



Görünür Olanın İdeolojisi: Instagram #Rutin Paylaşımlarında Gündelik Hayatın Kurgulanışı

Seyhan Aksoy Mevlüt Sedat Dönmez

ÖZ

Gündelik hayat sıklıkla sıradan olan pratiklerin alanı olarak görülür. Ancak gündelik hayat, kapitalist üretim ilişkileri doğrultusunda metalaştırılmış ve ideolojik olarak şekillendirilmiş ama aynı zamanda dönüşüm potansiyelini içinde barındıran bir alandır. Bu nedenle sıradan ve basit olan, teorik olarak ciddiye alınmalıdır ve makalenin odağı, gündelik olandır. Çalışmanın amacı, Instagram’da “rutin” etiketi kullanılarak yapılan paylaşımlar aracılığı ile gündelik hayatın kapitalist sistem tarafından nasıl kurgulandığını, tüketim ilişkileri içinde nasıl şekillendiğini, nasıl temsil edildiğini ve mevcut ideolojinin nasıl yeniden üretildiğini ortaya koymaktır. Bu amaçla çalışmada 100 paylaşım üzerinden basit bir saymaca yapılarak nelerin rutin olarak tanımlandığı kategorik olarak tespit edilmiş ardından da oluşturulan temalar çerçevesine nitel içerik çözümlemesi yapılmıştır. Çözümleme sonucunda, başta temizlik olmak üzere “ev rutinlerinin” kapitalist ataerkil ideoloji çerçevesinde şekillendiği; özellikle “sabah rutini” olarak paylaşılan pratiklerde tüketim yoluyla estetize edilmiş yaşamların ve sınıfsal konumların yeniden üretildiği; rutinden şikâyet edilmemesini salık veren ‘rutin rahmettir’ söylemi ile korku ve şükür arasına sıkıştırılan itaat eden birey konumunun yeniden üretildiği ortaya konulmuştur. “Rutin” sadece bireysel bir tekrar değildir. Benzer pratiklerin rutin olarak kabul edilmesi, bireysel seçimden çok, kolektif olarak dayatılan normların içselleştirildiğini gösterir. Ancak az da olsa paylaşımlarda, gündelik hayat rutinlerinin mizah ve gülme unsuru ile geçici olarak askıya alındığı söylenebilir.

Anahtar Sözcükler: Gündelik Hayat, Gündelik Hayat Sosyolojisi, Rutin, Instagram, Nitel İçerik Çözümlemesi

SEYHAN AKSOY

Doç. Dr.

Süleyman Demirel Üniversitesi

seyhanaksoy@sdu.edu.tr

ORCID: 0000-0001-5167-5866

MEVLÜT SEDAT DÖNMEZ

Doç. Dr.

Süleyman Demirel Üniversitesi

sedat.donmez@gmail.com

ORCID: 0000-0002-8437-7416

Atıf/Citation: Aksoy, S. & Dönmez, M. S. (2026). Görünür olanın ideolojisi: Instagram #Rutin paylaşımlarında gündelik hayatın kurgulanışı. *Selçuk İletişim*, 19(1), 430-455. <https://doi.org/10.18094/josc.1806833>



The Ideology of the Visible: The Construction of Everyday Life in Instagram #Routine Posts

Seyhan Aksoy  Mevlüt Sedat Dönmez 

ABSTRACT

Everyday life is often seen as the realm of ordinary practices. However, everyday life is an area that has been commodified and ideologically shaped in line with capitalist production relations, but which also harbours the potential for transformation. Therefore, the ordinary and simple must be taken seriously in theory, and the focus of this article is the everyday. The aim of the study is to reveal how everyday life is constructed by the capitalist system, how it is shaped within consumption relations, how it is represented, and how the existing ideology is reproduced through posts made on Instagram using the hashtag 'routine'. To this end, a simple count was made of 100 posts to categorically identify what was defined as routine, followed by a qualitative content analysis within the framework of the themes created. The analysis revealed that 'household routines,' particularly cleaning, are shaped within the framework of capitalist patriarchal ideology; that practices shared as 'morning routines' reproduce aesthetically enhanced lives and class positions through consumption; and that the position of the obedient individual, squeezed between fear and gratitude by the discourse that 'routine is a blessing' and discourages complaining about routine, is reproduced. 'Routine' is not merely an individual repetition. The acceptance of similar practices as routine indicates the internalisation of collectively imposed norms rather than individual choice. However, it can be said that, albeit to a lesser extent, the humour and laughter elements in these posts temporarily suspend the routines of everyday life.

Keywords: Everyday Life, Sociology of Everyday Life, Routine, Instagram, Qualitative Content Analysis

SEYHAN AKSOY
Assoc. Prof.
Süleyman Demirel University
seyhanaksoy@sdu.edu.tr
ORCID: 0000-0001-5167-5866

MEVLÜT SEDAT DÖNMEZ
Assoc. Prof.
Süleyman Demirel University
sedat.donmez@gmail.com
ORCID: 0000-0002-8437-7416

GİRİŞ

Gündelik hayat, bireylerin 24 saatlik zaman dilimi içerisinde gerçekleştirdikleri barınma, beslenme, giyinme, uyuma, dolaşma, alışveriş yapma gibi rutin faaliyetleri ifade eder. Bu tanımlamayla ilk bakışta sadece bireylerin; kimliklerini, rollerini, aidiyetlerini inşa ettikleri bireysel bir alan olarak görülsede aslında toplumsal üretim ilişkilerini, tahakkümü ve kültürel pratikleri barındıran çok katmanlı bir mücadele alanıdır. Bireyin özgürlükleri ile güç mekanizmaları arasında bir yerdedir. Politikayı, ekonomiyi, tekniği, kültürü, iktidarı ve direnişi görebileceğimiz kristalize bir alandır ve toplumsal formasyonların en görünür yüzüdür. Buna rağmen gündelik hayat, “felsefeciler tarafından küçümsenen veya sosyal bilimler tarafından keyfi olarak ayrıştırılan olgular”dan (Lefebvre, 2013, s. 37) biri olmuştur. Bu nedenden dolayı ki sosyoloji ve kültürel çalışmalar gibi alanlarda teorik bir problematik olarak kuramsallaşması zaman almıştır.

Sıradanlığı sebebiyle uzun yıllar akademik merakın dışında kalan gündelik hayat, 20. yy’ın ortalarından itibaren toplumsal gerçekliğin bireyin tekrar eden pratiklerinde, alışkanlıklarında ve görünüşte sıradan olanın içinde saklı olduğunu gösteren çalışmalarla eleştirel teorinin merkezi konularından biri olmuştur. Henri Lefebvre’in (2013) gündelik hayatı hem toplumsal ilişkilerin, iktidar biçimlerinin ve ideolojik yapıların yeniden üretildiği hem de dönüştürülme potansiyelini barındıran dinamik bir alan olarak kavramsallaştırması; Michel de Certeau’nun (2008) yönetenlerin stratejilerine karşılık sıradan bireyin gündelik yaşam taktikleri ile iktidarı dönüştürme potansiyeline yaptığı vurgu; Walter Benjamin’in (2014) gündelik hayatın modernitenin çelişkilerini barındıran bir alan olduğu yönündeki tespiti; Guy Debord’un (1996) kapitalist sistemin, gündelik yaşamı "gösteri" biçiminde organize ederek bireyleri nasıl tüketici öznelerle indirgediğine dair eleştirisi ve Pierre Bourdieu’nun (2016) sınıfsal farkların gündelik pratiklere nasıl içkinleştiğini göstermek üzere kullandığı habitus ve sermaye kavramları gündelik hayata yönelik eleştirel bakış açısının hattıhareketini çizmek için vazgeçilmezdir.

Günümüzde gündelik hayat yalnızca yaşanan değil, sosyal medya platformlarında diğerleri ile paylaşılabilir hale gelen bir alandır. Bu anlamda kullanıcılarının etkileşimlerini artırmalarına ve takipçilerin kendilerine uygun içerikleri bulmalarına olanak tanıyan Instagram ve platformun hashtag/etiket (#) özelliği, bu çalışma açısından gündelik hayatın izini sürmenin aracı olmuştur. Çalışmada gündelik olanı ve ardındaki çok katmanlı -ideolojik, ekonomik ve kültürel- alanı görebilmek için gündeliği en saf hali ile nitelediği öngörüsünden hareketle Instagram’da #rutin etiketiyle yapılan paylaşımların oluşturduğu örneklem üzerinden bir araştırma yapılmıştır. Çalışmanın amacı sosyal medyada “rutin” olarak tanımlanan içerikler aracılığı ile gündelik hayatın nasıl kurgulandığını, tüketildiğini, temsil edildiğini ve

mevcut ideolojinin nasıl yeniden üretildiğini, gündelik hayat kuramlarının eleştirel çerçevesiyle incelemektir.

İletişim literatüründe gündelik hayatı; popüler kültür, medya ve iletişim teknolojileri ekseninde teorik olarak ele alan çalışmalar (Kaygusuz, 2025; Oğuz, 2021; Öcal, 2017; Özcan, 2017) bulunmaktadır. Bu çalışmalar, gündelik pratiklerin medya aracılığıyla görünürlük kazanırken aynı zamanda ideolojik olarak çerçeveselendiğini ve normalleştirildiğini ortaya koymakta ve gündelik olanın medya söylemleri içinde çoğunlukla tüketim kültürü, neoliberal özneleşme ve belirli yaşam tarzları etrafında yeniden üretildiğine işaret etmektedir. Sinema ve televizyon içerikleri üzerinden yapılan analizler ise gündelik hayat temsillerinin toplumsal cinsiyet rolleri, sınıfsal konumlar ve normatif yaşam pratikleri çerçevesinde kurgulandığını; gündelik olanın estetikleştirilerek doğallaştırıldığını ve bu temsiller aracılığıyla hâkim ideolojinin yeniden üretildiğini ortaya koyan çalışmalar (Elmacı, 2011; Kaptan & Tutar, 2022; Özer & Gül, 2021; A. Öztürk, 2024; Yiğit, 2012) bulunmaktadır. Bu çalışma ise söz konusu literatürden farklı olarak, gündelik hayatı yalnızca teorik olarak ya da gündelik hayatın temsillerini profesyonel medya içerikleri üzerinden değil, kullanıcıların gündelik dijital pratikleri aracılığıyla incelemekte ve bu bağlamda literatürdeki çalışmalardan ayrılmaktadır.

KAVRAMSAL ÇERÇEVE: GÜNDELİK HAYAT VE RUTİN ÜZERİNE

Gündelik hayata dair literatürü kabaca ikiye ayırmak mümkündür. Birbirlerinden büyük ölçüde izole bir şekilde faaliyet göstermiş olan bu gruplardan ilki; Walter Benjamin, Guy Debord ve Henri Lefebvre gibi düşünürlerin bulunduğu, 1960'lardan 1980'lere kadar kültürel çalışmaların ortaya çıkışının ilk aşamalarında oldukça etkili olan neo-Marksist kanattır. İkinci kanatta ise Dilthey, Schütz ve Weber gibi sosyologlar ve filozoflar ile Dewey veya Mead gibi Amerikalı pragmatistler bulunur. Berger ve Luckmann'ın sosyal fenomenolojisi, Goffman'ın dramaturjik sosyolojisi ile Garfinkel'in öncülüğünü yaptığı etnometodoloji de ikinci kanadın içine dahil edilebilir (Gardiner, 2004, s. 231) ilk kanatta yer alan düşünürler, gündelik hayatı modern kapitalist toplum bağlamında yabancılaştırılmış, metalaştırılmış ve ideolojik olarak şekillendirilmiş bir alan olarak değerlendirirler. Bu yaklaşımda gündelik yaşam, her ne kadar iktidar ve tahakküm ilişkilerinin egemen olduğu bir zemin olarak görülse de aynı zamanda dönüşüm ve direniş olanaklarını da barındıran dinamik bir alan olarak ele alınır. Bu doğrultuda, yönetilenlerin ya da tabi konumda olanların gündelik yaşam içindeki direniş pratikleri açığa çıkarılmaya çalışılır. Fenomenolojik, pragmatist ve mikrososyolojik bakış açına sahip düşünürlerin yer aldığı ikinci kanata göre ise gündelik hayat; bireylerin dünyayı anlamlandırdığı, sosyal gerçekliği karşılıklı etkileşim

içinde yapılandığı bir alandır. Bu yaklaşımlar genel olarak gündelik hayatın nasıl tipikleşmiş, alışkanlık hâline gelmiş, paylaşılan anlamlarla inşa edildiği üzerine odaklanırlar.

Gündelik hayatın bütün yönleriyle kuramsallaştırılmasına; üç ciltten oluşan *Gündelik Hayatın Eleştirisi* (1947, 1961 ve 1981), *Modern Dünyada Gündelik Hayat* (1968) ve *Ritimanaliz* (1992) adlı eserleri başta olmak üzere kent üzerine yaptığı çalışmalarda da gündelik hayatı tartışan ve tam manası ile bir gündelik hayat teorisyeni olarak imlenebilecek isimlerden ilki Henri Lefebvre'dir. Ona göre (2013, s. 86) "gündeliklik, örgütlenmiş ya da tüketimi yönlendirilmiş diye tanımlanan toplumun ve onun dekorunun, yani modernliğin temel ürünü"dür. Bu nedenle modernliği, bütünlüğü ve özüyle birlikte tanımlayacak bir incelemenin hareket noktası gündelik hayattır. Lefebvre, marksist bir temelden hareket etmesine rağmen, çağdaşlarından farklı olarak sınıfsal analizlere odaklanmak yerine, kapitalist sistemin dayatmaları ile sürüp gitmekte olan gündelik hayattaki bireysel pratiklere odaklanır ve bireyin içinde yaşadığı toplumsal yapıyı dönüştürme gücüne vurgu yapar. Zira Lefebvre için gündelik hayat eleştirisinin özü, "gündelik hayatın içeriğini mantıklı bir biçimde düzene dökmekten çok, gündelik hayatı dönüştürmektir" (Lefebvre, 2013, s. 36). Bu ancak, gündelik hayatta kapitalist sistemin dayattığı tüketici birey anlayışından öznenin kurtulmasıyla mümkündür (Köse, 2018, s. 338).

Gündelik hayat, terk edilmiş ya da bireysel özgürlüğe bırakılmış bir alan değildir; aksine itinayla örgütlenmiş, planlı bir öz-düzenlemenin alanıdır. Üretim-tüketim-üretim döngüsü şeklinde işleyen bu örgütlenme, kapalı bir devre halini almıştır. Gereksinimler ve arzular sistem tarafından önceden biçimlendirilmiştir (Lefebvre, 2013, s. 86). Lefebvre (2013, s. 65), bu biçimlenişte modern kapitalist toplumlarda zamanın kategorilere ayrılmasının önemli bir rol oynadığını vurgular. Ona göre zaman; iş, özel/ailevi ve boş/zorunlu zaman olarak bölümlenmiştir. İş zamanı, üretimin ve sermayenin ritmine tabi olan zaman dilimidir. Özel/ailevi zaman; aile ilişkileri ve ev hayatı gibi iş ile boş zaman arasında kalan süreçleri kapsar. Boş zaman ise bireyin dinlenme, eğlenme, kişisel ilgi alanlarına yönelme, sosyal ilişkilerle meşgul olma ve yaratıcı etkinliklerde bulunma gibi faaliyetler için ayrılan süredir. Zorunlu zaman, iş dışındaki ancak ev işleri gibi mecburi etkinliklere ayrılan zaman dilimini ifade eder.

Lefebvre'e (2017) göre modern kapitalizmle birlikte zamanın parçalara ayrılması, toplumsal ritmi ve döngüsellliği bozmuştur. Tıpkı doğada bir ağacın mevsimsel olarak yeşillenmesi, çiçek açması, yapraklarını dökmesi gibi toplumsal yaşam da aslında ritmik bir düzene sahiptir. Ancak modernleşmeyle birlikte, bu döngüsel (mevsimsel, biyolojik, ritmik) zaman anlayışı yerini parçalanmış ve tekrara dayalı doğrusal zamana bırakmış; böylece üretim merkezli bir anlayış egemen hale gelmiştir. Her şeyin tüketim üzerinden tanımlandığı bu doğrusal ve tekrar eden gündelik hayat yapısı, bireyin ve toplumun

potansiyelini körelten bir tekdüzelik ve rutin üretmiştir. Yine de gündelik hayat, kapitalist süreçler tarafından şekillendirilmiş olsa da aynı zamanda özgürleştirici pratiklerin de zeminini oluşturabilir.

Lefebvre'in gündelik hayata dair eleştirel yaklaşımının, politik bağlanımlarından arındırılmış bir yorumu, Michel de Certeau'nun kuramında ufuk açıcı bir şekilde yeniden ortaya konulur. Nitekim de Certeau (2008, s. 48), *Gündelik Hayatın Keşfi* isimli eserinin giriş bölümünde yer alan dipnotta, kitabın konusunu oluşturan; gündelik hayatın, disipline edici yönüne karşı aynı zamanda anti-disiplin mekanizmalarının da işlediği bir alan olduğu yönündeki düşünsel üretiminde, Lefebvre'in gündelik hayat ile ilgili çalışmalarının temel kaynak olduğunu belirtir (2008, s. 48). De Certeau'nun (2008, s. 44) amacı, disiplin altında olan ve pasif görülen kullanıcılara/tüketicilere özgü eylem modellerini, yaratıcı ve direnişçi pratikleri açığa çıkarmaktır. Çünkü gündelik hayat, işini kendince yürütmek için herkese binlerce yol sunar. Bu bağlamda de Certeau'ya göre gündelik hayat, pasif bir tüketim alanı olmaktan ziyade bireylerin mevcut yapılar içinde "oyunbozan" bir tarzda, yaratıcı manevralarla anlam üretiminde aktif rol aldıkları bir alandır.

De Certeau'nun (2008) kuramında strateji ve taktik kavramları önemli yere sahiptir. Egemen sınıf "strateji" kurarken, yönetilenler ise taktik geliştirirler. Strateji, bir mülkiyet olarak sınırları çizilebilecek bir mekânın varlığını ön kabul olarak belirler. Strateji, yönetenin/erkin kendisine ait olarak tanımladığı bir mekânda; kendi çıkarları doğrultusunda kaynakları, kişileri, yapıları ve ilişkileri denetim altına alan eylem planlarıdır. Bu yönüyle strateji, iktidarın düzenleyici ve kapsayıcı mantığını temsil eder. Taktik ise erkin stratejisine karşı, zayıfın sanatıdır. Yönetilenlerin kendine ait mekânı yoktur, erkin mekânını kullanır. Stratejilerin belirlediği disipline edici yapılarda hareket ederken, bu yapılarla doğrudan çatışmak yerine, açtığı çatlaklarda yaratıcı manevralar yaparak kaçak avlanır. Taktiksel pratik; gündelik hayat içerisinde, kullanım/tüketim anında açığa çıkan pratik bir zekâ ürünüdür. Böylelikle tabi sınıf/kullanıcı, "el çabukluğu veya kurnazlıkla" disipline edici stratejinin alanında kendisine yer açarak küçük ölçekli zaferler kazanır (De Certeau, 2008, s. 114). Bu bağlamda gündelik hayat, yalnızca iktidar tarafından biçimlendirilen bir alan değil, aynı zamanda bireylerin, stratejilere karşı mikro direnç pratikleri geliştirdikleri mücadele alanıdır.

Çalışmalarının odağı gündelik hayat olmamakla birlikte kavrama dair dikkat çekici saptamaları bulunan isimlerden biri de Benjamin'dir. Toplumsal ve kültürel açıdan modernitenin eleştirel okumasını yapan Benjamin'in asıl ilgisi modern kent deneyimini anlamaktır. Zira çalışmalarında gündelik yaşamın kültürel ve deneysel yönü ön plandadır. Benjamin'in felsefi ve estetik perspektifinde gündelik hayat, yalnızca sıradan ya da tekrarlanan eylemler bütünü değildir; aynı zamanda bu pratiklerin içkin olduğu tarihsel bilinçle örülü, politik ve ideolojik anlam katmanları taşıyan bir deneyim alanıdır. Bu çerçevede,

gündelik yaşamın görünürdeki sıradanlığı, Benjamin için geçmişin tortularını ve modernitenin çelişkilerini barındıran bir alandır (Benjamin, 1999).

Benjamin'in modernite ve gündelik hayat analizinde, flanör kavramı/figürü önemli bir yere sahiptir. İlk kez Charles Baudelaire'in şiirsel anlatımında rastlanan bu figür, Benjamin için genelde modern kent yaşamının ama özelde 19. yy Paris'inin hem bir ürünü hem de eleştirmeni olarak konumlandırılır. "Flanör için, Baudelaire gibi orada doğmuş olsa bile, şehri artık memleketi değildir. Ona göre şehir, bir tiyatro sahnesi, bir arenadır" (Benjamin, 1999, s. 347) ve burada "flanör için kalabalık, (kitleleri) gizleyen bir peçedir" (Benjamin, 1999, s. 334). Flanörün yaptığı ise gündelik olanın ardında saklı kalmış olanı açığa çıkarmaktır. Flanör, kalabalıklar içinde gezinir ama zaman öldürmek ya da tüketmek için değil zamanı bir pil gibi depolamak için gezinir (Benjamin, 1999, s. 864). Çünkü O, dolaşmayı aynı zamanda estetik ve toplumsal bir pratiğe dönüştüren bir kent öznesidir. Kenti bir vitrin gibi izler ama asıl yaptığı şey, kentteki yabancılaşmayı ve dönüşümü eleştirel bir bakışla kavramaya çalışmaktır.

Benjamin'e göre flanörün daimî mekânlarından biri, endüstriyel lüksün ve tüketim nesnelерinin merkezi konumunda olan pasajlardır. Pasajlar (2014, s. 131) eserinde de belirtildiği gibi "eğer pasajlar yapılmıyaydı, flanör gibi dolaşmanın önem kazanması herhalde çok güç olurdu". Kapitalizmin yarattığı metalaşmanın en net şekilde görüldüğü pasajlar, vitrinler, reklam panoları ve bir bütün olarak kentler Benjamin için sadece fiziki yapılar değil aynı zamanda ideolojinin taşıyıcısıdır. Benjamin (2014) "flanör için her zaman görülecek daha fazla şey vardır" der ama öte yandan da flanör figürünün giderek işlevini yitirdiğini de belirtir. Kapitalist üretim ve tüketim süreçlerinin yoğunlaşmasıyla birlikte, flanörün özgürce dolaşabildiği mekânlar da metalaşır ve ticarileşir. Bu dönüşüm sonucunda birey, gözlemci bir konumdan çıkarak tüketici rolüne indirgenir ve böylece gündelik yaşama eleştirel bir mesafeye yaklaşma imkânını büyük ölçüde yitirir.

Gündelik yaşamın, yalnızca bireysel bir deneyim alanı olmaktan giderek uzaklaştığını ve bunun yerine temsillerin, imajların ve tüketim nesnelерinin hâkimiyetine girdiğini açıklamada Debord'un (1996) teorik yaklaşımı önemli bir çerçeve sunar. Öyle ki *Gösteri Toplumu* isimli eserine Debord (1996, s. 13), modern üretim koşullarının hâkim olduğu toplumların tüm yaşamının devasa bir gösteri birikimi olarak görüldüğünü iddia ederek başlar. Debord'a (1996) göre gösteri, gerçekliğin yerini alan temsiller bütünüdür; çünkü her şey yerini bir temsile bırakır ve bireyler bu temsillerin hükmettiği bir dünyada yaşamlarını sürdürür. Metanın, toplumsal yaşamı tümüyle işgal etmeyi başardığı toplumda, tüketim ve dolayısıyla gösteri; bireyin, modern üretimin dışında geçirilen zamanının, esas meşguliyetidir (Debord, 1996, ss.15-27). Artık sahte-döngüsel zamanın hakimiyeti söz konusudur. Üretimin meta zamanının,

tüketilebilir kılığa bürünmüş hali olarak tanımladığı sahte- döngüsel zaman, modern kapitalist sistemin ayakta kalmasına hizmet eden tüketim zamanıdır. Burada gündelik hayat, doğanın düzenine değil, yabancılaşmış emekle ortaya çıkan sahte-doğaya boyun eğer (Debord, 1996, s.85). Böylelikle kapitalist sistem, gündelik yaşamı "gösteri" biçiminde organize ederek onları gündelik kaderlerine edilgen bir şekilde boyun eğen tüketicilere dönüştürür.

Gündelik hayat bağlamında başvurulabilecek bir diğer isim de Bourdieu'dur. Bourdieu, eserlerinde "gündelik hayat" kavramını doğrudan kullanmamış olsa da gündelik hayatı sınıf ayrımlarının yeniden üretildiği bir alan olarak okuması ve bu bağlamda geliştirdiği kavramlar yol göstericidir. Bunlardan ilki sermaye kavramıdır. Bourdieu, modern kapitalist toplumlarda sınıfın tanımlanmasında ekonomik ölçütün tek başına yetersiz kaldığı düşüncesinden yola çıkarak, "*The Forms of Capital*" (1986) adlı makalesinde sermaye kavramını ekonomik, kültürel ve toplumsal olmak üzere üç ayrı biçimde ele alır. Bourdieu, ekonomik sermayeyi doğrudan paraya çevrilebilen ve mülkiyet hakları biçiminde kurumsallaşabilen; kültürel sermayeyi eğitim yoluyla edinilen ve belirli koşullarda ekonomik sermayeye dönüşebilen; toplumsal sermayeyi ise sosyal ilişkiler ağından oluşan ve kimi durumlarda ekonomik kazanca dönüşebilen bir kaynak olarak tanımlar. Bu sermaye biçimleri uzun zaman diliminde içselleştirilir ve bireyin yaşam biçimini, habitusunu oluşturur. *Ayrım: Beğeni Yargısının Toplumsal Eleştirisi* (2016) eserinde Bourdieu, beğeni ve bu beğeniler üzerinden gerçekleştirilen tüketimin bireysel bir tercih olmaktan çok sınıf temelli olduğunu, habitus kavramıyla açıklar. "Habitus, pratik içinde kurulur ve her zaman pratik işlemlere yöneliktir" (Bourdieu, 1990, s. 52). Gündelik hayatta bir bireyin yemek yeme, spora gitme, giyinme, kültürel aktivitelere katılma ve tüketim tercihleri gibi tüm pratiklerine yöne veren ve geçmiş yaşam deneyimleri sonucunda oluşan iradeden bağımsız bir kendiliğindenliktir, kalıcı yatkinlıklardır (Bourdieu, 1990, s.56). Bu durumda gündelik pratikler, aslında kim olduğumuzdan ziyade hangi sınıfın habitusu içinde şekillendiğimizi göstermektedir.

Özlüce yukarıda değinilen eleştirel teorisyenlerin analizinde gündelik hayat, sıradan ve tekrarlanan pratiklerden ibaret değildir; tarihsel, politik, ekonomik olana içkindir. Gündelik olan, edilgen değil; direniş pratiklerinin üretildiği bir alandır. Kapitalist modernitenin gündelik zaman ve mekân üzerindeki tahakkümü, rutinleşmiş davranış kalıpları aracılığıyla pekiştirilirken; bireyler, bu hegemonik yapıya karşı taktiksel müdahaleler, yaratıcı eylem biçimleri ve flanörlük gibi direniş figürleri geliştirerek söz konusu tahakkümü kırma potansiyeline sahiptir. Ancak literatürde söz konusu teorisyenlerin, gündelik hayatı tüm yönleri ile açıklama noktasında sınırlı kaldıkları yönünde eleştiriler de bulunmaktadır.

Özellikle eleştirel teorisyenlerin gündelik yaşamı, kapitalist modernitenin tahakküm alanı olarak konumlandıklarından ötürü, rutinin potansiyel faydalarını göz ardı ettikleri iddiası sıkça tekrar edilir.

Felski (2000), kökleşmiş eğilimler ile rutinleşmiş davranışların kimi durumlarda statükonun pasif biçimde içselleştirilmesini teşvik edebileceği ve teorik çalışmalardan beslenen eleştirel düşüncenin bu duruma karşı koymada rol oynayabileceğini kabul etse de *The Limits of Critique*'te, alışkanlıkları ve rutinleri toptan reddetmenin yanlış olduğu konusunda ısrarcıdır ve nedenlerini şöyle sıralar: İlk olarak alışkanlık ve rutine bağlılığımızı insanlıktan uzaklaşma, bireyselliğin veya öznel benzersizliğin kaybı olarak görmek yanlıştır. Çünkü Felski'ye (2000, s. 84) göre tekrar, bireyin dünyayı düzenleme ve çevresini anlamlandırma yollarından biridir. Schütz'ün (1967) çalışmaları da günlük yaşamda tekrar, aşinalık ve kanıksanmanın birey açısından, dünyayı biraz daha tahmin edilebilir ve güvenilir bir yer haline getirdiği için pragmatik ihtiyacı karşıladığı yönündedir. Giddens'in (1999), bireyin dünyaya, kendisine ve diğer insanlara dair sahip olduğu devamlılık, tutarlılık ve öngörülebilirlik hissi olarak tanımladığı ontolojik güvenlik kavramı da benzer bir izlektedir. Ontolojik güvenlik: gündelik yaşam rutinleri, zamanın döngüsellığı ve diğerleri ile sürdürülen ilişkilerin sürekliliğinden oluşur. İkincisi, Felski (2000, s. 95), gündelik yaşamın; tüm bireylerin deneyimlediği yaşanmış bir rutinleşme sürecini temsil ettiğini ve bu nedenle belirli toplumsal gruplara özgü olduğu ya da "dolaysızlık" veya "somutluk" gibi niteliklerle tanımlanabilecek belirli bir etkinlikler alt kümesi olarak varsaymanın hatalı olduğunu düşünür. Aksine, gündelik olan, dış fırçalamaktan tutun da son derece bilimsel araştırmalar gibi soyut ve karmaşık görünen uygulamalara kadar, tüm sosyokültürel pratiklerin içinde yer alan bir niteliktir. Üçüncüsü, Felski'ye (2002, s. 608) göre, eleştirel teorisyenler gündelik yaşamın içinde var olan dönüşüm potansiyelinin ancak estetik teknikler yoluyla açığa çıkabileceğine inanırlar. Ancak, sıradan olanı dönüştürmeye yarayan bu teknikler, onları çoğu zaman aşkınlık yanılısamasına sürükler.

AMAÇ VE YÖNTEM

Çalışmanın amacı, sosyal medyada 'rutin' olarak tanımlanan içerikler üzerinden gündelik hayatın kurgulanma, tüketilme ve temsil edilme biçimlerini ve bu süreçlerde mevcut ideolojinin nasıl yeniden üretildiğini, gündelik hayat kuramlarının eleştirel çerçevesi içinde incelemektir. Bu amaç doğrultusunda çalışmanın temel araştırma sorusu şöyledir: Instagram'da "rutin" etiketiyle yapılan paylaşımlar, gündelik hayatın inşasında, temsilinde ve yeniden üretiminde nasıl bir rol oynamaktadır? Bu temel soru çerçevesinde çalışmanın alt araştırma soruları ise şunlardır:

1. Gündelik hayatın sıradan pratikleri (sabah rutinleri, ev işleri vb.), sosyal medya paylaşımları aracılığıyla nasıl tüketim nesnelere dönüştürülmekte ve estetize edilmektedir?
2. "Ev rutinleri" ve "sabah rutinleri" kategorilerindeki paylaşımlar, kapitalist ve ataerkil ideolojiyi (toplumsal cinsiyet rolleri ve sınıfsal konumları) nasıl yeniden üretmektedir?
3. "Rutin rahmettir / nimettir" söylemi, bireyleri mevcut toplumsal ve ekonomik sistem içinde hangi özne konumlarına (itaat, şükür, korku vb.) yerleştirmektedir?
4. Bireysel bir tercih gibi sunulan rutinler, kolektif olarak dayatılan toplumsal normların içselleştirildiğini nasıl göstermektedir?

Bu araştırmanın evrenini, Türkiye’de dijital kültürün ve gündelik yaşam pratiklerinin en yoğun sergilendiği sosyal medya platformu olan Instagram oluşturmaktadır. Araştırma sahası olarak Instagram’ın seçilmesinin temel nedeni, platformun Türkiye’deki yaygınlığı ve gündelik hayatın görselleşen doğasına uygunluğudur. Dijital 2025 Türkiye Raporu (TİSK, 2025) verilerine göre, 2024 yılı itibarıyla Türkiye’de en yaygın kullanılan sosyal medya platformu Instagram’dır. Gündelik hayatın "gösteri" biçiminde organize edildiği ve estetikleştirildiği iddiasını taşıyan bu çalışma için, görsel odaklı yapısı nedeniyle Instagram, en uygun veri sahası olarak belirlenmiştir. Araştırmada örneklem seçimi iki aşamada gerçekleştirilmiştir.

Birinci Aşama: Veri setinin oluşturulması için ilk aşamada, olasılıklı olmayan örnekleme türlerinden olan ardışık örnekleme tercih edilmiştir. Veri toplama işlemi 5 Ekim 2025 tarihinde gerçekleştirilmiştir. Arama motorunda #rutin ve #rutinler etiketleri aratılmış ve algoritmanın sunduğu akışta karşılaşılan ilk 100 gönderi incelemeye alınmıştır. Burada algoritmik sıralamanın tercih edilmesi metodolojik bir bilinçle yapılmıştır. Sosyal medya platformlarında algoritmalar, kullanıcıların en çok etkileşimde bulunduğu, en çok izlenen ve dolayısıyla "popüler" kabul edilen içerikleri öne çıkarmaktadır. Çalışmanın amacı, gündelik hayatın kurgulanan ve idealize edilen biçimlerini analiz etmek olduğu için, algoritmanın "öne çıkardığı" içerikler, platformun ideolojik atmosferini en iyi yansıtan verilerdir. Bu nedenle rastlantısallık (matematikteki olasılık kuramı) yerine, platformun doğal akışındaki görünürlük esas alınmıştır.

Örneklem oluşturulurken bireysel kullanıcılar tarafından paylaşılan, sesli veya görüntülü anlatım içeren, gündelik yaşam pratiklerini (temizlik, sabah hazırlığı, bakım vb.) konu alan gönderiler örnekleme dahil edilmiştir. Şirket, marka veya ticari işletme hesapları tarafından yapılan ürün tanıtım odaklı paylaşımlar ve konudan bağımsız içerikler örneklem dışı bırakılmıştır. Veri toplama süreci, tematik

doğunluk ilkesine göre yürütülmüştür. İçeriklerin benzeşmeye başladığı ve yeni bir kategori üretmediği noktada 100 paylaşım yeterli görülerek veri seti dondurulmuştur.

Çalışmada nitel içerik çözümlemesine ön hazırlık olması açısından ilk olarak 100 paylaşım üzerinden basit bir saymaca yapılmış ve 100 paylaşım altı kategoride tanımlanmıştır. Söz konusu kategoriler şunlardır: Ev işi rutinleri (ev temizliği ve düzenine ait içerikleri kapsamaktadır), sabah rutinleri (sakin geçirilen sabahları, kahvaltı telaşını, iş gitmek için uyanmanın zorluğunu ve bebek bakımını anlatan paylaşımları kapsamaktadır), rutin nimettir/rahmettir (rutinlerin değerinin ancak kaybedildiğinde anlaşılacağı ve bu nedenle rutinlere şükredilmesi gerektiği yönündeki söylemleri içermektedir), cilt bakımı rutinleri (cilt temizliği ve güzelliğini sağlamaya dönük içerikleri kapsamaktadır), iş yeri rutinleri (iş yerinde rutin olarak yapılan eylemleri kapsamaktadır), kitap okuma rutini (kitap okumayı rutin haline getiren ya da getirmeye çalışanlar tarafından paylaşılmıştır) ^{1*}.

İkinci Aşama: Söz konusu 100 paylaşım içeriklerine göre kategorize edildikten sonra nitel içerik çözümlemesinin derinlemesine yapılabilmesi için tipik durum örnekleme kullanılmıştır. Bu örneklemin seçilme nedeni, “çok sayıdaki benzeri arasından genel olarak incelenen olay ya da olguyu temsil edebilecek düzeyde bilgi içeren” örneklerin belirlenmesine olanak tanımasıdır (Patton, 2005). Bu örneklem ile belirlenen temaları en açık ve en tipik şekilde temsil eden 9 paylaşım seçilmiştir. Burada amaç, tüm evreni temsil etmek değil; gündelik hayatın Instagram'da nasıl inşa dair "tipik" ve "örnek teşkil eden" anlatıları derinlemesine çözümlemektir. Seçilen bu 9 video, çalışmanın nitel içerik çözümlemesi kısmının temel verisini oluşturmaktadır.

Çalışmada nitel içerik çözümlemesinin tercih edilmesinin gerekçesi, metinlerin yalnızca yüzeysel içeriklerine değil, aynı zamanda örtük anlamlarına ve ideolojik boyutuna da odaklanılmasıdır (Krippendorff, 2013; Wimmer & Dominick, 2007). Nitekim nitel içerik çözümlemesinde amaç; olayların, mekânların, imgelerin, anlamların ve temsillerin yer aldığı daha derinlikli bir iç görünün izini sürmektir (Merriam, 2015, s. 196). Bu amaçla nitel içerik çözümlemesinde veriler, anlamlı parçalara ayrılır, bu parçalar belirli kategoriler altında toplanır ve bağlamsal olarak yorumlanır (Mayring, 2011).

^{1*}Teorik çerçevede de vurgulandığı üzere, gündelik hayatın tüketim ekseninde kurgulandığına ilişkin çeşitli göstergeler, “spor rutini”, “sağlıklı yaşam rutini” veya “cilt bakım rutini” gibi daha spesifik aramalarla da incelenebilirdi. Ancak bu çalışmada, kullanıcıların gündelik yaşamda neyi “rutin” olarak tanımladıklarını en yalın haliyle ortaya koyabilmek amacıyla, spesifik etiketler yerine yalnızca #rutin ve #rutinler anahtar kelimeleri üzerinden arama yapılmıştır.

BULGULAR

Çalışmanın örneklemini oluşturan 100 paylaşıma ilişkin kategoriler ve nicel bulgular, aşağıdaki tabloda yer almaktadır.

Tablo 1 Rutin Olarak Tanımlanan Pratikler

Kategoriler	Sıklık
Ev işi rutinleri	41
Sabah rutinleri	25
Rutin nimettir	16
Cilt bakımı rutinleri	9
İşyeri rutinleri	6
Kitap okuma rutini	3
Toplam	100

Tabloda da gösterildiği gibi 100 paylaşımın, 41’inde ev temizliği ve evin düzeninin sağlanmasına yönelik yapılan eylemler “rutin” olarak etiketlenmiştir. Bu paylaşımların tamamı kadın kullanıcılar tarafından yapılmıştır. 41 paylaşımın 28’inde kullanıcılar, rutin olarak gördükleri temizlik ve yemek yapmak gibi ev işlerini yapmaktan ve evin düzenini sağlamaktan duydukları huzuru ve mutluluğu takipçileri ile paylaşıırken ve altı kullanıcı, takipçileri ile bir evin düzenini sağlamanın yollarını ve ipuçlarını paylaşmıştır. Yedi kullanıcı, ev içi işlere ilişkin rutinleri yerine getirirken aynı zamanda bu rutinlerin kadınların sorumluluğunda görülmesini mizahi bir yaklaşımla eleştiren içerikler üretmiştir. Sayıca çok olan ikinci kategori ise sabah rutinleri kategorisidir. Sabah rutinleri kategorisine dahil edilen 25 paylaşımında rutin ve/veya rutinler etiketi ile birlikte sıklıkla sabah rutini etiketinin de kullanıldığı tespit edilmiştir. Bu nedenle kategorinin adının, doğrudan kullanıcıların etiketlemelerinden geldiği söylenebilir. Sabah rutini kategorisine giren 25 paylaşım kendi içinde alt birimlere ayrılmaktadır. İncelenen 25 paylaşımın üçünde kahvaltı hazırlığına dair telaş öne çıkarken; dört paylaşımında -örneğin 2 aylık bebeğimle sabah rutinimiz gibi ifadelerle- bebek bakımına odaklanılmıştır. Diğer dört paylaşımında ise sabah işe gitme zorunluluğu mizahi bir üslupla eleştirilmiştir. Kalan 14 paylaşımında ise gündelik rutinler eşliğinde geçirilen ‘sakin sabahlar’ teması işlenmiştir. Sabah rutini olarak kahvaltı hazırlığını paylaşan kullanıcıların üçü de kadındır. Bebeği ile sabah rutinini anlatan dört içerikten ikisinde erkek de görünmektedir. Bu paylaşımlardan birinde baba, haftada bir gün eşi dinlensin diye sabah bebeğin bakımını yaptığını anlatırken diğer paylaşımında ise anne, bebeği olduğu halde nasıl saat 10.00’a kadar uyduğunu, eşinin bebek bakımındaki “yardımını” yücelterek anlatmaktadır. Sabah işe gitmek için uyanmanın ne kadar zor olduğu fikri üzerine üretilen dört içerik ise aynı erkek kullanıcıya aittir.

Üçüncü kategorideki paylaşımların hepsi, rutinden şikâyet edilmemesini salık veren ve rutinlerimizi yapabiliyor olmanın nimet ya da rahmet olduğu söylemi üzerine kuruludur. Bu paylaşımların

hepsinde paylaşımın yapıldığı hesaplar kadın kullanıcılara aittir. Kullanıcıların rutin ve/veya rutinler etiketi kullanarak kâh yemek yaptığı kâh evi süpürdüğü dokuz paylaşımında, rutinin nimet olduğunu söyleyen erkektir. Cilt temizliği ve bakımına dair paylaşımları yapan hesapların tamamı kadınlara aittir. Dokuz paylaşımın hepsinde kullanıcılar, kendi cilt bakım rutinlerini takipçileri ile paylaşmıştır. Bu paylaşımların üçünde ise cilt bakımının, Kore ile popüler hale gelen 10 basamaklı rutine ihtiyaç olmaksızın dört/beş ürünle de yapılabileceği vurgulanmaktadır. İşyeri rutini olarak isimlendirilen kategoriye dahil edilen 6 paylaşım bulunmaktadır ve bu altı paylaşımın dördü erkek kullanıcılara aittir. İki kadın kullanıcıdan biri kuyumcudadır çalışmaktadır, diğeri ise tıbbi sekreterdir. Son üç paylaşım ise kitap okumayı rutinine dahil etmek isteyen kadın kullanıcılara aittir.

Çalışmada, en sık tekrar eden kategorilerin ilk üçü üzerinden nitel çözümlemesinin temaları tespit edilmiştir: (1) Kadınların daimî mekânı olarak ev ve ev rutinleri, (2) Sabah rutini: “Sakin sabahları seviyorum” söylemi ve (3) “Rutin nimettir söylemi: Koru ile şükür arasında sıkışan birey”. Nitel içerik çözümlemesi, birinci tema kapsamında beş, ikinci tema kapsamında üç ve üçüncü tema kapsamında iki olmak üzere toplam dokuz video üzerinden gerçekleştirilmiştir. Temalar altında çözümlenen video sayılarının eşit dağılmaması nitel araştırmalarda geçerli olan anlam doygunluğu ilkesine dayanmaktadır. Anlam doygunluğu, nitel bir araştırmada araştırılan olgu hakkında zengin bilgiler ortaya konuluncaya kadar veri toplama ve analiz aşamasının sürdürülmesi gerektiğine işaret etmektedir. Bu bağlamda her bir tema, kendisini en iyi yansıtacak sayıda örnek üzerinden çözümlenmiştir.

Kadınların “Daimî mekânları” Ev ve Ev Rutinleri

Sanayi toplumuyla birlikte üretim ilişkilerinde köklü bir dönüşüm yaşanmış ve bireyin emek gücünü ücret karşılığında satabileceği bir işgücü piyasası oluşmuştur. Böylelikle bireyin yaşadığı yer ile çalıştığı yer birbirinden ayrılmıştır. Üretim biçiminin ve çalışmanın kaynaklık ettiği bu mekânsal ayrışma, özel alan ile kamusal alan ayrımını doğurmuştur. Kamusal alanda yer alan erkek ücretli emekle tanımlanırken, kadınlar artan bir biçimde ev içi emek ve bakım hizmetlerine hapsedilmiş; bedenleri, kimlikleri ve emekleri özel alanın sınırları içinde denetim altına alınmıştır. Nitekim Lefebvre (2015b, s. 20), *Gündelik Hayatın Eleştirisi II* eserinde modern toplumda ve gündelik hayattaki tahakkümde kadının konumunu şöyle ifade eder: “Gündelik hayat genel olarak “kadınlar” üzerinde tüm ağırlığını hissettirmektedir; kadınlar, toplumsal sınıf ve gruplara göre çok önem taşıyan farklılıklara rağmen, gündelik hayata “erkeklerden” daha fazla maruz kalırlar. Onların durumu gündelik hayatı özetler”.

Gündelik hayatın izini sürmede anahtar kavram olan ‘rutin’ ve/veya ‘rutinlerin’ en görünür olduğu alan evdir. Nicel olarak da ortaya konulduğu gibi 41 paylaşımda kadınlar, temizlik yaptıkları veya evi derleyip topladıkları içerikleri takipçileri ile paylaşmıştır. Bu paylaşımların 28’indeki kadınlar; temizlik ve düzene dair ev rutinlerini içselleştirmiş ve normalleştirmiştir. Tipik örnek olarak kabul edilebilecek videolardan birinde, yalnızca elleri görünen kadın figürü; sırasıyla halıyı süpürmekte, yerleri silmek için sıcak su hazırlamakta, mop kullanmakta, mutfak ocağını köpükle temizlemekte, köpüğe kalp şekli çizmekte, kupaları düzenlemekte, banyo lavabosu ve zeminini temizlemekte ve çamaşırları çamaşır makinesine yerleştirmektedir. Tüm bu eylemler arka arkaya sunulurken ekran boyunca sabit kalan yazı dikkat çeker: *“Evim, benim ilacım.”* Videoda görüldüğü kadarı ile ev, beyaz ve ahşap tonlarının hâkim olduğu İskandinav tarzına yakın ve dekorasyon anlamında günümüz modasını yansıtan ve sosyo-ekonomik olarak orta gelir grubunu imlemektedir. Tüketim nesnelere dolayısıyla moda ile uyumlu hale getirilmiş bu evde, kadın adeta robotlaşmış gibi sistemli bir şekilde temizlik yapar. Kadının, eviyle kurduğu ilişkiyi yalnızca bakım ve temizlik üzerinden değil, aynı zamanda bir tür iyileşme ve özdeşlik alanı olarak ifade etmektedir. Kapitalist sistemde gündelik hayat rutinlerinin ve “robotlaşmanın, kadınların kendiliğindenliğine karşın ya da kendiliğindenliği yüzünden kadınlar nezdinde başarılı olmasının nedeni, kadınların önem verdikleri şeylerin (moda, ev düzenlemesi gibi) niteliğidir” (Lefebvre, 2013, s. 88).

Ev rutini kategorisinde yer alan ve evin düzenini sağlamaya yönelik stratejilerin paylaşıldığı içeriklerde, yalnızca temizlik pratikleri değil; bu pratiklerin çevresinde şekillenen tüketim nesnelere ve yaşam tarzı göstergeleri de görünür kılınmaktadır. Örneğin, “Üç çocuklu evde mutfagımı nasıl temizliyorum?” başlığıyla paylaşılan bir videoda, kullanıcı mutfagını temizlediği anları “rutin” etiketiyle paylaşmakta; konuşma sesi yerine yalnızca ortam sesine yer vererek görsel temsile ağırlık vermektedir. Videoya eşlik eden açıklamada ise şu ifadeler yer almaktadır: *“Çocuklu ev dağınık olabilir, bu sizi pis yapmaz. Ama küçük alışkanlıklarla gerçekten evin dağınık olmasına fırsat vermeyebilirsiniz. Gün içinde beş dakikalık toparlamalarla hem evim hem de mutfagım daha düzenli oluyor.”* Bu içerikte yer alan mekânsal düzenlemeler –aydınlatma, ada tezgâhı, cam ocak, çift kapaklı buzdolabı, robot süpürge ve çok fonksiyonlu kahve makinesi gibi modern teknolojik araçlar– yalnızca işlevsel değil, aynı zamanda estetize edilmiş ve sınıfsal anlamlar taşıyan unsurlardır. Benzer şekilde, bir diğer kullanıcı, evinin kapısını açarak videoya başlar ve seslendirmesinde şöyle der: *“Evimi düzenli tutabilmek için yaptığım tek bir şey var. Robot süpürge bitene kadar oturmuyorum. Sabah kalktığı gibi onu çalıştırıp bulunduğu odadan toparlamaya başlıyorum. O bir buçuk saat o kadar uzun geliyor ki bazen ekstra şeyler yapıyorum.”* Bu süreçte, sebzelerin yerleştirilmesinden ütü yapmaya kadar uzanan bir dizi temizlik ve düzenleme faaliyeti

izleyiciye sunulurken, videonun sonunda ise, “*kalan vaktimi kendime ayırıyorum*” diyerek -popüler bir kahve makinesinde- kahvesini hazırlar ve tabletinden bir içerik izlemeye başlar. Gerek kullanılan tüketim nesnelere gerekse estetik tercihleriyle bu içerik de üst-orta sınıf bir yaşam tarzını yansıtmaktadır. Başörtülü olan bu kullanıcının giyim tarzı da yalnızca dini değil, aynı zamanda modern, kentli ve belirli bir sosyoekonomik konumla ilişkilendirilebilecek beğenin parçası olarak okunabilir. Bu tür içeriklerde, kadınların yaşam tarzları birbirinden farklı olsa da tüketim pratikleri ve bu pratiklerin estetik sunumu bağlamında benzer kodlar üzerinden hareket ettikleri görülmektedir. Bu durum, tüketimin bireysel bir tercih olmaktan ziyade, kolektif bir uyum olduğunun resmidir. Modern kapitalist toplumlarda tüketim artık bir ihtiyacın karşılanması değil toplumsal ilişkilerin üretildiği bir gösteri halini alır ve gösteri kendini tartışılmaz bir olumlulukla sunar: “Görünen şey iyidir, iyi olan görünür” (Debord, 1996, s. 15). Gösteri, gündelik yaşamın tüm pratiklerinde zuhur eder. Bu bağlamda, kadınların toplumsal cinsiyet normları doğrultusunda sürekli tekrarlamak zorunda kaldıkları gündelik rutinler, yalnızca sıradan görevler değil, gösteri toplumunun ideolojik işleyişinin bir parçası hâline gelir. Temizlik robotu veya çok fonksiyonlu kahve makinesi işlevsel konumundan ziyade yaşam tarzı ve sınıfsal konumun simgesine dönüşür. İlâveten burada temizlik gibi gündelik bir pratik, yalnızca hijyen değil, aynı zamanda “iyi anne”, “düzenli kadın” ya da “bakımlı kadın” kimliklerinin de üretildiği performatif bir alana dönüşür.

Çalışmanın örneklemindeki yedi içerikte ise kadınlar, bir taraftan temizlik ve düzene dair rutinleri yaparken bir taraftan da mizah ve gülme yoluyla, kadınlık konumuna ve ev içi rutine yönelik örtük bir farkındalık üretmektedir. Söz konusu paylaşımlardan birinde kadın sırasıyla koltuğu süpürmekte, toz almakta, yerleri silmekte ve yemek yapmaktadır. Bu eylemler sırasında imaların bulunduğu ve gülmelerin eşlik ettiği erkek sesi şöyle der: “*Evliliği tavsiye ederim, evsizlikten iyi, kurulu bir düzenin oluyor ya, evlen ya evlen. Senin benden mutlu olmaya hakkın yok evlen tabii ama tavsiyem cebinde ağır kesiciyi bulundur.*” Bir başka videoda ise yine bir kadın, mutfakta temizlik yaparken, dış ses şu ifadelerle ev hanımlığına dair ironik bir tirat sunar:

“Ev hanımı mı, ev hizmetçisiyiz. Nerede hanımlık, hanım evinde çalışanı olan, kocası zengin olan, dadıları olana hanım, biz ev hizmetçisiyiz. Ev kölesi. Sabah kalk, kahvaltıyı hazırla onları doyur, giydir yedir içir, çocuğu okula gönder, herifi işe gönder. Arkadan Bulaşık yıka, evi sil süpür, ütü yap, Akşam ne yemeği yapacağım yap. Kafanı oranı buranı koltuğa koymadan hop okuldan gelsinler, hadi bir de onları doyur. Sonra herif gelir, daha yüzüne bakıp da merhaba aşkımdemededen ne yemeği yaptın karı der. Tekrar doyur, tekrar bulaşık, bir çay faslı. Allah vere de bir de misafir gelirse ekstradan iş çıktı. Gece olacak tam uyuyacaksın kafanı dinleyeceğim derken tepende herif. Adı ev hanımlığı. Bunun adı ev hanımlığı olmuyor, kölelik. Niye ev hanımı diyorsunuz bize”.

Bu sözler, sesin tonlaması, *k* harfini *g* olarak telaffuz etmesi (örn. “karı” yerine “garı”), yerel ağızla mizahi bir etki yaratmakta ve anlatıyı daha *içeriden bir deneyim* olarak konumlandırmaktadır. Her iki

örnekte de kullanılan mizah ve gülme aracılığıyla, gündelik hayatın tekrar eden, görünmez ve değersizleştirilen kadın emeğini normalleştirmek, estetize etmek, yüceltmek yerine onu sorunsallaştıran bir farkındalık üretir. Öztürk ve Ertan'ın (2025) “Görünmeyen Emekten Dijital Muhalefete: Instagram Üzerinden Kadınların Gündelik Direniş Pratikleri Üzerine Bir İnceleme” başlıklı çalışmalarında belirttikleri gibi burada direniş doğrudan örgütlü bir politik söylem üzerinden değil; mizah, ironi, hikâyeleştirme yoluyla kurulmaktadır. Politik ya da kuramsal düzeyde bir eleştiri sunmaktan uzak olsa da burada “gülme” bir direniş biçimi olarak okunabilir. Bahtin'in (2005) *karnavalesk* kuramından hareketle söyleyecek olursak gülme, egemen düzeni geçici olarak tersine çeviren, sınırları esneten bir potansiyele sahiptir. Burada “ev hanımının”, “köle” ya da “hizmetçi” olarak adlandırılması ve bu durumun ironik biçimde ifşa edilmesi, gündelik hayatın normlarının geçici de olsa askıya alındığı bir andır.

Sabah Rutini: Sakin Sabahları Seviyorum

Bu temaya örnek oluşturan iki paylaşım nitel içerik çözümlemesine tabi tutulmuştur. Paylaşımların ilkinde Kahverengi, salaş kesimli bir gömlek ve krem rengi pantolon giymiş, saçları dağınık biçimde toplanmış bir kadın, sırtı kameraya dönük şekilde belirir. Sürgülü balkon kapısını açtıktan sonra, oturma odasının ortasında konumlanan ve son yıllarda iç mekân tasarımında sıkça tercih edilen mermer görünümlü orta sehpa yönelir. Sehpa üzerinde iki büyük mum, çubuklu oda kokusu, mermer görünümlü bardak altlıkları ve birkaç dergi yer almaktadır. Sehpada ayrıca palo santo tütsü de vardır ve kadın tütsüyü yakar. Devamında ise sehpa üzerindeki bardak altlıklarından birini alır ve kahve bardağının altına yerleştirir. Bir sonraki sahnede, kadın önce dergi okurken, ardından cins kedisini severken görünür. Videoda konuşma ya da anlatıcı sesi bulunmaz; yalnızca fon olarak kullanılan yavaş tempolu enstrümantal bir müzik mevcuttur. Gönderinin açıklama kısmında ise kısa ve yumuşak bir ifade yer alır: “Sakin sabahlar güzel oluyor.” Instagram kullanıcısının sabah rutini olarak tanımladığı kötü/olumsuz enerjiyi uzaklaştırmak için tütsü yakmak, kahve hazırlamak ve dergi okumak gibi basit eylemler ve mekânın tasarımı aracılığıyla sakinlik, düzen, iç huzur gibi değerlerle özdeşleştirilen bir yaşam tarzı sunumu gerçekleştirilir. Belirli nesnelere (kahve, mum, tütsü, kedi, dergi, müzik) bağlantılandırılan sakinlik duygusu ve bu “sade” sabah ritüeli aslında tüketim nesnelere ile estetize edilmiş yaşam biçiminin tezahürüdür. Zira gündelik hayatın estetikleştirilmesi, gündelik hayatın dokusunu dolduran göstergelerin ve imajların hızlı akışına gönderme yapar (Featherstone, 2005, s. 118). Gösteri, deneyimin önüne geçer. Çünkü sosyal medyada “an”ı yaşamak değil, “anı paylaşmak” esastır.

Bu tema altında çözümlenen ikinci paylaşımında genç ve yalnız yaşadığı anlaşılan bir kadın, 6.40'ta uyanır ve önce odasının penceresini açar. Sonra banyoda göz altlarına maskesini uygular, saçlarını tarar

ve mutfağa gidip kendisine yulaf kasesi hazırlayıp kahve eşliğinde balkonda kahvaltısını yapar, kitap okur. Bu sırada saat 8.00'dir. Akabinde mutfağa gidip vitamin ve takviyelerini alır ve giyinip "fit check" (giydiklerini, takipçilerinin beğenisine sunma işi) yapar. Saat 10.00'da evden çıkar. Bu eylemlerine kendi seslendirmesi eşlik eder. *"Sabah saatlerini çok sevdiğimi daha önce söylemiştim. Uyanır uyanmaz yaptığım ilk şey odamın camını açmak. Trafikle başlayan korna sesine kadar bu camı hep açık tutuyorum. Son zamanlarda göz altlarımda bir şişlik gördüğüm için dolapta beklettiğim göz maskesini kullanıyorum. Saçım çok olduğu için de sadece saçımı taramak on dakika sürüyor. Bir boğa burcu olarak için en sevdiğim saatler kahvaltı. Dürüst olmak gerekirse yulafli kahvaltılar ben pek sevmiyorum. Daha Türk usulü yumurtalı, domatesli, biberli kahvaltılar daha favorim. Ama sabah gözümü canım tatlı istiyor diye açtığım için tatlı ihtiyacımı da karşılayacak bir yulaf kasesi hazırlıyorum ve yayında olmazsa olmaz kahve. Günün stres yoğunluğuna başlamadan önce burada bir saat geçiriyorum. Bu önemli bir adım, sonrasında hızlıca hazırlanıyorum. Almam gereken vitaminleri ve takviyeleri de aldıktan sonra size ne giydiğimi de göstereyim. Tam bir ceket insanıyım, tek bir kıyafet seçmek zorunda kalsam bu kesin blazer olurdu. Böyle"*

Bu videoda gösterilen sabah rutini, bireysel bir tercih gibi görünse de Bourdieu'nun (2016) deyişiyle habitusu yansıtır. Yani bireyin sınıfsal konumu ve geçmiş yaşantıları sonucu ortaya çıkan eğilimleridir. Sağlıklı yaşam ideolojisi ve endüstrisinin ürünleri olarak okunabilecek yulaf, vitaminler, takviyeler, maskeler vs. son kertede makul vücut ve güzellik için dayatılan ama aynı zamanda kullanıcının, ekonomik ve sembolik sermayesine denk düşen tüketim pratikleridir. Videodaki sabah ritüeli, sadece zaman yönetimi ya da sağlıklı yaşam pratiklerinin bir ifadesi değildir; aynı zamanda bireyin sınıfsal konumunu zevkler ve beğeniler üzerinden görünür kıldığı bir temsil alanıdır. Bu temsil ile içeriği üreten kişi kendi habitusunu yeniden üretirken takipçiler açısından da bu yaşam biçimi idealize edilmiş olur.

"Sakin sabahları seviyorum" vurgusunun olduğu paylaşımların ortak özelliği, sabahların sadece sakin olması değil aynı zamanda tüketim dolayısıyla estetize edilmiş olmalarıdır. Dolayısıyla sabah, bir zaman dilimi olmaktan çıkar ve Featherstone'un (2005) ortaya koyduğu şekilde, yaşam tarzının bir kimlik ifadesi ve estetik strateji olarak işlediği fikrini destekler. "Sakin sabah", estetik bir varoluş meselesine evrilmiştir. Burada dikkati çeken bir başka husus da bu tarz paylaşımları yapan kişilerin sabah canhıraş bir şekilde evden çıkmak zorunda olmamalarıdır ki ikinci örnekte kadın, saat 10.00'da evden çıkmıştır. Kadının sabah saat 10.00'da evden çıkması detayı da önemlidir. Çünkü bu durum, proje bazlı çalışma ya da influencer gibi geleneksel emek rejiminden farklılaşan, post-fordist üretim biçimine denk düşen esnek çalışmanın bir göstergesidir. Örneğin sabah erken kalkmak zorunda olmanın zorluğunu rutin ve sabah rutini etiketleri ile paylaşan ve aynı kullanıcıya ait olan 4 video bulunmaktadır. Kullanıcı her sabah 07.20

civarında kalkmak zorundadır ve *“bihtih yeter”*, *“zorunda mıyım”*, *“işe gitmek istemiyorum ama kredi kartım mecbursun diyor”*, *“babam zengin olsaydı da sabah portakal suyu içseydim”* gibi ifadelerle işe gitmek için hazırlandığı videolar üretmektedir.

Bu videolardan birinin başında kullanıcı, sandalyede oturur vaziyette görünür ve *“İşe gitmiyorum dersem bile siz inanmayın”* ifadesini kullanır. Ekranın ortasında saatin 07.22 olduğu yazılıdır. Ardından kullanıcı, yatakta uyurken gösterilir. Bu sahneyle eş zamanlı olarak, *Aşk-ı Memnu* dizisindeki Firdevs Yöreoğlu karakterinin, kızı Bihter’e söylediği *“Sen Bihter Ziyagilsin, aptallık etme; bırak herkes mücevherlerimizi konuşsun”* repliği duyulur. Sonrasında kullanıcının ayılmaya çalışırken uyukladığı anlar görülür. Ardından, *“Günaydın, saat 07.25. İşe gidiyoruz tabii ki. Ne yapar bu amele? Çalışır. Uykum nispeten iyi, hafif almışım uykumu. Çok kötü değilim”* şeklinde bir ifade kullanır. Bu esnada arka planda annesinin sesi duyulur ve kullanıcı annesine *“Anne kalktım ben”* diye seslenir. Sonraki sahnede, *“Kıyafetlerimi çantama koymam lazım ama ondan önce yüzümü yıkamam lazım”* der ve ardından yüzünü yıkadığı ve giyindiği anlar hızlandırılmış bir şekilde gösterilir. Hazırlık süreci devam ederken, *“29 geçiyor, bence şu an fena ilerlemiyoruz. İyiyiz. Çoraplarım yok!”* diyerek yeniden koşuşturmaya başlar. Saat 07.31 olduğunda, *“Çok iyiyiz, hazırız. Şaşırdık!”* diyerek hazırlanmış olmanın verdiği coşkuyla çiftetelli oynar. Son sahnede, apartman merdivenlerinde kameraya yönelerek *“Bugün kahvaltı hazırlayamadım, onun yerine koca bir yumurta haşlamış annem”* der ve işe gitmek üzere evden çıkar. Videonun başlangıcında kullanıcı, sandalyede oturur halde *“İşe gitmiyorum dersem bile inanmayın”* diyerek aslında işe gitmek zorunda olduğunu ima eder. Bu ifade, bireyin gündelik rutine karşı ironik bir direnç gösterdiği ama aynı zamanda ‘sistemin gerçeğini’ kabullenişini yansıtır. Zira O, replikte geçen Bihter Ziyagil karakteri gibi zengin değildir ve çalışmak zorundadır. Videoda sürekli saat bilgisi verilmesi (07.22, 07.25, 07.29, 07.31) zamanın birey üzerindeki denetleyici, disipline edici rolünü açıkça gösterir. Modern toplumlarda disiplin, sadece gözetim ve cezalandırma mekanizmalarıyla değil, zamanı düzenleme ve kontrol etme yoluyla da uygulanmaktadır (Foucault, 2004). Zaman sadece bir ölçü birimi değil, bireyleri "uygun" davranışlara yönlendiren kontrol mekanizmasının en önemli araçlarından biridir. Videoda da görüleceği üzere zaman, kullanıcının sabah rutinlerini adeta hizaya sokmuştur. Kullanıcının ise bu disiplinli zaman yapısına uymaktan başka seçeneği kalmamıştır ve içinde bulunduğu durumla başa çıkmanın bir yolu olarak mizaha başvurur. Örneğin, sabahın yoğun temposuna rağmen küçük bir ironik kendilik sunumuyla çiftetelli oynayarak kendini ödüllendirir. Videonun tamamında kullanıcı; jestleri, mimikleri ve seçtiği sözcüklerle mizah yoluyla bir yandan kapitalist sisteme eleştiride bulunurken, diğer yandan işe gitmek zorunda oluşunu ironik bir şekilde ifade etmektedir. Bu tür mizah ve gülme unsurları, mevcut sistemi

sarsacak ya da yerinden edecek bir güçte görünmese de Sanders'a göre (2001, s. 184), espriler dünyanın sıkıcı, enerjiyi tüketici ve pasifleştirici rutin işlerinin karşısına hayal gücünü koyarak dönüşümü sağlayabilecek eylemler haline gelebilir.

Rutin Nimettir Söylemi: Korku ve Şükür Arasına Sıkışan Birey

Rutin etiketi ile paylaşılan içeriklerde rutinin nimet ve rahmet olduğu yönündeki söyleme yaslanan içerikler dikkat çekicidir. Videolardan birinde, günümüz ev tasarımını yansıtan modern bir iç mekân yer almaktadır. Yüzü görünmeyen bir kadın, önce çamaşırları çamaşır makinesine yerleştirir; ardından, popüler bir markaya ait dikey süpürgeyle halıyı süpürür. Sonrasında bulaşık makinesindeki tabakları alıp yerlerine yerleştirir ve ocağı temizler. Kadın tüm bu işleri yaparken, arka planda bir erkek sesi dış ses olarak şu ifadeleri dile getirir *“Sıkıcı, zevksiz, rutin, monoton hayatım var diyenler beklesin. Ve iyi dinlesin. Sen bu sabah uyanırken bir başkası uyanamadı. Sen temiz kıyafet giyebiliyorken başkaları aylardır aynı kıyafeti giydi. Sen şu an sağlıklıyken, başkası sağlığına kavuşamadı. Sen yemek seçebiliyorken, başkası yiyecek bulamadı. Sen bir an önce hafta bitsin gün bitsin derken, başkası bir gün daha yaşamak için dua etti. Hayatımızda memnun olmadığımız şeyler başkasının hayali olabilir. Monoton bildiğin, rutin gördüğün hayatın nimettir. Farkına var. Üstat hazretleri diyor ki nimeti ilahiye bir şükran ister ki devam etsin, ziyade olsun. Yoksa nimet, şükür görmezse gider”*. Bu video, bireyin sahip olduğu güzellikleri ve yaşamın kıymetini ona hatırlatan ve bu manada moral düzeyini yükseltmeyi amaçlar gibi görünse de mevcut düzenin yeniden üretilmesi yönünde ideolojik bir işleve sahiptir. “Rutin rahmettir” söylemi ile sıradanlık ve tekrar olumlu anlamlar çerçevesinde yeniden kodlanır. Sahip olduklarına şükret, şükretmezsen elindekiler de gidebilir söylemi ile bireyin kendi yaşamındaki eşitsizlikleri ve maddi/manevi sıkışmışlıkları sorgulamasının önüne geçilir. Böylelikle, Gramsci'ye (1986) referansla, onu var olan duruma razı olmaya çağırın bir rıza üretim mekanizması aracılığıyla hegemonya tesis edilmiş olur. Dolayısıyla bu paylaşımlarda -rutinler üzerinden- “şükür” kavramı, toplumsal değişim taleplerini bastıran hegemonik bir araç ve söylem haline gelir.

Sosyoekonomik olarak orta gelir grubunu yansıtan modern bir evin görüldüğü başka bir videoda, Instagram kullanıcısı bir kadın yine evin düzenini sağlamaya çalışmaktadır. İlk olarak mutfakta poğaçaya hamuru yoğururken, ardından antredeki dresuarın üzerindeki dekoratif objeleri düzenlerken, banyo lavabosunu temizlerken, çocuk odasını ve salonu toparlarken ve çiçeklerine spreysel şişe ile su verirken izlenir. Tüm bu sahnelere, televizyon ve dijital platformlarda program sunuculuğu yapan Bekir Develi'nin sesinden bir dış ses eşlik eder. Bu dış ses, Develi'nin YouTube Shorts formatında yayımlanan ve sosyal medyada sıkça paylaşılan içeriklerinden birine aittir. Videoda geçen sözler şunlardır: *“Soruyorsun,*

nasıl diyorsun? Valla rutin diyor. Sabah çıkıyorum, işe gidiyoruz. Kahvaltı, oradan okula gidiyoruz, derse giriyoruz, çıkıyoruz. Bir değişiklik yok, diyor. Rutin rahmettir ya, rutin şükredilecek bir şeydir. Allah o rutinini bir bozar senin. O okulla evin arasına bir hastane koyar, o işinle evin arasına bir mahkeme koyar. Allah muhafaza o evinle okulun arasına, işin arasına bir mezarlık koyar, uğramayınca uyuyamayacağını. O zaman rutin bozulur ama iş işten geçmiş olur". Hastane, mezarlık, mahkeme gibi mekanlar ve bu mekanların çağrıştırdığı korku ve "Allah senin o rutinini bir bozar" tehdidi üzerine kurulu bu ve benzeri videolar, yukarıdaki çözümlenmeyi de destekleyecek şekilde bireyi pasifize etmekte ve itaate yönlendirmektedir. Değişim talep etmek, istemek, sorgulamak; şükürsüzlük, isyan ve dini bir kavramla söylemek gerekirse günah gibi kodlanmaktadır. Bu kodlama salt dini bir referans gibi okunmamalıdır, çünkü korku ve şükür arasına sıkışan itaatkâr bireyin inşasına hizmet eder. İlaveten her iki videoda da ev temizliği ve evin düzenini sağlamak gibi kadına atfedilen rollere eşlik eden bu sözler ile kadının gündelik yaşam pratiği kutsallaştırılır ve kutsal bir düzleme indirgenen ev rutinleri ile kadın, kendi yaşamına dair dönüşüm potansiyelinden giderek uzaklaşır. Althusser'in (2003) belirttiği gibi, ideoloji bireyleri özneye dönüştürürken onları mevcut üretim ilişkilerine uyumlu hale getirir; böylece birey, gündelik yaşamın tekrar eden yapısını sorgulamadan içselleştirir ve bir dönüşüm talep etme potansiyelini yitirir.

SONUÇ

Gündelik hayat, sıradan ve alışkanlık haline gelmiş pratiklerin alanı olarak görülür. Oysa Lefebvre'in (Lefebvre, 2015a, 2015b, 2015c) gündelik hayatın eleştirisi çerçevesinde vurguladığı gibi sıradan ve yinelenen pratikler, kapitalist üretim ilişkilerinin yeniden üretildiği, iktidar ve tahakküm ilişkilerinin egemen olduğu fakat aynı zamanda dönüşüm potansiyelini de barındıran dinamik bir alandır. Bu nedenle sıradan ve basit olan, teorik olarak ciddiye alınmalıdır ve makalenin odağı gündelik olmalıdır. Gündelik olanı görebilmenin en kestirme yolu, kullanıcıların video ya da fotoğraflarını diğerleri ile paylaşmaları mantığı üzerine kurulmuş olan sosyal medya platformlarıdır. Buradan hareketle gündeliğin en yalın ve tekrar eden biçimlerine işaret ettiği varsayımından hareketle, Instagram'da #rutin ve #rutinler etiketleriyle yapılan paylaşımlar üzerinden bir araştırma yapılmıştır. Çalışmanın amacı, sosyal medya ortamında "rutin" olarak tanımlanan içerikler aracılığıyla gündelik yaşamın kapitalist sistem tarafından nasıl kurgulandığını, tüketim ilişkileri içinde nasıl şekillendiğini, nasıl temsil edildiğini ve mevcut ideolojinin nasıl yeniden üretildiğini, eleştirel teorisyenlerin gündelik hayata ilişkin repertuarına yaslanarak ortaya koymaktır.

Bu amaçla çalışmada, 5 Ekim 2025 tarihinde Instagram'da #rutin ve #rutinler anahtar kelimesi kullanılarak arama yapılmış ve ilgisiz içerikler elendikten sonra ulaşılan ilk 100 video paylaşımı üzerinden,

kullanıcılar tarafından neyin/nelerin rutin olarak görüldüğüne yönelik basit saymaca yapılmıştır. 100 paylaşımın 41'i ev rutini (ev temizliği ve evin düzeninin sağlanmasına yönelik pratikler), 25'i sabah rutini (kahvaltı, kahve içmek, kitap okumak, cilt bakımı vb. gibi etkinlikler), 16'sı rutinin rahmet olduğu, dokuzu cilt bakımı rutini, altısı işyeri rutini ve üçü de kitap okuma rutini şeklinde kategorilendirilmiştir. Bu kategorilerden en sık tekrar eden ilk üç kategorideki paylaşımlarda beliren unsurlar göz önünde bulundurularak nitel içerik çözümlemesi temaları oluşturulmuştur. Bunlardan ilki kadınların daimî mekânı olan ev ve ev içinde yerine getirdikleri rutinelere yöneliktir. Bu tema altında çözümlenen paylaşımlarda kadınlar, kapitalist ataerkil toplumlarda kadına biçilen rolleri kabullenmiş bir şekilde yerine getirmekte ve evi bir "ilaç" olarak görmektedirler. Temizlik sırasında kullanılan robot süpürgeler, evlerin tasarımı, kullanılan diğer tüketim nesnelere ve de kullanıcının giysileri belirli bir yaşam tarzının ifadeleridir. Bu da ev rutinlerinin yalnızca bir sorumluluk değil, aynı zamanda tüketim odaklı bir yaşam tarzının görsel ve sembolik ifadesi hâline geldiğini göstermektedir. Benzer şekilde ikinci temada yer alan içeriklerde de çok fonksiyonlu kahve makinelerinin yaptığı kahveler, mumlar, tütsüler, takviye edici gıdalar, yulaf kaseleri, dingin ev içi manzaraları ile sabahlar yalnızca bir zaman dilimi olmaktan çıkıyor ve tüketim aracılığı estetize edilmiş bir anlatıya dönüşerek belirli bir habitusun sembolik ifadesi haline gelmektedir. "Rutin rahmettir" söylemi etrafında şekillenen üçüncü temada ise rutin ve sıradanlık olumlanmakta, bireylerin sahip olduklarına şükretmeleri gerektiği sıkça vurgulanmaktadır. "Şükretmezsen elindekiler de gider" ya da "Allah senin o rutinini bir bozar" gibi söylemlerle, bireylerin mevcut durumlarını sorgulamalarının önüne geçilmekte ve gündelik rutine sıkı sıkıya bağlı kalmaları gerektiği ima edilmektedir. Bu durum, maddi ve manevi sıkışmışlıkların sorgulanmasından ziyade kabullenilmesine yol açmakta ve bireyleri edilgen, itaatkâr pozisyonlarda sabitlemektedir. "Şükretmezsen elindekiler de gider" ya da "Allah senin o rutinini bir bozar" gibi korku üzerine kurulu söylemlerle, bireylerin mevcut durumlarını sorgulamalarının önüne geçilmekte ve gündelik rutine sıkı sıkıya bağlı kalmaları gerektiği ima edilmektedir. Böylelikle birey, sorgulamadan kabul eden, dönüşüm talebi olmayan şükreden ve itaat eden pozisyona sabitlemektedir.

Çoğunluğun benzer pratikleri, benzer şekilde rutin olarak tanımlaması, sıradan ve nötr olarak görülen gündelik hayatın esasında ideolojinin en derin şekilde işlediği alan olduğunun kanıtıdır. Rutin, yalnızca bireyin tekrarlayan eylemlerine indirgenemez; benzer pratiklerin rutin olarak kabul görmesi, bireysel tercihlerden ziyade, mevcut sistem dayatılanlara bireyin uyduğunu gösterir. De Certeau (2008), bireylerin iktidarın belirlediği mekânlarda gündelik pratikler aracılığıyla taktiksel yollarla kendilerine manevra alanı yarattıklarını öne sürer. Ancak rutin olarak görülenlerin benzer pratikler olması, taktiksel

hamlenin azlığını ve bireyin toplumsal normlar tarafından sınırlandırıldığını da gösterir. Nitekim paylaşımlar içerisinde, rutin olarak görülen pratiğe ilişkin politik ya da teorik bir eleştiri ve durumu tersine çeviren bir içerikle karşılaşmamıştır. Ancak ev rutini ve sabah rutini kategorilerinde, mevcut sistemin ekonomik, kültürel ve ideolojik tahakkümünün mizah ve ironi aracılığıyla geçici olarak askıya alındığı örneklere rastlanmıştır.

EXTENDED ABSTRACT

Everyday life is often seen as the realm of ordinary practices. However, everyday life is an area that has been commodified and ideologically shaped in line with capitalist production relations, but which also harbours the potential for transformation. For this reason, the ordinary and simple must be taken seriously in theory. Having remained outside academic interest for many years due to its ordinariness, everyday life has become one of the central topics of critical theory since the mid-20th century, with studies showing that social reality is hidden in the individual's repetitive practices, habits, and the seemingly ordinary. Henri Lefebvre's (2013) conceptualisation of everyday life as a dynamic field where social relations, forms of power and ideological structures are both reproduced and hold the potential for transformation; Michel de Certeau's (2008) emphasis on the potential of ordinary individuals to transform power through their everyday life tactics in response to the strategies of those in power; Walter Benjamin's (2014) observation that everyday life is an area that harbours the contradictions of modernity; Guy Debord's (1996) critique of how the capitalist system reduces individuals to consumer subjects by organising everyday life in the form of 'spectacle'; and Pierre Bourdieu's (2016) concepts of habitus and capital, used to show how class differences are embedded in everyday practices, are indispensable for charting the trajectory of the critical perspective on everyday life.

Based on this theoretical framework, the aim of this study, which focuses on the everyday, is to reveal how everyday life is constructed by the capitalist system, how it is shaped within consumption relations, how it is represented, and how the existing ideology is reproduced. In this study, an attempt was made to trace everyday life through content shared on Instagram, which, according to the Digital 2025 Turkey Report (TİSK, 2025), is the most widely used social media platform in Turkey as of 2024. As it is a concept directly related to everyday life, a search was conducted on Instagram on 5 October 2025 using the tags 'routine' and 'routines'; counting was performed on the 100 videos and photos found. This allowed for the categorical identification of what is defined as routine. These include: Household chores routines (covering content related to house cleaning and organisation), morning routines (covering posts

describing peaceful mornings, the rush of breakfast, the difficulty of waking up for work, and baby care), routine is a blessing/mercy (includes statements that the value of routines is only understood when they are lost and therefore one should be grateful for routines), skin care routines (includes content related to skin cleansing and beauty), workplace routines (includes actions routinely performed at work), and reading routines. Based on the three most frequently recurring categories (home routine, morning routine, and routine is a blessing), analysis themes were created, and nine videos selected through typical sampling were subjected to qualitative content analysis. The first theme focuses on the home, the permanent space of women, and the routines they perform within it. In the posts analysed under this theme, women accept the roles assigned to them in capitalist patriarchal societies and view the home as a form of 'medicine'. Robotic vacuum cleaners used during cleaning, home design, other consumer goods used, and the user's clothing are expressions of a certain lifestyle. This shows that household routines are not merely a responsibility but also a visual and symbolic expression of a consumption-oriented lifestyle. Similarly, in the content under the second theme, 'Morning routine: I love peaceful mornings,' the coffees made by multi-functional coffee machines, candles, incense, nutritional supplements, bowls of oats, and tranquil indoor scenes transform mornings from being merely a period of time into an aestheticised narrative through consumption, becoming a symbolic expression of a certain habitus. In the third theme, shaped around the saying 'Routine is a blessing,' routine and ordinariness are affirmed, and it is frequently emphasised that individuals should be grateful for what they have. Sayings such as 'If you are not grateful, you will lose what you have' or 'God will disrupt your routine' prevent individuals from questioning their current situation and imply that they must remain strictly attached to their daily routine. This leads to the acceptance rather than the questioning of material and spiritual constraints and fixes individuals in passive, obedient positions. Phrases based on fear, such as 'If you are not grateful, you will lose what you have' or 'God will disrupt your routine,' prevent individuals from questioning their current situation and imply that they must remain strictly attached to their daily routine. Thus, the individual is fixed in a position of accepting without questioning, being grateful without demanding change, and obeying.

The fact that the majority routinely defines similar practices in similar ways proves that everyday life, seen as ordinary and neutral, is in fact the area where ideology operates most deeply. Routine cannot be reduced to merely the individual's repetitive actions; the acceptance of similar practices as routine indicates that the individual conforms to what is imposed by the existing system rather than to individual preferences. Although everyday life is an area of domination, it is also an area that harbours

the potential for transformation. Although no political or theoretical criticism of routinely observed practices has been encountered in the contributions, examples have been found in the categories of home routine and morning routine where the economic, cultural and ideological domination of the existing system is temporarily suspended through humour and irony.

Çıkar Çatışması / Conflict of Interest

Yazarlar çıkar çatışması olmadığını beyan etmiştir. / The authors declare that there is no conflict of interest.

Yapay Zekâ Kullanımı / Use of Artificial Intelligence

Yazarlar çalışmada yapay zekâ araçlarının kullanılmadığını beyan etmiştir. / The authors declares that artificial intelligence tools were not used in the study.

Yazarların Katkıları / Author Contributions

Her iki yazarın da çalışmaya katkı oranı %50'dir. / The contribution rate of both authors to the study is 50%.

This work is licensed under **Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License** (CC BY-NC 4.0). 

KAYNAKÇA

- Althusser, L. (2003). İdeoloji ve devletin ideolojik aygıtları (A. Tümertekin, Çev.). İthaki Yayınları.
- Bahtin, M. (2005). Rabelais ve dünyası (T. Yücel, Çev.). Ayrıntı Yayınları.
- Benjamin, W. (1999). The arcades project (H. Eiland & K. McLaughlin, Çev.). Harvard University Press.
- Benjamin, W. (2014). Pasajlar (A. Cemal, Çev.). Yapı Kredi Yayınları.
- Bourdieu, P. (1986). The forms of capital. İçinde J. G. Richardson (Ed.), Handbook for theory and research for the sociology of education (ss. 241-258). Greenwood Press.
- Bourdieu, P. (1990). The logic of practice (R. Nice, Çev.). Stanford University Press.
- Bourdieu, P. (2016). Ayrım (A. Eksen, Çev.). Heretik Yayınları.
- De Certeau, M. (2008). Gündelik hayatın keşfi: Eylem, uygulama, üretim sanatları (S. Yalçın, Çev.). Dost Kitabevi.
- Debord, G. (1996). Gösteri toplumu (A. Ekmekçi & O. Taşkent, Çev.). Ayrıntı Yayınları.
- Elmacı, T. (2011). Taşrada gündelik hayatın ideolojisinin Vavien ve Süt filmleri perspektifinden okunması. Selçuk İletişim, 7(1), 161-173. <https://doi.org/10.18094/si.89407>
- Featherstone, M. (2005). Postmodernizm ve tüketim kültürü (M. Küçük, Çev.). Ayrıntı Yayınları.
- Felski, R. (2000). Doing time: Feminist theory and postmodern culture. NYU Press.
- Felski, R. (2002). Introduction. New Literary History, 4(33), 607-622.
- Foucault, M. (2004). Hapishanenin doğuşu: Disiplin ve ceza (M. A. Ağaoğulları, Çev.). İmge Kitabevi.
- Gardiner, M. (2004). Everyday utopianism: Lefebvre and his critics. Cultural Studies, 18(2-3), 228-254. <https://doi.org/10.1080/0950238042000203048>
- Giddens, A. (1999). Toplumun kuruluşu: Yapılaşma kuramının ana hatları (H. Özel, Çev.). Bilim ve sanat yayınları.
- Gramsci, A. (1986). Hapishane defterleri: Seçmeler (K. Somer, Çev.). Onur Yayınları.
- Kaptan, E., & Tutar, C. (2022). Tüketim toplumunun gündelik hayat etkinliklerinde nesnelere sisteminin ideolojik işlevi: Televizyonda yeniden üretim ve denetim süreçlerinin temsili. Etkileşim, (10), 70-98. <https://doi.org/10.32739/etkilesim.2022.5.10.170>
- Kaygusuz, İ. (2025). Dijital kültürde gündelik hayat ve kimlik sunmanın yeni biçimleri. TAM Akademi Dergisi, 4(1), 10-27. <https://doi.org/10.58239/tamde.2025.01.002>
- Köse, H. (2018). Yaban bilinç ya da Lefebvre'e göre gündelik hayat. İçinde A. Esgin & G. Çeğin (Ed.), Gündelik hayat sosyolojisi: Temalar, sorunsallar ve güzergâhlar (ss. 305-342). Phoenix Yayınevi.
- Krippendorff, K. (2013). Content analysis: An introduction to its methodology (3. bs). SAGE Publications.
- Lefebvre, H. (2013). Modern dünyada gündelik hayat (I. Gürbüz, Çev.). Metis Yayınları.

- Lefebvre, H. (2017). Ritimanaliz: Mekân, zaman ve gündelik hayat üzerine (I. Ergüden, Çev.). Sel Yayıncılık.
- Lefebvre, H. (2015a). Gündelik hayatın eleştirisi I (I. Ergüden, Çev.). Sel Yayıncılık.
- Lefebvre, H. (2015b). Gündelik hayatın eleştirisi II: Gündelik hayat sosyolojisinin temelleri (I. Ergüden, Çev.). Sel Yayıncılık.
- Lefebvre, H. (2015c). Gündelik hayatın eleştirisi III: Moderniteden modernizme (Gündelik hayatın meta-felsefesi) (I. Ergüden, Çev.). Sel Yayıncılık.
- Mayring, P. (2011). Nitel sosyal araştırmaya giriş: Nitel düşünce için bir rehber (A. Gümüş & S. Durgun M., Çev.). Bilgesu.
- Merriam, S. B. (2015). Nitel araştırma: Desen ve uygulama için bir rehber (S. Turan, Çev.). Nobel Yayınları.
- Oğuz, C. (2021). Serbest zaman ve gündelik hayat sosyolojisi bağlamında “dijital huzursuzluk”: İletişimin ve zamanın hızına yetişme endişesi. *Avrasya Uluslararası Araştırmalar Dergisi*, 9(28), 104-113. <https://doi.org/10.33692/avrasyad.926688>
- Öcal, S. B. (2017). Felsefenin külkedisi, medyanın prensesi: Gündelik hayat. *Erciyes İletişim Dergisi*, 5(1), 236-252. <https://doi.org/10.17680/erciyesakademia.291896>
- Özcan, E. (2017). Popüler kültüre bakarken gündelik hayatı & mikro direnç pratiklerini görmek. *Akdeniz Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi*, (28), 162-183. <https://doi.org/10.31123/akil.437475>
- Özer, M., & Gül, D. (2021). Gündelik hayat ekseninde “Bir Başkadır” dizisinin eleştirel realist bir bakış açısı ile değerlendirilmesi. *Universal Journal of History and Culture*, 3(2), 124-162. <https://doi.org/10.52613/ujhc.920556>
- Öztürk, A. (2024). Gündelik hayat sosyolojisi ve sinema: ‘Neşeli Hayat’ film örneği. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 23(91), 943-962.
- Öztürk, B., & Ertan, C. (2025). Görünmeyen Emekten Dijital Muhalefete: Instagram Üzerinden Kadınların Gündelik Direniş Pratikleri Üzerine Bir İnceleme. *Akdeniz Kadın Çalışmaları ve Toplumsal Cinsiyet Dergisi*, 2(7), 719-749. <https://doi.org/10.33708/ktc.1740326>
- Patton, M. Q. (2005). *Qualitative research*. John Wiley & Sons.
- Sanders, B. (2001). *Kahkahanın zaferi: Yıkıcı bir tarih olarak gülme* (K. Atakay, Çev.). Ayrıntı Yayınları.
- Schutz, A. (1967). *The phenomenology of the social world* (G. Walsh & F. Lehnert, Çev.). Northwestern University Press.
- TİSK. (2025). *Dijital 2025 Türkiye*. Türkiye İşveren Sendikaları Konfederasyonu [TİSK].
- Wimmer, D. R., & Dominick, J. R. (2007). *İçerik çözümlemesi*. İçinde G. Ş. Atabek & Ü. Atabek (Ed.), *Medya metinlerini çözümlemek*. Siyasal Kitabevi.
- Yiğit, Z. (2012). “Modernliğin arka yüzü” olarak gündelik hayat: *Aşk Memnu*. Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 14(2), 125-144.