

Kitap Kritiği:

Çalınan Dikkat: Bilişsel Kapitalizm Çağında Dikkat Ekonomisinin Eleştirel Bir Okuması

Bu makaleye atıf için: Düzenli, F. (2025). Çalınan Dikkat: Bilişsel Kapitalizm Çağında Dikkat Ekonomisinin Eleştirel Bir Okuması. Bilgi Teknolojileri ve İletişim Dergisi, 3(2), 93-102.

Yazar:

Johann Hari

Çalınan Dikkat: Neden

Odaklanamıyoruz?

Çev. Barış Engin Aksoy

Metis Yayınları, 2022

320 sayfa, Türkçe

Furkan DÜZENLİ¹

¹ Dr. Öğr. Üyesi, Düzce Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Sosyoloji Bölümü, furkanduzenli@duzce.edu.tr., ORCID:0000-0001-7044-3403

GİRİŞ:

Dikkatin Metalaşması ve Epistemolojik Sorunsalı

XXI. yüzyılın geç kapitalist örgütlenmesinde insan dikkati, yalnızca psikolojik bir kategori veya bilişsel bir yeti olmaktan çıkmış; artı değer üretiminin birincil alanı haline gelmiştir. Jonathan Crary'nin (1990) işaret ettiği dikkatin tarihsel dönüşümü, bugün S. Zuboff'un (2019) adlandırmasıyla "gözetim kapitalizmi"nin hegemonik yapısı içinde yeni bir evreye taşınmıştır. Gazetecilik geleneğinden gelen Johann Hari'nin Çalınan Dikkat (2022) adlı eseri, gazeteciliğin anlatım gücü ile akademik literatürü sentezleyerek dikkat krizini sistematik bir çerçevede sorgulamasıyla öne çıkmaktadır. Hari, önceki çalışmalarında sergilediği ve toplumsal sorunların kökenine inmeyi amaçlayan metodolojik tavrını korumakta; Chasing the Scream (2015) ve Lost Connections (2018) adlı kitaplarında olduğu gibi bu kez de dikkatin metalaşması üzerinden bireyselleştirilen sorunların ardındaki toplumsal gerçekliği analiz etmektedir. Kitabın temel tezi oldukça radikal bir epistemolojik kırılma önermektedir: dikkat krizi, bireysel bir "yetersizlik" veya "öz-disiplin" eksikliği meselesi değil, sistematik bir "mülksüzleştirme" sürecidir (s. 19). Bu durum, psikolojinin bireyi merkeze alan pozitivist paradigmasından, dikkat sorununu politik ekonominin alanına taşıyan eleştirel bir paradigmaya geçişi temsil etmektedir. Hari'ye göre dikkatimiz, tıpkı Marx'ın artı-değer teorisinde emeğin sömürülmesi gibi, kapitalist üretim ilişkilerinin içselleştirilmiş normatif baskısı ve teknolojik altyapının davranışsal tahmin mekanizmaları aracılığıyla sistematik bir biçimde çalınmakta ve metalaştırılmaktadır (s. 114).

Ancak itiraf etmek gerekir ki nörobilimden sosyolojiye, teknoloji felsefesinden çevre sağlığına uzanan böylesine geniş bir spektrumda argüman geliştirmek, akademik derinlikten ödün verme tehlikesine yol açabilir. Dolayısıyla bu incelemenin amacı, Hari'nin tezini hem sempatik hem de eleştirel bir gözle değerlendirmektir. Bu inceleme, yazarın hangi noktalarda gerçekten önemli kavramsal katkılar sunduğunu ve hangi noktalarda metodolojik veya teorik kısıtlarla karşılaştığını, özellikle de "görünmez kıldığı" teorik ve ampirik boşluklara odaklanarak ortaya koymaktır.

Anlatının Yapısı: Fenomenolojiden Politik Ontolojiye

Kitap, yazarın kendi yaşam deneyimiyle başlamaktadır: Provincetown'da geçirdiği üç aylık dijital karantina süreci. Bu, akademik yazında sıklıkla "otoetnog-

rafik anlatı” olarak adlandırılan bir stratejidir. İlk bakışta bireysel bir çözüm arayışı gibi görüne de yazar, burada okuyucuyu stratejik olarak yönlendirmektedir: detoks deneyiminin “başarısızlığı”, aslında sorunun teknolojik araçların ötesinde yapısal nedenlere dayandığını göstermek amacıyla kullanılmaktadır. Bu otobiyografik başlangıç, akademik olmayan okuyucu için duygusal bir bağ kurma stratejisi olarak işlev görürken aynı zamanda kitabın epistemolojik konumlanışını da belirlemektedir. Bu “içeriden bakış”tır; failin kendi failliğini sorguladığı bir öz-etnografidir. Kitabın omurgasını oluşturan dikkat kaybının on iki nedeni, üç kavramsal küme etrafında yoğunlaşmaktadır:

1. Teknolojik-Ekonomik Eksen: Shoshana Zuboff’un gözetim kapitalizmi kavramı merkezi bir teorik dayanak noktası oluşturmaktadır. Silikon Vadisi’nin iş modeli, kullanıcı verisini ham madde olarak kullanarak “davranış tahmin ürünleri” üreten bir ekstraktif ekonomiye dayanmaktadır. Algoritmalar, zihinsel uyarılmayı maksimize edecek biçimde tasarlanmış “dikkat mühendisliği” araçları olarak işlev görmektedir. Hari, bu süreci “Dikkat Ekonomisi 2.0” olarak adlandırmakta ve B. J. Fogg’un “ikna teknolojileri” (persuasive technology) kuramına referansla, teknolojinin nötr bir araç olmadığını; aksine iktidar ilişkilerini yeniden üreten bir “toplumsal teknoloji” olduğunu savunmaktadır.

2. Bilişsel-Psikolojik Eksen: Mihaly Csikszentmihalyi’nin “akış” (flow) kavramı kritik bir referans noktası oluşturmaktadır. Modern yaşam koşulları; sürekli kesintiler, çoklu görev talepleri, anlık tatmin döngüleri ve hız kültürü aracılığıyla derin konsantrasyonun gerektirdiği bilişsel koşulları sistematik olarak baltalamaktadır. “Varsayılan durum ağı” (default mode network) gibi nörobilimsel kavramların popülerleştirilmesi ise zihin gezinmesinin (mind wandering) yaratıcılık için neden gerekli olduğunu ortaya koymaktadır.

3. Biyolojik-Ekolojik Eksen: Kitabın en spekülatif, ancak aynı zamanda en cesur bölümü de burasıdır. Hari; sirkadiyen ritim bozukluklarından, uyku yoksunluğu ve beslenme alışkanlıklarına, hava kirliliğinin nörotoksik etkilerine, çocukluğun mekânsallaştırılmasına ve ekolojik yıkıma kadar uzanan geniş bir yelpazede çevresel faktörleri ele almaktadır. Bu noktada “embodied cognition” (bedenlenmiş biliş) yaklaşımlarıyla belirgin bir yakınlık hissedilmektedir: zihin, bedenden ve çevreden bağımsız olarak değerlendirilemez. Bu taksonomik yaklaşım, okur için kavramsal netlik sağlarken aynı zamanda sorunun çok katmanlı

doğasını görünür kılma iddiasını da taşımaktadır.

Epistemolojik Konumlanma: Gazeteci-Akademisyen Melez Kimliği

Hari'nin metodolojik konumu, akademik yazında sıklıkla "sınır nesnesi" olarak tanımlanan türden bir eser ortaya koymaktadır. Birincil veri üretmeyen, ancak geniş bir literatür taraması ve derinlemesine mülakatlara dayanan bu yaklaşım, popüler bilim yazını ile eleştirel sosyal teori arasında köprü kurmayı hedeflemektedir. Yazarın kaynak stratejisi, "uzman tanıklığı" modeli etrafında şekillenmektedir. Mihaly Csikszentmihalyi (akış kuramı) (s. 85), Charles Czeisler (sirkadiyen ritim) (s. 230), Joel Nigg (DEHB araştırmaları) (s. 234), Tristan Harris (Humane Technology) (s. 110) gibi figürlerle yapılan mülakatlar, anlatıya bilimsel meşruiyet kazandırma işlevi görmektedir. Ancak Hari, bu uzmanları birer otorite figürü olarak konumlandırırken, kendi yorumunu çoğu zaman nötr bir aktarım gibi sunma eğiliminde kalmaktadır; bu durum eleştirel okurun "kim konuşuyor?" sorusunu sormasını gerekli kılmaktadır.

Bu hibrit konum hem avantajlar hem de dezavantajlar barındırmaktadır. Olumlu yönü, karmaşık bilimsel kavramların geniş kitleler için erişilebilir hale gelmesini sağlamasıdır; olumsuz yönü ise akademik titizliğin bazı fedakarlıklar pahasına kurulmasıdır. Yazar, tezini destekleyen çalışmaları vurgularken, literatürdeki belirsizlikleri veya çelişkili bulguları -örneğin ekran süresinin bilişsel gelişim üzerindeki etkilerine dair hala devam eden tartışmaları- daha sınırlı biçimde ele almaktadır. Bu durum, bilim felsefesinde "doğrulama yanlılığı" olarak bilinen bir soruna işaret etmektedir.

Teorik Katkılar ve Kavramsal Yenilikler: Gözetim Kapitalizmi ve Dikkat Ekonomisi

Hari'nin en sağlam teorik zemini, Zuboff'un gözetim kapitalizmi kavramını dikkat çalışmalarıyla birleştirmesinde yatmaktadır. Bu noktada Jonathan Crary ile benzer bir argüman geliştirmektedir. Kapitalizm, insanın biyolojik sınırlarını dahi metalaştırma eğilimindedir. Ancak Hari, Crary'den farklı olarak yalnızca zamanın sömürüsüne değil, dikkatin kendisinin "birincil meta" haline gelmesine odaklanmaktadır (s. 22). Bu modelde kullanıcı davranışları ham veri olarak çıkarılmakta, makine öğrenmesi algoritmaları aracılığıyla işlenmekte ve "davranışsal fazlalık" (behavioral surplus) ürününe dönüştürülmektedir. Dikkat, bu üretim sürecinin hem hammaddesi hem de nihai metasıdır. Platformlar, kullanıcının

dikkatini çalmakla kalmamakta, aynı zamanda bu dikkatin gelecekteki yörüngesini tahmin etme manipüle etme kapasitesi kazanmaktadır (s. 111).

Herbert Simon'ın ünlü ifadesi “bilginin bolluğu, dikkatin kıtlığını yaratır” burada yeni bir boyut kazanmaktadır. Dikkat yalnızca kıt bir kaynak değil; aynı zamanda “çalınabilir” ve “satılabilir” bir değer haline gelmektedir. Bu durum, Marx'ın emek-değer teorisi ile açık bir paralellik kurmaktadır: tıpkı işçinin emeği üzerindeki denetiminin elinden alınması gibi, modern özne de kendi bilişsel yetileri üzerindeki denetimini giderek yitirmektedir.

“Zalim İyimsenlik” ve Neoliberal Öznelik

Hari, Lauren Berlant'tan ödünç aldığı “Zalim İyimsenlik” kavramını kitabın merkezine yerleştirmektedir (s. 151). Bu kavram, sistemsel sorunların ağırlığı altında ezilen bireylere, “yeterince istersen başarabilirsin” vaadiyle sunulan, ancak yapısal koşullar nedeniyle başarısızlığa mahkûm olduğu için aslında “acımasız” olan bireysel çözüm önerilerini tanımlamaktadır. Hari'ye göre dikkat krizine karşı «dijital detoks» önermek, obezite krizine karşı yoksul toplumlara yalnızca “daha az ye” demekle eşdeğerdir (s. 155). Bu yaklaşım, sosyo-ekonomik eleştirinin en güçlü olduğu noktayı oluşturmaktadır. Zira birey, karşısında milyar dolarlık Ar-Ge bütçeleriyle insan psikolojisini çözümlemiş devasa yapılar varken, yalnızca “irade” gücü ile direnemez. Yazarın bu tespiti, konuyu kişisel gelişim söyleminin sınırlarından çıkararak kamu hukuku alanına taşımaktadır. Eğer sorun bireysel bir “başarısızlık” değil, sistemsel bir “saldırı” ise, çözüm de bireysel stratejilerden ziyade sistemsel koruma mekanizmaları gerektirmektedir. Bu noktada Türkiye özelinde Bilgi Teknolojileri ve İletişim Kurumu (BTK) ve benzeri düzenleyici kurumların rolü hayati önem taşımaktadır. Tıpkı hava kirliliğine karşı bireylerin gaz maskesi takmasının çözüm olmaması ve devletin fabrikalara filtre zorunluluğu getirmesi gibi, dikkat kirliliğine karşı da kamusal düzenleyici gücün devreye girmesi gerekmektedir. Hari'nin tezi, “dijital refah”ın bireysel bir lüks değil, kamusal bir hak olduğu argümanına güçlü bir zemin hazırlamaktadır.

Teknolojik Determinizm Gerilimi

Ancak tam bu noktada kitabın en büyük teorik gerilimiyle karşılaşırız. Hari, teknolojinin gücünü vurgularken zaman zaman “teknolojik determinizm” tuzağına düşmektedir. Teknolojiyi neredeyse özerk bir fail olarak betimleyen anlatım, “sosyal medya bizi bağımlı yapıyor” ya da “algoritmalar bizi manipüle ediyor” gibi

ifadelerde özne-nesne ilişkisini tersine çevirmekte; kullanıcıyı edilgen bir kurban konumuna yerleştirmektedir. B.F. Skinner'ın davranışçılığına yapılan göndermeler ve algoritmaların “bizi programladığı” yönündeki vurgular, kullanıcıyı pasif bir nesneye indirgeme riskini beraberinde getirmektedir. Oysa Science and Technology Studies (STS) literatürü, teknolojinin toplumsal olarak inşa edildiğini ve kullanıcıların da “yorumlayıcı esneklik” (interpretive flexibility) kapasitesine sahip olduğunu açıkça göstermektedir.

Bu perspektif, Stuart Hall'un “kodlama/kodaçma” (encoding/decoding) modelini veya Michel de Certeau'nun “gündelik hayat pratikleri” kuramını göz ardı etmektedir. Bruno Latour'un Aktör-Ağ Teorisi'nden hareketle, algoritmalar ve kullanıcılar arasında karşılıklı bir ilişki olduğunu, teknolojinin bizi şekillendirdiği kadar, bizim de teknolojiyi gündelik pratiklerimizle dönüştürdüğümüzü, kabul etmek gerekir. Kullanıcılar, platformların dayattığı kullanımı olduğu gibi kabul etmez; tam tersine, dijital altyapıyı kendi amaçları doğrultusunda yeniden yapılandırır, hatta bazen platformların öngörmediği direnç biçimleri geliştirir. Hari'nin anlatısında bu tür bir “taktiksel faillik” neredeyse hiç görünmemektedir. Her ne kadar yazar kitabın son bölümlerinde “kolektif eylem” ve “dikkat isyanı” çağrısıyla bu pasifliği aşmaya çalışsa da (s. 261) analizin önemli bir bölümünde teknolojinin gücünün mutlaklaştırıldığı izlenimi ağır basmaktadır.

Metodolojik Sorunsallar: Seçici Okuma ve Epistemolojik Çelişki

Kitapta Hari, dikkat süresinin tarihsel olarak azaldığını kanıtlayan “uzun vadedi ve güvenilir” bilimsel çalışmaların bulunmadığını itiraf etmektedir (s. 176). Bu kabul, eserin argümantatif zemininde ciddi bir gerilim oluşturmaktadır. Zira kitabın geri kalan bölümleri, dikkat kaybının gerçekleştiği varsayımını örtük biçimde bir “başat anlatı” (master narrative) olarak kullanmaktadır. Burada karşılaşılan temel sorun, Karl Popper'ın yanlışlanabilirlik ilkesinin ihlal edilmesidir. Eğer dikkat kaybının gerçekleştiğine dair sağlam ampirik kanıtlar mevcut değilse, bu olgunun sistematik nedenlerini açıklamaya yönelik kapsamlı bir nedensellik zinciri kurmak metodolojik açıdan sorunlu hale gelmektedir.

Bununla birlikte Hari'nin, literatür ile kurduğu ilişkinin seçici bir karakter taşıdığı da görülmektedir. Örneğin ekran süresinin çocukların beyin gelişimi üzerindeki etkilerine ilişkin tartışmalı ve henüz yeterince replike edilmemiş bazı araştırmaları kesin bulgular gibi sunarken, aynı konuda daha temkinli ve sınırlı etkilere işaret eden araştırmaları (Amy Orben ve Andrew Przybylski'nin

meta-analizleri) büyük ölçüde dışarıda bırakmaktadır. Bu tür bir seçicilik, başka bir deyişle cımbızlama pratiği, kitabın bilimsel bir referans metni olmaktan ziyade güçlü bir retorik anlatıya dönüşmesine yol açmaktadır. Nedensellik ilişkileri (özellikle kirlilik ve dikkat bağlantısı) zaman zaman olduğundan daha kesin biçimde sunulmaktadır. Bu, popüler bilim yazınının yapısal bir sorunu aslında: Karmaşıklık ile anlaşılabilirlik arasındaki gerilim.

DEHB Tartışması: Nöroçeşitlilik ve Sosyal İnşacılık Arasında

Hari'nin Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu (DEHB) yaklaşımı, kitabın en çelişkili alanını oluşturmaktadır (s. 213). Yazar, Gabor Maté'nin "travma temelli DEHB" modelini benimseyerek bozukluğun artışını biyolojik etkenlerden ziyade çevresel faktörlerle ilişkilendirmektedir: güvencesizlik, parçalı aile yapısı, yoksulluk, hızlı yaşam temposu (s. 176). Bu yaklaşım, psikiyatrinin "medikalizasyon" eğilimine karşı önemli bir eleştiri sunmakta ve toplumsal eşitsizliklerin psikolojik semptomlar olarak tezahür ettiği gerçeğini vurgulamaktadır. Ancak bu analizin nöroçeşitlilik paradigması gibi önemli bir kör noktası bulunmaktadır.

Son yıllarda DEHB aktivistleri ve nöroçeşitlilik hareketi, DEHB'yi bir "bozukluk" değil, nörobilişsel bir "çeşitlilik" olarak yeniden kavramsallaştırmaktadır. Bu perspektife göre, sorun DEHB'li bireylerin "eksikliği" değil, toplumun ve eğitim sisteminin nöronormatif örgütlenişidir. Hari, bu tartışmayı büyük ölçüde es geçmekte ve DEHB'yi "kapitalizmin patolojik yan etkisi" olarak okumakla, istemeden de olsa stigmatize edici bir konum almaktadır. Bu nedenle kitabın "iyi niyetli ama indirgemeci" bir yaklaşıma sahip olduğunu söyleyebilmek mümkündür.

Çözüm Önerileri: Radikal mi, Ütopik mi?

Hari, kitabın son bölümlerinde bir dizi sistemik reform önerileri sıralamaktadır: haftada dört gün çalışma (s. 186), gözetim kapitalizminin yasaklanması (s. 158), sosyal medya platformlarının kamulaştırılması (s. 165), çocukların serbest oyun hakkının iadesi (s. 242). Bu öneriler, etik açıdan arzu edilir olmakla birlikte, Frankfurt Okulu'nun kültür endüstrisi eleştirisinin çağdaş bir güncelleme olarak okunabilmesi mümkündür. Ancak bu noktada temel bir soru yanıtsız kalmaktadır: "nasıl?" Neoliberal hegemonyanın sağlamlaştığı, emek örgütlenmesinin zayıfladığı ve dijital platformların devletlerden daha fazla ekonomik güce sahip olduğu bir dünyada, bu önerilerin siyasal failliği hangi kaynaklardan doğacaktır?

Hari, “Dikkat İsyanı” (Attention Rebellion) kavramını öne sürmekte ve bu mücadelenin tütün karşıtı hareketler gibi uzun soluklu bir kamusal seferberlik gerektirdiğini ifade etmektedir. Bu analogi kısmen haklıdır, ancak önemli bir farkı göz ardı etmektedir: tütün endüstrisi, dikkat ekonomisinden farklı olarak, gündelik yaşamın iletişimsel altyapısını oluşturmuyordu. Dijital platformlar, yalnızca eğlence araçları değil; aynı zamanda toplumsal örgütlenmenin, bilgiye erişimin ve dayanışma ağlarının temel mecralarıdır. Dolayısıyla onlara karşı mücadele, aynı zamanda “onlarsız nasıl yaşarız?” sorusunu da yanıtlamayı gerektirir, ki Hari bu soruya kapsamlı bir cevap sunmamaktadır.

SONUÇ: MANİFESTO OLARAK AKADEMİK METİN, DEĞERLİ AMA EKSİK BİR MÜDAHALE

Johann Hari’nin bu kitabı, klasik akademik monografi değil; bilimsel verilerle desteklenmiş politik bir manifesto olarak okunmalıdır. “Çalınan Dikkat”, dikkat krizini bireysel patolojiden sistemik bir soruna dönüştürmesiyle önemli bir müdahale gerçekleştirir. Eserin en büyük gücü, holistik ve interdisipliner bakışıdır. Dikkat krizini yalnızca nörolojik, psikolojik ya da teknolojik bir sorun olarak değil, bu faktörlerin iç içe geçtiği ekolojik bir kriz olarak ele alması önemlidir. Bu yaklaşım, Bateson’un “zihin ekolojisi” (ecology of mind) kavramına yakın durur: zihin, izole bir organ değil, çevresiyle sürekli etkileşim içinde olan ilişkisel bir süreçtir. Kitap, akademik jargondan uzak ancak kavramsal derinliğini koruyan dili sayesinde geniş bir okur kitlesine erişme potansiyeli taşımaktadır.

Bununla birlikte eserin zayıf yönleri de göz ardı edilemez. Argümanlarını güçlendirme çabası, yer yer bilimsel belirsizliklerin ve nüansların geri plana itilmesiyle sonuçlanmaktadır. Epistemolojik çelişkiler (dikkat kaybının kanıtlanmamış olduğunu itiraf edip sonra bu varsayım ile devam etmek), metodolojik selektivizm (literatürden seçici alıntılama) ve teorik kör noktalar (kullanıcı failliğinin yok sayılması, nöroçeşitlilik perspektifinin eksikliği, teknolojik determinizm eğilimi) kitabın eleştiriye açık alanlarını oluşturmaktadır. Buna rağmen Hari’nin temel başarısı, dağınık haldeki bilimsel ve politik tartışmaları bir araya getirerek bunları kamusal bir mesele haline getirmesinde yatmaktadır. Hari’nin başardığı şey, okuyucuyu sadece kişisel alışkanlıklarını değiştirmeye değil, dikkati sömüren sistemle mücadele etmeye çağırmaktır. Bu, self-help literatürünün bireyselleştirici sınırlarını aşan, gerçekten politik bir çağrıdır.

Belki de kitabın en önemli katkısı şudur: Dikkat krizini, obezite ya da iklim

krizi gibi yapısal bir sorun olarak kavramsallaştırarak, sorumluluğu bireyden alıp kolektif düzleme taşımasıdır. Bu, sadece akademik değil, aynı zamanda etik ve politik açıdan da kritik bir hamledir.

Sonuç olarak bu kitap, genel okuyucu ve lisans öğrencileri için harika bir giriş metni olurken, lisansüstü öğrenciler ve akademisyenler için “dikkat ekonomisi” üzerine düşünmeyi tetikleyen provokatif bir kaynak işlevi görmektedir. Eser, akademisyenler için değil ama kendi dikkati üzerindeki tahakküm ilişkilerini sorgulamak isteyen genel okuyucu için güçlü bir giriş metnidir. Sosyal bilimciler açısından ise kitap, dijitalleşme ve özne krizi arasındaki diyalektik ilişkiyi tartışmak için verimli, ama eleştirel mesafeyle okunması gereken, bir zemin sunmaktadır. Hari’nin ütöpik önerileri, bugünden yarına hayata geçmeyebilir, ama en azından “başka bir dikkat düzeni mümkün müdür?” sorusunu sormaya cesaretlendirir. Ve belki de kitabın en büyük katkısı budur: sorgulamanın kendisini yeniden başlatmak.

KAYNAKÇA

- Bateson, G. (1972). *Steps to an Ecology of Mind*. University of Chicago Press.
- Berlant, L. (2011). *Cruel Optimism*. Duke University Press.
- Bourdieu, P. & Wacquant, L. (1992). *An Invitation to Reflexive Sociology*. University of Chicago Press.
- Crary, J. (1990). *Techniques of the Observer: On Vision and Modernity in the Nineteenth Century*. MIT Press.
- Crary, J. (2013). *24/7: Late Capitalism and the Ends of Sleep*. Verso.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The Psychology of Optimal Experience*. Harper & Row.
- de Certeau, M. (1984). *The Practice of Everyday Life*. University of California Press.
- Fogg, B.J. (2003). *Persuasive Technology: Using Computers to Change What We Think and Do*. Morgan Kaufmann.
- Foucault, M. (1991). "Governmentality". *The Foucault Effect: Studies in Governmentality*, ed. G. Burchell, C. Gordon, P. Miller. University of Chicago Press.
- Hacking, I. (1995). "The Looping Effects of Human Kinds". *Causal Cognition: A Multidisciplinary Debate*, ed. D. Sperber, D. Premack, A.J. Premack. Clarendon Press.
- Hacking, I. (2006). "Genetics, Biosocial Groups & the Future of Identity". *Dædalus*, 135(4), 81-95.
- Hall, S. (1980). "Encoding/Decoding". *Culture, Media, Language*, ed. S. Hall et al. Hutchinson.
- Hari, J. (2015). *Chasing the Scream: The First and Last Days of the War on Drugs*. Bloomsbury.
- Hari, J. (2018). *Lost Connections: Uncovering the Real Causes of Depression – and the Unexpected Solutions*. Bloomsbury.
- Latour, B. (2005). *Reassembling the Social: An Introduction to Actor-Network-Theory*. Oxford University Press.
- Marx, K. (1867/1990). *Capital: A Critique of Political Economy, Volume I*. Penguin Classics.
- Maté, G. (1999). *Scattered Minds: The Origins and Healing of Attention Deficit Disorder*. Vintage Canada.

Orben, A. & Przybylski, A.K. (2019). “The Association Between Adolescent Well-Being and Digital Technology Use”. *Nature Human Behaviour*, 3, 173-182.

Popper, K. (1959). *The Logic of Scientific Discovery*. Hutchinson.

Simon, H.A. (1971). “Designing Organizations for an Information-Rich World”. *Computers, Communications, and the Public Interest*, ed. M. Greenberger. Johns Hopkins Press.

Twenge, J.M. (2017). *iGen: Why Today’s Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy*. Atria Books.

Zuboff, S. (2019). *The Age of Surveillance Capitalism: The Fight for a Human Future at the New Frontier of Power*. PublicAffairs.