğlunun bir uzvu haline gelen teknolojik cihazlar içerisindeki sanal dünyalardan kopmamak adına çeşitli eşantyonları günlük hayatın bir parçası haline getiriyor. Pil ve güneş enerjisi olanaklarında devam eden yenilikler sürdürülebilir enerji adına küresel dönüşüm açısından büyük bir amacı temsil ediyor (Leonhard, 2018: 38).

Daha önce yalnızca iletişim sağlanması amacıyla kullanılan teknolojik cihazların kullanım amacını genişleten yegâne unsurlardan biri de oluşan yeni medya platformlarıdır. Böylelikle aynı cihazlar toplum arasında daha lokal olmaktan çıkmış ve küresel sınırlara ulaşmıştır. Böylelikle hiç tanımadığımız insanlarla hatta kültürlerle etkileşim haline gelebilmekteyiz. Entelektüel konular, sanatsal alanlarda yaşanan yenilikler ve dünyada yaşanan yeni gelişmelerden bu platformlar aracılığıyla haberdar olabiliyoruz. Ancak insanlığı bu denli büyük bir etkileşim ağına ortak eden sosyal ağlara bırakmış olduğumuz kişisel verilerimizin güvenliğinden henüz emin değiliz. Örneğin Facebook, kendi sunmuş olduğumuz kişisel verilerimiz üzerinde daha fazla denetim hakkımız olmuş olsa dahi bu hizmeti paraya çeviremeyecektir, çünkü Facebook'un iş modeli bizleri daha çok parayı verene satmak esasına dayanmaktadır. İnsanlık bu zevk tuzağında umarsızca davranırken, Facebook tıpkı ABD ulusal tüfek birliği gibi, teknolojiyi kötüye kullanan insanların sorumluluğunun teknoloji şirketlerinde olmadığı kanısını anlatmaktadır (Leonhard, 2018: 39). Henry Jenkins web kullanımının tüketici katılımlı bir bölge olduğunu savunmuştur. Jenkins, blog kullanmanın veya farklı forumlarda yer almanın kullanıcının perspektifini genişlettiği bu durumda fikirleri ifade etme potansiyeline doğrudan etkisi olduğunu belirtmişti. David Gauntlett ise gelişen sosyal medya platformlarının alanını "kültür yapma" olarak genişlettiğini ve internetin yaygınlaşması ile bu platformların herkesin içinde yer alabileceği, fikirlerini rahatlıkla etkileşim ortamına sokabileceği yeni bir ekonomik demokrasi sistemine yol açtığını belirtir (Aydoğan, 2018: 2). Facebook gibi platformları insanlar iletişim kurmak, hayat görüşlerine dair paylaşımlarda bulunmak ve karşılıklı etkileşim halinde bir iletişim modeli sağlamak için kullanırlar böylelikle Facebook artık kültürel bir form haline dönüşmüştür. Alvin Toffler enformasyon toplumuna dair prosumer terimini ortaya koydu. Bununla birlikte Axel Bruns prosumer terimini yeni medya kullanıcılarına uyarladı. Artık kullanıcıların dijital bilginin üreticisi haline geldiğini belirterek üreten tüketici tanımlamasını geliştirdi (Aydoğan, 2018: 4).

Teknoloji bir şekilde hayatı daha kolay bir kalıba sokarken benlikler de teknoloji esaretinin hakimiyetine girmektedir. Akıllı telefonların kullanımının artmasıyla birlikte internete erişimin kolaylık kazanması sonucu ekran bağımlılığı da giderek artmaktadır. Bu düşkünlüğe sahip bireyler günlük hayatın büyük bir kısmını sosyal medya platformlarından kendilerine gelen yorumları okumak, beğenileri ve eleştirileri takip etmekle harcarlar. Gelişen teknolojinin çağıma getirmiş olduğu rahatsızlıklardan biri olan "ego sörfü" teknolojiye düşkün insanların belli aralıklarla bu platformlarda isimlerini aratması ve gelişmeleri takip etmesi durumudur. Narsistik kişilik bozukluğuna sahip bu bireyler kendi önemi konusunda abartılmış bir görüşe sahip olmakla beraber sürekli olarak ilgi görmek istemektedirler (Topçu, 2019: 169).

Teknolojinin getirmiş olduğu bu gibi davranış bozuklukları neticesinde birey tarafından teknolojik cihazlara



duyulan bağıllık artmakta ve kendi oluşturmuş olduğu sanal kimliğe daha büyük bir etkiyle inanmaktadır, bu davranış bozukluklarının neticesinde sosyal yaşam bir dönüşüme girmektedir.

Modernleşme süreciyle birlikte belirginleşen özel ve kamusal alan anlayışı günümüzde gelişmekte olan teknoloji ile özel ve kamusal alan hususunda bir takım karışıklıklar meydana getirmiştir. İnternetin sağlamış olduğu imkanlarla bazı meslek grupları çalışma ortamları olan bürolarını eve taşımışlardır, böylece modern dönem öncesine benzer bir durum meydana gelmiştir. Özel alan işlik olarak kullanılmaya başlanmıştır. İnternet ağı üzerinden geliştirilen sosyal medya platformları ise kullanıcılara zaman ve uzam anlamında sınırsız biçimde iletişim imkânı oluşturmaktadır (Güngör, 2018: 402). Her geçen gün gelişmekte olan teknoloji sağlamış olduğu olanakların yanında sosyal hayata dair düzenlemelerde de oldukça söz sahibi bir konumda bulunmaktadır. Bunun yanı sıra aile kurumunda da belli düzen değişiklikleri yaşanmıştır. Sosyal medya platformları insanlara karşılaşma ve buluşma imkanları sunmaktadır, bunlar arasında arkadaş olmak, eş olmak ve evlenmek de bulunmaktadır. Toplumda alışkanlık haline gelmiş durumlarda ise aile kurma bağlamında; toplumsal statüler, mesleki koşullar ve aile çevresi gibi durumlar oldukça önemlidir. Sosyal medya platformlarında ise farklı kültürlerden insanlar karşılaşmakta zaman zamanda aile kurmaktadır. Modern ve postmodern toplum değerlerinin iç içe geçmiş olduğu bu geçiş sürecinde zayıflama yaşayan aile kurumu sosyal medyanın da etkisiyle farklı bir yapıya doğru ilerlemektedir. Gündelik hayatta yaşanan dönüşüm ise sosyal medyanın toplumsal alanlara girmesiyle başlamıştır, toplumsal dönüşümler çoğunlukla insan ilişkilerindeki mikro çapta yaşanan değişimlerin birikmesiyle oluşmaktadır. Dijital iletişim teknolojileriyle birlikte sosyal medyanın da toplumsal yaşama girmesi sonucunda; kalabalık bir topluluk içerisinde tek başına kalmak, tek başınayken ise başkalarıyla bir arada bulunabilmek arzusu sosyal medyanın insan ilişkilerine olan etkisinin örneklerindedir. Toplu organizasyonların başlarında yapılan giriş sohbetinin ardından hemen herkes internet ağı donanımlı cep telefonları aracılığıyla sanal alemde vakit geçirmeye başlamaktadır. Bu durum gündelik hayatın sıradan ilişkilerinde büyük bir iletişimsizliği beraberinde getirmektedir. Öte yandan sosyal medya aracılığı ile insanlar arasındaki etkileşim uzam kavramını aşarak etkinliğini sürdürmektedir (Güngör, 2018: 406-407). Yaşanan bu köklü değişimler sosyal düzenin bir parçası olmakla beraber internet ağı merkezli teknolojik cihazları da iletişimsel anlamda gündelik hayat ve sosyal hayatın merkezine almaktadır.

Teknolojik gelişmelerin aracı biçimlendirmesi durumu iletişimi toplumsallaştırmaktadır. Bu durum kaynak, hedef, ortam ve iletiyi sürekli olarak güncellemektedir. Sosyal medya platformlarında bağlı olmak ve bağımlı olmak arasındaki fark aşılmaya başlamıştır. Mobil telefonlar aracılığı ile kullanılan sosyal medya platformları birey için kaçış fırsatı oluşturmaktadır (Yengin ve Bayındır, 2019: 85-87). Böylelikle sosyal medya farklı bir evren haline gelmiştir, kullanıcı gerçek hayatta dışarıya aktaramadığı kimliğini veya olmak istediği insan profilini çizme imkânı bulmuştur. Oluşan bu sanal kimlik algılarının kontrolünü daha kolay kıldığı için birçok kullanıcıda gerçek hayata karşı üstünlük kurmaktadır. Bu durum teknolojik cihazlara olan bağıllığı da tetiklemektedir.

Manovich bu yeni araçlar ile oluşan dijital sürecin gerçeğin bir kopyası olduğunu savunmuştur. Yeni medyanın dili adlı çalışmasında dijital sürecin aslında gerçek hayatta, gündelik yaşam içerisindeki analog örneklemin üzerine temellendiğini vurgulamıştır. Ayrıca Manovich oluşan bu yeni iletişim ortamı için beş prensip başlığı belirlemiştir. Bunlardan ilki olan sayısal temsil kodları temsil etmektedir, buna göre iletişim ortamı kodlardan oluşmaktadır. Bir diğer prensip olarak modülerlik ise farklı bileşenleri bir araya getirerek her hangi birini değiştirebilme özelliğini anlatmaktadır. Otomasyon prensibi ise sayısal ve modülerlik prensiplerinin aksine ortamın kullanıcıya ihtiyaç duymadan üretim mekanizmasında bulunabildiği bir diğer prensiptir. Değişkenlik prensibinde ise sayısal temsil ve modülerliğin oluşturmuş olduğu nesnenin farklı biçimlerde kullanıcının karşısına çıkması durumu söz konusudur. Ve yeni iletişim ortamının son prensibi olarak kod çevirimi yeni iletişim ortamının kodlardan oluşmakta olan formatları arasındaki dönüşümünü

vurgulamaktadır (Yengin, 2014: 95-96).

Ball Rokeach ve De Fleur tarafından geliştirilen bağımlılık modeline göre; bireyler toplumda meydana gelen yeniliklerden haberdar olma ve buna göre kendi tutumlarını belirlemede kitle iletişim araçları ve benzeri bilgi kaynaklarına bağımlı halde bulunmaktadır. Bu kuram bireyin toplumsal ve bireysel ihtiyaçlarının medya sistemi ve bu sistemin içerisinde yer almakta olduğu sosyo-ekonomik ve politik düzenin karşılıklı iletişim haline geçmesi ile medyanın bireyler üzerinde etki kurması durumunu savunmaktadır (Yaylagül, 2016: 87).

Jean Baudrillard hiper gerçekliğin (simülasyon) yeniden türetilmiş gerçeklik olduğunu savunmuştur. Baudrillard'ın simülasyon kuramına göre; simülasyon gerçeklikten yoksun gerçeğin modeller aracılığıyla üretilmesidir. Baudrillard'ın kuramının merkez noktası taklit edilmiş olanın gerçeğe benzemekte olan ancak gerçeği gizleyen imgeler olduğudur. Taklit temsillerinin yerini almakta ve günlük yaşamın tüketmekte olduğu bir meta haline dönüşmektedir. Baudrillard hiper-gerçek tasvirini çoğaltılan gerçek olarak tanımlamaktadır. Baudrillard simülasyonu üç aşamada ele almıştır. Birinci aşama anlam kavramından oluşmaktadır gerçekliğin temsil yoluyla üretildiğini savunmuştur. İkinci aşama çoğaltma evresidir, bu aşamada gerçeklik temsilleri mekanik teknolojiler aracılığı ile çoğaltılmaktadır. Son aşama ise simülasyon bölümüdür. Bu aşamada gerçeklik ve temsil arasındaki bağlantı eksikliğinden dolayı oluşan hiper-gerçeklik bulunmaktadır (Yengin, 2014: 89-92). Temsilin gerçeği yansıtması durumu günümüzde yaygın bir biçimde dijital oyun platformlarında karşımıza çıkmaktadır. Geliştirilen 3D yazılımlar neticesinde gerçek kavramının oyunlarda sıkça yansımalarına rastlamak mümkündür. Bu yazılımlar ile sanal alemde şehir yapıları ve planlamaları simülasyon şeklinde karşımıza çıkabilmektedir. Yaygın olarak bu teknolojiyi kullanan Grand Theft Auto güncellenen tüm sürümlerinde ABD sınırları içerisinde yer alan birçok şehri, mimari yapısı ve planlamasıyla simülasyon şeklinde kullanıcıya sunmuştur.

İnternet ve bilgisayar kullanımının suistimalinde ölçüt, vakit kaybını minimize ettiği için iletilen mesaj ile ilintili merkezidir. İnternet ve bilgisayar kullanımı belli bir okuryazarlık seviyesine ihtiyaç duymaktadır ancak yazılımların geliştirilmesiyle kullanımda sağlanan kolaylıklar bu gerekliliği de ortadan kaldırmaktadır. Bu bağlamda bağımlılık unsurunun ortaya çıktığı durumlarda, internet ve bilgisayar ortamlarında oluşturulan etkinliğe daha fazla vakit ayrılmaktadır. Bu etkinlik zamanla bireyde yaşamın odak noktası haline gelir. Sosyal ilişkiler diğer kullanıcıların internet karşısındaki tutumuna veya katılma becerilerine bağlı olarak artar veya biter. Kumar ve oyunlarda olduğu gibi bu etkinliklerde kimyasalların sebep olduğu bir bilinç değişikliği hali söz konusu olmaktadır (Tarhan ve Nurmedov, 2015: 68-70). Geliştirilen algoritmalar sonucu oluşturulan yazılımlar kullanım kolaylığını büyük ölçüde arttırmaktadır. Bu durumun örneklerinden biride teknolojik cihaz kullanımında yaş ortalamasının ciddi oranda düşmüş olmasıdır. Teknolojik cihaz yazılımlarında simülasyon ve görselliğin artması ile beraber kolaylaşmakta olan kullanım biçimi bu ortalama etkili olmaktadır.

Jean Paul Sartre'nin insanın ilk sanatı olarak tanımladığı oyun, çağa göre değişkenlikler sergilemektedir. Teknolojinin gelişmesiyle kullanım alanını genişleten dijital oyunlar özellikle çocuklar üzerinde bağımlı olma unsurunu içermektedir. Bağımlılık madde bağımlılığı ve davranışsal bağımlılık olarak iki ayrı kolda incelenmektedir. Bu durumda teknolojik cihazlar madde olarak değerlendirilir ve bu cihazların sunmuş olduğu platformlarda oyun oynamaktan kendini alıkoyamama durumu ise davranışsal bağımlılık bağlamında incelenmelidir. Gelişen teknolojinin getirmiş olduğu bu yeni durumda, çocukların dış dünyadan kendilerini soyutlayarak ebeveynler tarafından denetlenmesi durumu oldukça güç bir durum haline gelmektedir. Bu durum McLuhan'ın "araç iletidir ve kitleleri, dünyayı biçimlendiren de kitle iletişim araçlarıdır" tanımıyla doğrudan uyumluluk sağlamaktadır. Dijital ortamda oyun oynama durumu konsol, PC ve çevrimiçi oyunlar şeklinde gerçekleşmektedir. Oyunlar strateji geliştirme, çözüm üretme gibi

çocuklara birçok alışkanlık kazandırsa da sosyolojik açıdan çocuklar sanal ortamda sosyalleştiğini sanmakta ancak bu durum psikolojik açıdan ele alındığında dış dünyaya karşı çocukları yabancılaştırmakta ve yalnızlaştırmaktadır (Ataman, 2019: 121-124).

## ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ

Araştırmanın yöntemi olarak odak grup görüşmesi tekniği kullanılmıştır. Odak grup (focus group) genellikle bazı ortak özelliklere sahip 4-12 katılımcıyla ve bir moderatörle gerçekleştirilen, katılımcıların gerçek düşüncelerini saklama gereği duymayacağı çok sesli bir ortam yaratılarak veri toplamayı amaçlayan bir tekniktir (Gülcan, 2021: 97). Araştırmanın amacı aşırı teknoloji kullanımı sonucu ortaya çıkabilecek sorunlarla ilgili bulgulara ulaşmak, bugünkü durumu saptamak ve geleceğe dönük öngörülerde bulunmaktır. Araştırmanın evrenini İstanbul Aydın Üniversitesi öğrencileri oluşturmaktadır. Örneklem ise İstanbul Aydın Üniversitesi Yeni Medya yüksek lisans öğrencileri olarak belirlenmiştir. Araştırmanın sınırlılığını, çalışmaya yalnızca İstanbul Aydın Üniversitesinde yeni medya yüksek lisans yapan öğrencilerin katılması oluşturmaktadır.

## PLAGOMANİ HASTALIĞI ÜZERİNE ODAK GRUP ÇALIŞMASI

Plagomani hastalığı üzerine odak grup çalışması gerçekleştirilen araştırmada, 7 katılımcıya 6 soru sorulmuş ve yanıtları analiz edilmiştir.

**Tablo 1.** Katılımcıların Demografik Özellikleri, Teknolojik Cihaz Kullanım Eğilimleri ve Şarj Etme Periyodları.

KATILIMCILAR	YAŞ	CİNSİYET	EN FAZLA KULLANILAN TEKNOLOJİK CİHAZ	GÜNLÜK ŞARJ ETME DURUMU
1. KATILIMCI	23	ERKEK	MOBİL	GÜNDE 1 KEZ
2. KATILIMCI	23	KADIN	MOBİL	GÜNDE 2 KEZ
3. KATILIMCI	24	ERKEK	MOBİL	GÜNDE 1 KEZ
4. KATILIMCI	25	KADIN	MOBİL VE TABLET	GÜNDE 2-3 KEZ
5. KATILIMCI	23	KADIN	MOBİL	GÜNDE 1-2 KEZ
6. KATILIMCI	28	KADIN	MOBİL VE BİLGİSAYAR	GÜNDE 2 KEZ
7. KATILIMCI	25	KADIN	TELEFON	GÜNDE 1 KEZ

1.SORU: En çok hangi teknolojik cihazı kullanıyorsunuz, hangi cihazın şarjının bitmesi sizi daha olumsuz etkiliyor?

2.SORU: Yeni çıkan teknolojik cihazları alma amacınız ihtiyaca göre mi yoksa güncel teknolojiyi takip etmek için mi?

3.SORU: Teknolojinin gelişmesi hakkındaki düşünceleriniz nelerdir, mobil kullanımının artmasını neye bağlıyorsunuz?

4.SORU: Beklemediğiniz bir anda cihazınızın şarjının bitmesi durumunda ilk tepkiniz ne oluyor, bu durum da nasıl bir çözüm üretiyorsunuz?

5.SORU: Teknolojik cihazlarınızda ne kadar süre geçiriyorsunuz, en fazla hangi platformu kullanıyorsunuz?

6.SORU: Teknolojik cihazlarınızı ne sıklıkla şarj ediyorsunuz?

Yukarıdaki sorular İstanbul Aydın Üniversitesi Yeni Medya yüksek lisans öğrencilerinden oluşan 7 katılımcıya sorulmuştur. Katılımcılar, okudukları bölüm itibarıyla teknolojiyi yoğun olarak kullanan bir grup olarak düşünülmektedir. Birinci soru olan “*En çok hangi teknolojik cihazı kullanıyorsunuz, hangi cihazın şarjının bitmesi sizi daha olumsuz etkiliyor?*” şeklindeki soruya 4 katılımcı mobil, 1 katılımcı mobil

ve tablet, 1 katılımcı mobil ve bilgisayar, 1 katılımcı telefon yanıtını vermiştir. Bu durumdan da anlaşıldığı üzere mobil kullanımı oldukça yaygın bir kullanım ağı kurmuştur ve şarjının bitmesinden en çok rahatsız olunan cihaz olarak belirtilmiştir.

İkinci soru olan “*Yeni çıkan teknolojik cihazları alma amacınız, ihtiyaca göre mi yoksa güncel teknolojiyi takip etmek için mi?*” şeklindeki soruya 5 katılımcı ihtiyaç doğrultusunda, 2 katılımcı güncel teknolojiyi takip etmek için şeklinde yanıt vermiştir. Katılımcıların yüzde 71’i teknolojik cihaz alımının ihtiyaç doğrultusunda yapıldığını söylemiştir. Bir katılımcı gelişen teknolojiyle birlikte bilgiye ulaşmanın daha kolay bir hal aldığı ve zamanı minimalize ederek günlük hayatı kolaylaştırdığını vurgulamıştır. Diğer bir katılımcı gelişen teknolojiyle beraber mobil kullanımında oluşan kullanım alanı genişleme durumuna bağlı olarak bir üst sürüm ile geliştirilen, yenilenen cihazlarının bir lüks tüketim göstergesi olduğunu düşünmemekle beraber, bu yenileme durumunun teknolojik kolaylıklar doğrultusunda güncellemeleri takip eden bir ihtiyaç durumu olarak görüldüğünü söylemiştir.

Üçüncü soru olan “*Teknolojinin gelişmesi hakkındaki düşünceleriniz nelerdir, mobil kullanımının artmasını neye bağlıyorsunuz?*” şeklindeki soruya verilen yanıtlar, genel itibariyle gelişen teknolojinin beraberinde getirmiş olduğu hız unsuru kapsamında günlük hayatta konfor ve kolaylık sağlaması üzerine kurulmuştur. Katılımcılardan biri şu şekilde yanıtlamıştır: “Mobilleşme ile yeni medya platformlarının cep telefonlarımıza sığması üzerine gündelik hayatın daha kolay bir işleyişe büründüğü görülmektedir, sosyal medya platformlarının yapmış olduğu reformlar ile gündelik hayatın her anında her alanında içerik üretimi imkânı sunması mobil kullanımının artmasına öncülük etmiştir”. Katılımcılar ayrıca mobil kullanımının artışı, sosyal medya platformlarında bulunan hesaplarının günlük rutin içerisinde aktif bir döngü haline gelmesine bağlamıştır.

Dördüncü soru olan “*Beklemediğiniz bir anda cihazınızın şarjının bitmesi durumunda ilk tepkiniz ne oluyor, bu durum da nasıl bir çözüm üretiyorsunuz?*” şeklindeki soruya, 7 katılımcı da teknolojik cihazlarının şarjının bitmesi halinde tedirginlik ve stres ortamı oluştuğunu söylemiştir. Bu duruma önlem olarak powerbank kullanımı ve şarj ortamı aranması çözümlerini ürettiklerini belirtmişlerdir. Katılımcıların tamamının tedirginlik ve stres yaşadığını söylemesi teknolojik cihazların gündelik hayattaki kapsama alanının giderek artmakta olduğunu ve bireyi psikolojik açıdan etkilediğini göstermektedir. Katılımcılar genel itibariyle şarj bitmesi durumunda yaşanan stres ve tedirginlik durumunu iletişimsiz kalma tanımı üzerine oluşturmaktadır. Ancak söz konusu iletişim inovasyona uğramış yeni nesil iletişimdir. Yaşanılan duruma sebep olarak aktarılan iletişimsizlik, telefon konuşmaları ve ulaşım sorunu ile kısıtlı kalmaktadır. Bu durumda whatsapp, instagram, twitter gibi sosyal medya platformlarında aktif duruma geçme arzusu taşıyan katılımcılar çözüm olarak çoğunlukla powerbank kullanımını tercih etmiştir.

Teknolojik cihazlarında geçirdikleri süre ve platform sorusuna 5 katılımcı, 5-8 saat aralığında yanıtını vermiştir ve bu süreyi sosyal medya platformlarında geçirdiklerini ifade etmiştir. Diğer iki katılımcı da 0-3 saat aralığında ve yine sosyal medya platformlarında vakit geçirdiklerini söylemişlerdir. Bu durum oluşturulan sosyal medya hesaplarında ortaya çıkan yeni benliklerin gündelik hayatın içerisine ne denli karışmış olduğunu göstermektedir. Ortalama geçirilen süreye bakacak olursak, yaklaşık olarak bir günün üçte birini kapsamaktadır. Katılımcılar altıncı soru olan “*Teknolojik cihazlarınızı ne sıklıkla şarj ediyorsunuz?*” şeklindeki soruya verdikleri yanıtlarda 3 katılımcı günde 1 kez şarj ettiğini, 2 katılımcı 2 kez şarj ettiğini, 1 katılımcı 1-2 kez şarj ettiğini, 1 katılımcı da 2-3 kez şarj ettiğini belirtmiştir.

## SONUÇ

İnsanoğlu her geçen gün değişen dünya şartlarına kendisini uyumlandırırken yeni bir takım kaygılar da üretmektedir. Plagomani de bu yeni kaygı türlerinden bir tanesi olarak karşımıza çıkmaktadır. İnsanlar,

teknolojik aygıtlarından yoksun kalmaktan endişe duymakta ve "şarjsız" kalma kaygısı yaşamaktadır. İstanbul Aydın Üniversitesi Yeni Medya Yüksek lisans öğrencileriyle yapılan odak grup çalışmasında katılımcıların konuyla ilgili eğilimleri analiz edilmeye çalışılmıştır.

Katılımcılar, en çok hangi teknolojik cihazı kullandıkları sorulduğunda çoğunlukla cep telefonu kullandıklarını ifade etmiştir. Günümüzde çevremizden de gözlemlediğimiz üzere mobil kullanımı çok yaygın bir kullanım ağı kurmuştur. Bebeklikten başlayarak cep telefonu kullanmayı öğrenen kuşaklar, mobil cihazları olmadan adeta adım atamamaktadır. Gideceği adresi bulmakta zorlanan, o yanında olmadığına eğlenemeyen ve kendini eksik hisseden bir nesil yetişmektedir.

*Yeni çıkan teknolojik cihazları alma amacınız ihtiyaca göre mi yoksa güncel teknolojiyi takip etmek için mi?"* sorusuna verilen yanıtlar ise genellikle teknolojik cihaz alımının ihtiyaç doğrultusunda yapıldığını işaret etmektedir. Gelişen teknolojiyle bilgiye ulaşma daha kolay bir hal almış ve zaman kullanımını minimize ederek günlük hayatı kolaylaştırmaktadır. Katılımcılar da, mobil kullanımının artmasını değerlendirirken, cevaplarını genel itibarıyla gelişen teknolojinin beraberinde getirmiş olduğu hız unsuru kapsamında günlük hayatta konfor ve kolaylık sağlaması üzerine kurmuştur. Mobilleşme ile yeni medya platformlarının cep telefonlarımıza sığması üzerine gündelik hayatın daha kolay bir işleyişe büründüğü düşünülmektedir.

Katılımcılar teknolojik cihazlarını kaç saat kullandıklarıyla ilgili soruya verdikleri yanıtlarında teknolojik cihazlarını genel itibarıyla 5-8 saat aralığında kullandıklarını ve çoğunlukla bu süreyi sosyal medya platformlarında geçirdiklerini ifade etmiştir. Katılımcılar ayrıca teknolojik cihazlarını günde en az 1-2 kez şarj etmekte olduklarını belirtmişlerdir.

*"Beklemediğiniz bir anda cihazınızın şarjının bitmesi durumunda ilk tepkiniz ne oluyor, bu durum da nasıl bir çözüm üretiyorsunuz?"* sorusuna verilen yanıtlar genel itibarıyla, teknolojik cihazların şarjının bitmesinin tedirginlik ve stres ortamı oluşturduğu yönündedir. Bu durumda teknolojik cihazların gündelik hayattaki kapsama alanının giderek artmakta olduğunu ve bireyi psikolojik açıdan etkilediğini göstermektedir. Bu duruma önlem olarak powerbank kullanımı ve şarj ortamı aranması çözümleri üretilmektedir.

Genel itibarıyla teknolojik cihazlar ihtiyaç halini almaktadır ve gündelik hayatın vazgeçilmezi haline gelmiştir. Mobilleşme ile kazanılan hız, bilgiye erişimi daha kolay bir hale getirerek kullanıcılara konfor sağlamaktadır. Oluşan bu konfor alanı dışına çıkmak istemeyen veya bu alanda geçirilen süreyi maksimum düzeyde tutmak isteyen katılımcılar, gelişen teknolojinin oluşturmuş olduğu bu konfor alanını ve sosyal medya ortamında oluşturmuş oldukları yeni benliklerini gündelik hayatın içerisinde aktif bir biçimde tutmak adına, şarj ve şarjsız kalma durumuna çeşitli çözümler üretmiş bunun sonucunda şarj periyotları oluşturmuştur. Sosyal ve toplumsal alanlarda da oluşturduğu periyotlar için mesai harcamıştır.

Teknolojinin gelişmesiyle birlikte bir takım dijital hastalıklar hayatımıza girmiştir. Henüz yeni yeni elektrikli araçların hayatımıza girdiği ve metaverse için çalışmaların başladığı günümüzde, plagomani çok korkulacak boyutlarda olmasa da ilerleyen yıllarda iş ve sosyal dünyanın metaverse ile bütünleşmesi durumunda, şarjsız kalma ve teknolojik aygıtlarından yoksun kalma korkusunun daha önemli boyutlara gelebileceği öngörülebilir.

## KAYNAKÇA

Ataman, Y. D. (2019). *Dijital Oyun Bağımlılığı*. Editör: Gökmen H. Karadağ. "Dijital Hastalıklar" kitabı (içinde). Der Yayınları.

- Aydoğan, F. (2018). *Yeni Medya Kuramları*. Der Yayınları.
- Bauman, Z. (2018). *Küreselleşme*. Ayrıntı Yayınları.
- Dilbaz, N. (2018, 20 Temmuz). *Bağımlılık Nedir?* <https://npistanbul.com/amatem/bagimlilik-nedir>
- Gülcan, C. (2021). *Nitel Bir Veri Toplama Aracı: Odak (focus) Grup Tekniğinin Uygulanışı ve Geçerliliği Üzerine bir Çalışma*. Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü e-Dergisi Cilt: 4 Sayı: 2.
- Güngör, N. (2018). *İletişim Kuramlar ve Yaklaşımlar*. Siyasal Kitabevi.
- İnan, M. (2017, 29 Eylül). *Yatak bile prize göre ayarlanıyor! Çağımızın hastalığı: Plagomani*. <https://www.posta.com.tr>
- Leonhard, G. (2018). *Teknolojiye Karşı İnsanlık*, İstanbul: Siyah Kitap.
- Newport, C. (2019). *Dijital Minimalizm*. Metropolis Yayıncılık.
- Nurmedov, S. (2010, 13 Şubat). *Bağımlılığın Psikolojisi*. <https://www.e-psikiyatri.com>
- Özer, K. (2015). *İletişimsizlik Becerisi*. Galata Yayın Dağıtım.
- Övür, A. (2019). *Teknoloji Çağında Kaçışçı Fantazy Alanı Olarak Dijital Esriklik*. Editör: Gökmen H. Karadağ. "Dijital Hastalıklar" kitabı (içinde). Der Yayınları.
- Purdon, C. ve A. Clark D. (2018). *Takıntılarla Başa Çıkma*. Psikonet Yayınları.
- Tarhan, N. ve Nurmedov, S. (2015). *Bağımlılık Sanal veya Gerçek*. Timaş Yayınları.
- Topçu, Ö. (2019). *Çevrimiçi Narsizm*. Editör: Gökmen H. Karadağ. "Dijital Hastalıklar" kitabı (içinde). Der Yayınları.
- Ünüvar, N. (2020). *İnternet Risk Mi, Fırsat Mı?* Bilişim Teknolojileri ve İletişim. Muzaffer Şeker, Yasin Bulduklu, Cem Korkut, Mürsel Doğrul (ed.).Türkiye Bilimler Akademisi.
- Yaylagül, L. (2016). *Kitle İletişim Kuramları*. Dipnot Yayınları.
- Yengin, D. (2014). *Yeni Medya ve Dokunmatik Toplum*. Derin Yayınları.
- Yengin D. Bayındır, B. (2019). *Dijital Bağ(ım)lı*. Editör: Gökmen H. Karadağ. "Dijital Hastalıklar" kitabı (içinde). Der Yayınları.
- Yeşilay, (2020, 23 Nisan). <https://www.yesilay.org.tr/tr/bagimlilik/teknolojibagimliliği>