

## YALNIZLIĞIN YENİ HALİ: DİJİTAL YALNIZLIK

Müge Deveoğlu

**Özet:** Bu çalışmanın amacı, sosyal bir varlık olarak insanın en önemli ihtiyaçlarından biri olan sosyal ihtiyacın günümüz dijital dünyasında doyurulamamasının yol açmış olduğu yalnızlığın yeni boyutu olarak ifade edilebilecek dijital yalnızlık sorununu incelemektir. Dijital yalnızlık kavramı, dijital dünya ve yalnızlık arasındaki bağı vurgulamak, ve aynı şekilde dönüşüme uğrayan yalnızlığın dijital dünya üzerinden nasıl gerçekleştiğini gözler önüne sermek için kullanılmıştır. Bu çalışmada ilk olarak, Batıcılışma sonucu ailenin çözölüşü ve neoliberalizm ile toplumumuzda kolektivizmin yerini bireyciliğın almasıyla dönüşüme uğrayan yalnızlıktan bahsedilmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Yalnızlık, Dijital yalnızlık, dijital dünya, bireycilik, kolektivizm.

## THE NEW VERSION OF LONELINESS: DIGITAL LONELINESS

Müge Deveoğlu

**Abstract:** The purpose of this study is to examine the problem of digital loneliness, which can be expressed as the new dimension of loneliness caused by the inability to satisfy one of the most important needs of human being, a social need, in today's digital world. The concept of digital loneliness has been used to emphasize the link between the digital world and loneliness, as well as to show how transformed loneliness takes place through the digital world. In this study, first of all, with the disintegration of the family as a result of westernization and neoliberalism, the loneliness that has been transformed with the individualism taking place of collectivism has been mentioned.

**Keywords:** Loneliness, digital loneliness, digital world, individualism, collectivism.

# YALNIZLIĞIN YENİ HALİ: DİJİTAL YALNIZLIK

Müge DEVEOĞLU\*

## GİRİŞ

İnsanın çeşitli gereksinimleri vardır. Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisinde fizyolojik ihtiyaçlar ve güvenlik ihtiyacından sonra bireyin gerçekleştirilmesi gereken ait olma ve sevgi ihtiyacı vardır. Arkadaşlık, aile ilişkileri, birine ait olma, başkaları tarafından kabul görme, sosyal yaşam sosyal ihtiyacın gereklilikleridir. Tüm bunların yerine getirilmemesi sonucunda birey yalnızlık, dışlanma, arkadaşsızlık, reddedilme duygularını keskin bir şekilde hisseder.<sup>1</sup> Yalnızlık, tanımlanması zor bir kavramdır. Jung'a göre, yalnızlık etrafında kimsenin olmamasından değil önemli görülen görüşlerin karşı tarafa iletilmemesinden ve başkaları tarafından kabul görmeyen görüşlerin var olmasından kaynaklanır.<sup>2</sup> Yaşadığımız modern dünyada yalnızlığın üzerimizde büyük etkileri olmaktadır. İçinde bulunduğumuz dünyada yalnızlık artık bir yaşam şekline dönüşmüş durumdadır. Yalnızlık bir çeşit kaçış hali olmuş durumdadır. Başkalarından kaçmaktır yalnızlık.<sup>3</sup> Günümüzdeki yalnızlık sorununun ortaya çıkmasında birçok sebep bulunmaktadır. Batıcılığa sonucu toplumumuzda dönüşüme uğrayan aile kurumu ve neoliberal politikalar kolektivitizmin yerini bireyciliğin almasına yol açarak yalnızlık meselesini farklı bir boyuta taşımıştır.

## BATICILAŞMA SONUCU AİLENİN ÇÖZÜLÜŞÜ

Doğu-Batı farklılıkları günümüze özgü bir durum olmaktan ziyade tarih öncesi dönemlere kadar uzanmaktadır.<sup>4</sup> Tarih boyunca Doğu uygarlıkları Batı

\* Araş. Gör., İzmir Bakırçay üniversitesi, Sosyoloji Bölümü

<sup>1</sup> MASLOW, H. Abraham; **Motivation and Personality**, Harper & Row, New York, 1970, s. 43.

<sup>2</sup> JUNG, C. G.; **Memories, Dreams, Reflections**, Vintage, New York, 1989, s. 356.

<sup>3</sup> DUMN, Thomas; **Loneliness As A Way Of Life**, Harvard University Press, Cambridge, Massachusetts, London, 2008, s. 26-28.

<sup>4</sup> SEZER, Baykan; "Tarihte Doğu-Batı Çatışması Ders Notları." Ss. 59-132 içinde **Sosyoloji Yıllığı 12 Tarihte Doğu-Batı Çatışması** (iç.), Editör: Ertan Eğribel ve Ufuk Özcan, Doğu Kitabevi, İstanbul, 2017, s. 67.

uygarlıklarından farklı olarak kendi çözümlerini kendi içlerinde bulmuştur.<sup>5</sup> Batı uygarlığının dünya egemenliğini ele geçirmesiyle birlikte Batı elde ettiği güçten yararlanarak bütün çözümlerin kendinde olduğunu öne sürmüştür. Bu sürecin akabinde Doğu toplumları Batı ile olan ilişkileri bağlamında ele alınmaya başlanmıştır.<sup>6</sup> Batılılaşma, geri kalmış olarak gördükleri Doğu toplumlarının sorunlarının çözümü için Batı toplumları tarafından sunulan bir teklif niteliğinde olmuştur.<sup>7</sup> Ancak Batılılaşmadan ziyade Batıcılışma olarak nitelendirilebilecek süreç birçok sıkıntı ve problemi beraberinde getirmiştir. Bunlardan biri de Batıcılışma neticesinde aile kurumunun çözülüşü şeklinde gerçekleşmiştir. Kültürel öğrenme ailede başladığından sağlıklı bir toplumun oluşmasında aile çok önemli bir işleve sahiptir. Günümüz dünyasında aile kurumunun ciddi sarsıntılar ile karşı karşıya kaldığı açıktır. Her toplum sahip olduğu kültür, değerler, normlar neticesinde farklı örüntülere sahip olur. Bu bağlamda her toplumun kendine has aile örüntülerinin olduğu açık bir şekilde söylenebilir. Doğu toplumu olan ülkemizde de Batıcılışma ile birlikte geleneksel değerlerin çözülüşü aile kurumuna büyük ölçüde zarar vermiştir. Doğu toplumlarında anne, baba, büyükbaba, büyükanne, amca gibi aile üyelerini içeren geleneksel geniş aileler Batıcılışma ile birlikte çekirdek aile modelini almaya başlamıştır. Modern, çekirdek aile basit bir şekilde anne, baba ve ergin olmayan çocuklardan oluşmaktadır. Geleneksel, geniş ailede var olan dayanışmanın ortadan kalkması ile birlikte aile fertlerinde olması gereken özgecilik bağları zayıflamaya başlamış, ben merkezli bir yaklaşım ortaya çıkmıştır. Batıcılışma ile daha öncesinde Doğu toplumlarının karakteristik özelliği olan kolektivizmin yerini bireycilik almaya başlamıştır. Bu durum bireylerin aynı evin içinde ayrı dünyalarda, izole bir hayat yaşayıp yalnızlaşmalarına yol açmıştır.

### KOLEKTİVİZME KARŞI BİREYCİLİĞİN YALNIZLIK ÜZERİNE ETKİSİ

Kolektivizm ve bireycilik, bireylerin birbirleriyle olan ilişkileri ve ait oldukları gruplar olarak ifade edilebilir.<sup>8</sup> Bireycilik, kişisel özgürlük ve başarı üzerinde dururken; kolektivizm bireysel amaçlardan ziyade uygunluğu

<sup>5</sup> A.g.e., s. 73.

<sup>6</sup> A.g.e., s. 110.

<sup>7</sup> A.g.e., s. 121.

<sup>8</sup> HOFSTEDE, Geert; *Culture's Consequences: Comparing Values, Behaviors, Institutions, and Organizations Across Nations*. (2'nd. Ed.), Sage Publications, 2001, s. 209.

teşvik ederek grup amaçları üzerinde durur.<sup>9</sup> Bireycilik, modern toplumların karakteristiği iken; kolektivizm, geleneksel toplumlara özgüdür.<sup>10</sup> Kolektivizm ve bireycilik ifadeleri yaklaşık 300 yıllık bir geçmişe sahiptir. Bu terimler ilk kez 18. ve 19. yy'ın İngiliz siyasi filozofları tarafından kullanılmıştır.<sup>11</sup> Emile Durkheim 'Toplumsal İşbölümü' çalışmasında geleneksel toplumlara özgü olan mekanik dayanışma ile sanayileşme sonrası ortaya çıkan organik dayanışma arasında bir ayrım yapmıştır.<sup>12</sup> Tonnies de çalışmasında kolektivizm ve bireyciliğe karşılık gelen Gemeinschaft (topluluk) ve Gesellschaft (toplum) arasında ayrım yapmıştır.<sup>13</sup> Kluckhohn ve Strodtbeck de aynı şekilde çalışmalarında bireycilik ve toplulukçuluk terimlerini kullanmıştır.<sup>14</sup> Özellikle, Sanayi Devrimi sonrasındaki süreçte kapitalizme dayalı üretim şekillerinin yaygınlaşmasıyla yaşam şeklimiz ve ilişkilerimizde çok büyük değişiklikler meydana gelmiştir. İlişkilerimizin ve yaşam şekillerimizin değişmesinde Doğu toplumlarına özgü olan kolektivizmin yerine toplumumuzda bireyciliğe doğru geçiş etkili olmuştur. Bireyciliğin liberalizm için bir referans noktası niteliğinde olduğu ifade edilebilir. Toplumdan ziyade bireyin önceliğini savunan liberalizm, dünyevi ve geçici olana vurgu yaparak insanın daha derin özlemlerini sunma noktasında yetersiz kalmaktadır.<sup>15</sup> Tarihsel olarak bakıldığında liberalizmin üç kaynaktan beslendiği görülür. İlk olarak, John Locke'un kuramı liberalizmin doğal haklar doktrini, hoşgörü fikri ve rızaya dayalı yönetim anlayışının temeli konumundadır. Bunun yanı sıra David Hume ve Adam Smith fikirleri ile şekillenen İskoç Aydınlanması ve Immanuel Kant'ın akıl ile evrenselci adalet anla-

<sup>9</sup> GORODNICHENKO, Yuriy ve ROLAND, Gerard; "Understanding the Individualism-Collectivism Cleavage and its Effects: Lessons from Cultural Psychology", **Institutions and Comparative Economic Development** (iç.), Editör: Masahiko Aoki, Timur Kuran ve Gérard Roland, Palgrave Macmillan, London, 2012, s. 214.

<sup>10</sup> TROMPENAARS, Fons; **Riding the Waves of Culture**, Nicholas Brealey Publishing, London, 1997, s. 52.

<sup>11</sup> TRIANDIS, C. Harry; **Individualism and Collectivism**. Routledge, New York, London, 2018, s. 19.

<sup>12</sup> DURKHEIM, Emile; **The Division of Labour in Society**, Macmillan, London, 1984.

<sup>13</sup> TONNIES, Ferdinand; **Community and Civil Society**, Çeviren: Jose Harris ve Margaret Hollis, Cambridge University Press, Cambridge, 2001.

<sup>14</sup> KLUCKHOHN, Florence ve STRODTBECK, Fred; **Variations in Value Orientations**, Row, Peterson, Evanston, III, 1961.

<sup>15</sup> MISES, L. Von; **Liberalism: The Classical Tradition**, Editör: Bettina Bien Greaves, Liberty Fund, Indianapolis, 2005, s. xix.

yışı da liberal siyasi teorinin şekillenmesinde etkili olmuştur. Liberalizmin temel nitelikleri bireysel özgürlük, bireycilik, özerklik, hoşgörü, tarafsızlık, çoğulculuk ve öz-sahiplik olarak ifade edilebilir.<sup>16</sup> 20. yy.'ın ikinci yarısı ile birlikte toplumsal ve ekonomik politikalar ile dönüşüme uğrayan bireycilik 80'li yıllardan itibaren postmodern bir ifade ile karşılık bulmuştur. Neoliberalizm, kabul gören şekliyle 1970'lerden itibaren dünyada egemen olan sosyo-ekonomik bir düzendir. Foucault, neoliberalizmin ekonomi ile kendini sınırlamadığını, bireyi tamamıyla kuşattığını iddia etmiştir.<sup>17</sup> Böylesi bir durumda bireyler için yaşamın amacı kişisel menfaatleri olmaktadır. Toplulukçu düşünürlere göre, liberalizmin bireyin özgürlüğü üzerine olan fikri ahlaki ve psikolojik açıdan yeterli değildir.<sup>18</sup> Baudrillard, bireyin 19.yy'daki anlamını, geleceği yaratacağına dair inancını kaybettiğini iddia etmiştir.<sup>19</sup> Bu düşünürlere toplumun önemsizleştirildiğini iddia etmektedir. Bauman, modernlikten postmodernliğe geçişin bir hal değişimi olduğunu vurgulayarak gelinen noktada bireyselliğin hakim olduğunu ifade etmiştir.<sup>20</sup> Bauman'a göre, küreselleşme neoliberalizmin bir aracı olarak cemaat içindeki bağları gevşeterek cemaatler arası alışverişe önem verir.<sup>21</sup> Tüm bunlardan hareketle bireyciliğin ön plana çıktığı bir toplumda insanların yalnızlaşmalarının olağan bir durum olduğu öne sürülebilir.

<sup>16</sup> ERDOĞAN, Mustafa; "Liberalizme Yeniden Bakış: Tarihi ve Felsefi Temelleri," <http://www.liberal.org.tr/uploads/yuklemeler/Liberalizme-Yeniden-Bak%C4%B1s-Tarihi-ve-Felsefi-Temelleri-Mustafa-Erdogan.pdf> (Erişim Tarihi: 5.07.2020)

<sup>17</sup> FOUCAULT, Michel; **Biyopolitikanın Doğuşu**, Çeviren: Alican Tayla, İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları, İstanbul, 2015.

<sup>18</sup> SMITH, E. Duane; "The Implications of the Individualism/Communitarian Debate for Civic Education: Observations and Prejudices", *International Conference on Individualism and Community in a Democratic Society*, Washington D. C., ERIC, 1996, s. 2.

<sup>19</sup> ÜSKÜL-ENGİN, Z. Özlem; "Yüzyılımızın Postmodern Bireyi ve Baudrillard'ın Birey Anlayışı." İstanbul Üniversitesi Hukuk Fakültesi Mecmuası (iç.), Cilt: 63, Sayı: 1-2, 2005, s. 163.

<sup>20</sup> ŞİMŞEK, M. Emin; *Moderniteden Postmoderniteye Uzanan Bir Köprü: Zygmunt Bauman*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum, 2014, s. 120.

<sup>21</sup> BAUMAN, Zygmunt; **Küreselleşme-Toplumsal Sonuçları**, Çeviren: Abdullah Yılmaz, Ayrıntı Yayınları, İstanbul, 2010, s. 22.

## DİJİTAL DÜNYA VE YALNIZLIK



Modern zamana bakıldığında eskiye göre çok daha fazla iletişim kurma yoluna sahip olduğumuz söylenebilir. Geçmişte yüz yüze konuşma ile sınırlı olan iletişim şeklimiz geliştirilen teknolojiler sayesinde devasa boyutlara ulaşmıştır. Yüz yüze sohbetler, sabit telefon görüşmeleri, e-postalar, kısa mesajlar, anlık mesajlaşma, sohbet, sosyal ağlar, fotoğraf paylaşımı, video paylaşımı, çok oyunculu oyunlar derken her çıkan yeniliğe ayak uydurmaya çalışarak fark

etsek de etmesek de bir o kadar da yıpranmış olduğumuz bir gerçektir. Tüm bu yaşananlara karşılık iletişimimiz de haliyle zarar görmüştür.<sup>22</sup> Dijital dünyada mesafenin ölümüyle dünyanın her yerinden insan bir araya gelebilmektedir. Fakat, sanal ortam sağlık sorunları, depresyon, hareketsizlik ve tabii ki yalnızlığı beraberinde getirmiştir. Medyanın evrensel mutluluk varsayımını sorgulayanların idrak edebileceği anlaşılması zor olan yalnızlık göstergeleri mevcuttur. Yalnızlığın bizi gerçek korkularla baş başa bıraktığı bir gerçektir.<sup>23</sup> Modern zamanın yalnızlığının yalnız olmanın getirmiş olduğu zarar verici deneyimlerden daha fazla olduğu aşikardır.<sup>24</sup> Modern zamanın yaratmış olduğu yalnızlığın boyutu geleneksel olan yalnızlıktan farklılaşmaktadır. Modern dünyanın en önemli deneyimlerinden biri hiç şüphesiz birbirimize yabancılaşmamız ve birbirimizden uzaklaşmış olmamızdır.<sup>25</sup> İnsanın kendi eliyle yaratmış olduğu sanal dünya toplumun da sanallaşmasını beraberinde getirerek toplumsal etkileşimle beslenen insan türüne zarar vermiştir. Ancak, sosyal bir varlık olan insan karşı karşıya kaldığı sanal dünyada yalnızlık problemiyle yüzleşmiş ve onunla baş etmekte, onun üstesinden gelmekte zorlanmıştır. Varoluşçu felsefenin önde gelen isimlerinden biri

<sup>22</sup> BAYM, K. Nancy; **Personal Connections in the Digital Age**, Polity Press, Cambridge, 2010, s. 1.

<sup>23</sup> STIVERS, Richard; **Shades of Loneliness: Pathologies Of a Technological Society**, Rowman & Littlefield Publishers Inc, Lanham, 2004, s. 1.

<sup>24</sup> DUMN, **Loneliness As A Way Of Life**, s. 30.

<sup>25</sup> **A.g.e.**, s. 35.

olan Heidegger, artan teknolojik gelişmelerin sonucunda bireylerin hayatlarında önemli ve değerli gördüklerini feda edip belirsiz, pasif bir hedefin peşinde koşmasıyla amaçsızlığa doğru sürüklendiklerini belirtmiştir. Bu anlamda ona göre, modernite ile anlam, yaratıcılık ve insan yaşamının değerinin yerini sahip olma ve kontrol duyguları almıştır. Bunun sonucunda da birey doğal yaşamdan, toplumdaki, hatta kendinden soyutlanmıştır.<sup>26</sup> Bugünün bencil, maddeci dünyasında yalnızlık her yaşta birey için artan bir sorun haline gelmiştir.<sup>27</sup> Bu anlamda dijital dünyanın yaratmış olduğu yalnızlığın bireyde hiçlik yaratıp yaratmadığı konusu üzerine eğilmek zordur. Bilindiği gibi artık dijital dünya adını verebileceğimiz yalıtılmış, ıssız, yabancılaşmış, kayıp, reddedilmiş bir dünya olarak ifade edilebilecek bambaşka bir dünya ile karşı karşıyayız.<sup>28</sup> Diğer taraftan ise söz konusu dünya bir tuşa basma mesafesinde hemencecik ulaşılan iletişimin olduğu, güzel güzel yazıların, resimlerin paylaşıldığı yaldızlı, pırıltılı bir dünyadır. Bu noktada, kendimizi dış dünyadan soyutladığımız, dijital dünyada ne kadar mutlu olduğumuz üzerinde düşünülmesi gerekmektedir. Çünkü karşı karşıya kaldığımız dijital dünyanın sebep olduğu yalnızlık sorunu modern dünyanın en önemli sorunlarından birisidir. Evrensel olarak deneyimlenen dijital yalnızlık sorunu insan olmanın en önemli yanı olan sosyalleşmeye ket vurmasından ötürü tüm dünya için büyük bir tehdit haline gelmektedir. Sorun böylesine açıkken dijital dünyanın sosyal ilişkilerimizi geliştirip geliştirmediği ya da ona zarar verip vermediği tartışma konusu olmuştur. Dijital dünyanın sosyal ilişkilerimize katkılarının olduğuna dair iddialara sahip olan çalışmalar da yapılmıştır. Bu noktada, 2004 yılında Bargh ve McKenna tarafından yapılmış olan çalışma internetin toplum açısından bir tehdit olmadığı, kullanıcılarını mutsuz ve yalnız bir hale getirmede sonucuna varmıştır.<sup>29</sup> Aynı şekilde Chayko, teknoloji ve toplumun karşılıklı, döngüsel bir ilişki içerisinde olduğundan hareketle teknolojinin insanların arkadaşlık gibi sosyal ihtiyaç ve arzularını karşılamasına yardımcı olduğu sonucuna

<sup>26</sup> LAWSON, Clive; **Technology and Isolation**, Cambridge University Press, Cambridge, 2017, s. 186.

<sup>27</sup> KILLEEN, Colin; "Loneliness: An Epidemic in Modern Society", **Journal of Advanced Nursing** (iç.), Cilt: 28, No: 4, 1998, s. 767.

<sup>28</sup> DUMN, **Loneliness As A Way Of Life**, s. 16-21.

<sup>29</sup> BARGH, A. John ve MCKENNA, Y.A. Katelyn; "The Internet and Social Life" **Annual Review of Psychology** (iç.), 55, 2004, s. 586.

varmıştır.<sup>30</sup> Böylesi bir dünyanın dijital yalnızlığa yol açmaktan ziyade, sosyalliği arttırdığına yönelik çalışmalar olmasına rağmen bu çalışma bunun tam tersine sanal dünyanın insanları yalnızlaştırdığı, yabancılaştırdığı, hiçleştirdiği üzerinden ilerleyecektir.

Herhangi bir zaman diliminde dünyada yüz milyonlarca insanın internet üzerinden sonsuz sayıda dijital aktivitelere katıldığı görülür. Hayatın her alanından olan bu aktiviteler genellikle iş, ders, eğlence ve sosyal etkileşim amacıyla yapılır.<sup>31</sup> Dijital dünya içinde yer alan internet ve ilgili teknolojilerin özel alanımızdan sosyo-kültürel, ekonomik hatta siyasi alanımıza kadar hayatımızın her alanına dokunduğu söylenebilir. Bu açıdan, dijital dünya üzerinden sosyal ihtiyaçlar da karşılınır gibi görünebilir. Ancak unutulmamalı ki insan, toplumun ayrılmaz bir parçasıdır. Bu anlamda insanın sosyal ihtiyaçlarını dijital dünya üzerinden ne kadar doyurabileceği üzerinde durulması gerekir. Dijital dünyada sosyal olarak ne kadar bağlı olduğumuzu fark etmemiz önemlidir. Bir insanın Facebook üzerinden binlerce hatta milyonlarca arkadaş ve tanıdığının olması onun yalnız olmadığı anlamına gelmemelidir.<sup>32</sup> O halde, bu tarz platformdaki insanlar kullanıcıların gerçek arkadaşları mıdır? Eğer öyle değilse insanlar neden buna ihtiyaç duymaktadır? Bununla ilgili bir çalışmada kendilerini chat kullanıcıları olarak tanımlayan 19'u erkek; 21'i kadın olmak üzere 40 denek üzerinde anket yapılmıştır.<sup>33</sup> Bu çalışmanın sonucunda içe dönük ve nevroitik insanların dijital dünya; dışa dönük ve nevroitik olmayan insanların ise geleneksel sosyal etkileşim yoluyla gerçek benliklerini kurdukları tespit edilmiştir.<sup>34</sup> Sosyal temas kurmakta güçlük çeken içe dönük ve nevroitik insanlar, anonim olabilme, fiziksel görünümü ortaya çıkarma gereğinin olmaması, kendisi gibi düşünenleri bulabilme fırsatlarından ötürü dijital dünyayı tercih etmişlerdir. Dijital dünya onlar için çok önemli görünmektedir.<sup>35</sup> İnternet ileti-

<sup>30</sup> CHAYKO, Mary; "Techno-social Life: The Internet, Digital Technology, and Social Connectedness", **Sociology Compass** (iç.), Cilt: 8, No: 7, 2014, s. 985.

<sup>31</sup> AMICHAI-HAMBURGER, Yair ve SCHNEIDER, H. Barry; "Loneliness and Internet Use", (Ed. Robert J. Coplan, Julie C. Bowker), **The Handbook of Solitude: Psychological Perspectives on Social Isolation, Social Withdrawal, and Being Alone**, Wiley-Blackwell, 2014, s. 317.

<sup>32</sup> AMICHAI-HAMBURGER ve SCHNEIDER, "Loneliness and Internet Use", s. 317.

<sup>33</sup> AMICHAI-HAMBURGER, Yair ; WAINAPEL, Galit ve FOX, Shaul; "On the Internet No One Knows I'm an Introvert: Extroversion, Neuroticism, and Internet Interaction", **CyberPsychology & Behavior** (iç.), Cilt: 5, No: 2, 2002, s. 126.

<sup>34</sup> A.g.m., s. 127.

<sup>35</sup> A.g.m., s. 127-128.



şim amaçlı olarak kullanılsa bile dijital dünyada zamanını harcayan birey, dış dünyada yapmış olduğu sosyal aktivitelerden feragat etmiş olur.<sup>36</sup> Bireyin ailesine gitmek yerine online üzerinden bağlantı kurarak ailesiyle görüşmesi buna örnek olarak verilebilir. Aslında dijital dünya ile bağımlıyı arttırdığımız her saniye sosyal yaşantımıza o ölçüde zarar veririz. Moody, yaş ortalamaları 19.2 olan 166 üniversite öğrencisi üzerinde yapmış olduğu çalışmada sosyal ve duygusal yalnızlık ölçeği kullanarak sosyal ve duygusal yalnızlığı ölçmüştür.<sup>37</sup> Yüksek seviyede yüz yüze etkileşimde bulunanların düşük seviyede sosyal ve duygusal yalnızlık; yüksek seviyede internet kullananların ise düşük seviyede sosyal yalnızlık, yüksek seviyede ise duygusal yalnızlık yaşadığı sonucuna varmıştır.<sup>38</sup> Aynı şekilde Engelberg ve Sjöberg tarafından 2004 yılında yapılan bir çalışmada internetin sık kullanımının daha fazla yalnızlık, daha az sosyal uyum ve duygusal beceri ile ilişkili olduğu sonucuna varılmıştır.<sup>39</sup> Yao ve Zhong tarafından 2014 yılında yapılan çalışma internet bağımlılığının yalnızlığın sebebi olabileceği, yalnızlıkta artışa yol açabileceğini desteklemiştir.<sup>40</sup> İnsanların dijital dünyada daha fazla zaman geçirmelerinin yalnızlıklarını azaltmakta etkili olmadığı açıktır. Hatta tam tersine dijital bağımlıların yalnızlık sorunu ile daha fazla karşı karşıya kaldıkları söylenebilir. Sanal dünya, kullanıcılarının içlerindeki boşluğu dolduramamakta, bu anlamda onları dijital yalnızlığa sürüklemektedir. Hardie de 2007' de yapmış olduğu çalışmada interneti aşırı kullananların ve bağımlıların duygusal yalnızlığının ortalama kullanıcılardan daha fazla olduğu sonucuna varmıştır.<sup>41</sup> Weiser tarafından yapılan bir çalışmada iki farklı işlev üzerinden internet kullanımının sosyal ve psikolojik etkileri incelenmiştir. Sosyalliğe yö-

<sup>36</sup> KRAUT, Robert; PATTERSON, Michael; LUNDMARK, Vicki; KIESLER, Sara; MUKOPADHYAY, Tridas, et al., "Internet Paradox: A Social Technology That Reduces Social Involvement and Psychological Well-Being?" **American Psychologist** (iç.), Cilt: 53, No: 9, 1998, s. 1017.

<sup>37</sup> MOODY, J. Eric; "Internet Use and Its Relationship to Loneliness", **CyberPsychology & Behavior** (iç.), Cilt: 4, No: 3, 2001, s. 394.

<sup>38</sup> A.g.m., s. 393-395.

<sup>39</sup> ENGELBERG, Elisabeth ve SJOBERG, Lennart; "Internet Use, Social Skills and Adjustment", **CyberPsychology & Behavior** (iç.), Cilt: 7, No: 1, 2004, s. 41-45.

<sup>40</sup> YAO, Z. Mike ve ZHONG, Zhi-jin; "Loneliness, Social Contacts and Internet Addiction: A Cross-Lagged Panel Study", **Computers in Human Behavior** (iç.), 30, 2014, s. 164-167-168.

<sup>41</sup> HARDIE, Elizabeth ve TEE, Y. Ming; "Excessive Internet Use: The Role of Personality, Loneliness and Social Support Networks in Internet Addiction", **Australian Journal of Emerging Technologies and Society** (iç.), Cilt: 5, No: 1, (2007), s. 34-44.

nelik internet kullanımında sosyal entegrasyonda düşüş gözlenirken; faydalı hizmete, bilgiye erişim amacıyla internet kullanımının sosyal entegrasyonu arttırdığı sonucuna varılmıştır.<sup>42</sup> Farklı bir çalışmada, demografik özellikler ile internetin yalnızlaştırma düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir. 1998’de Kraut ve arkadaşları tarafından yapılan çalışmanın sonuçlarına göre gelir, cinsiyet ve ırk üzerinden internet kullanımının yalnızlığa yol açma etkileri farklı düzeyde gerçekleşmektedir. Bu çalışmaya göre, zengin olan hanelerin yoksul hanelere, erkeklerin kadınlara ve azınlıkların da beyazlara göre yalnızlığı internet kullanımıyla birlikte daha fazla artmıştır.<sup>43</sup> Yalnızlık deneyiminde yaş ve cinsiyetin etkisi üzerine yapılan bir çalışmanın sonucunda yaşam döngüsü içerisinde yalnızlığın farklı şekillerde deneyimlendiği sonucuna varılmıştır.<sup>44</sup> Yalnızlık deneyiminin ayrılmaz bir parçası olan boşluk hissi, çaresizlik, umutsuzluk, üzüntü, duygusal kargaşa ve acıyı etkileyen duygusal sıkıntı ölçeğinin sonuçlarına göre en yüksek puanı genç yetişkinler; en düşük puanı ise yaşlılar almıştır. Yaşlılar bu anlamda yalnızlığı daha az deneyimlemişler ve onunla başa çıkmakta farklı şekilde hareket etmişlerdir.<sup>45</sup> Tüm bunlardan hareketle şöyle bir sonuca varılabilir. Yalnızlığın her bireyi etkileme düzeyi farklıdır. Dijital dünyada yer alış şekli, internetten yararlanma şekillerinin dijital yalnızlığı farklı şekillerde etkilediği söylenebilir. Dijital dünyada daha fazla yer aldıkça daha çok yalnızlaşırız. O halde, dijitalleşme ve yalnızlık arasında pozitif bir korelasyon olduğu net bir şekilde söylenebilir. Aynı şekilde, Caplan, 2003’te yaptığı çalışmada yalnız insanların sosyal etkileşim için online ortamı tercih etmelerinin sorunlu internet kullanımına yol açabileceği sonucuna varmıştır.<sup>46</sup> Farklı bir çalışmada, yalnız olan bireylerin diğer bireylere göre duygusal destek için online ortamda arkadaş bulma ihtimallerinin daha fazla olduğu ve bu durumun onların gerçek hayatta sosyalleşmelerinde sorun yaratma ihtimalinin de daha fazla olduğu

<sup>42</sup> WEISER, B. Eric; “The Functions of Internet Use and Their Social and Psychological Consequences” **Cyberpsychology and Behavior** (iç.), Cilt: 4, No: 6, 2001, s. 723-738-739.

<sup>43</sup> KRAUT, PATTERSON, LUNDMARK, KIESLER, MUKOPADHYAY, et al., “Internet Paradox: A Social Technology that Reduces Social Involvement and Psychological Well-Being?”, s. 1025-1027.

<sup>44</sup> ROKACH, Ami; “Loneliness and Life: From Beginning to End”. (Ed.Sarah J. Bevinn), **Psychology Of Loneliness**, Nova Science Publishers, Inc., New York, 2011, s. 69-77.

<sup>45</sup> A.g.m., s. 78-82.

<sup>46</sup> CAPLAN, E. Scott; “Preference For Online Social Interaction: A Theory of Problematic Internet Use and Psychosocial Well-Being”, **Communication Research** (iç.), Cilt: 30, No: 6, 2003, s. 625-638.

sonucuna varılmıştır.<sup>47</sup> Dijital dünyanın içerisinde sosyal etkileşim adına daha fazla yer almak insanların ihtiyaç duyduğu karşılıklı o sıcaklığı, samimiyeti vermemektedir. Bireyin bir ekranın karşısına geçip yalnızlık sorununa çare araması onu kısır bir döngüye sokmakta, yalnızlığını daha da artırmaktadır. Yalnızlığın yansımalarını vloggerlarda da görebiliriz. Vloglar üzerinden yalnızlık paylaşımları yapılmaktadır. Vloggerların anlatılarında vurgulanan nokta hayattaki bir şeyin çoğunlukla birinin eksik olmasından ötürü yalnız oldukları üzerinedir.<sup>48</sup> Bu anlamda, yalnızlık bir eksiklik hali olarak düşünülebilir. Yalnız insanların bu tarz platformlarda yer alarak kısır bir döngüye girdikleri, içsel anlamda tatmin olamadıkları, o boşluğu dolduramadıkları ortadadır. Yalnızlığı yaşama şeklimizin bile değiştiği açıktır. Dijital dünya öncesinde yalnızlığı içimizde yaşarken, teknolojilerin gelişmesiyle yalnızlığın boyut değiştirip dijital yalnızlığa dönüştüğü bu süreçte yalnızlığın da içinin boşaldığı görülür. Yalnız olan ya da kendini yalnız hisseden insanlar kendisi gibi deneyime sahip olanları izleme yoluyla yalnızlıklarından kurtulacaklarını sanmaktadırlar. Ancak, böyle bir yolun izlenmesi onların sorunlarını çözememektedir.

## SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu çalışma, yalnızlığın yeni hali olan dijital yalnızlık sorununu ele almıştır. Çalışma, toplum için bir tehdit unsuru haline gelen, çoğunlukla psikolojik olarak tartışılan yalnızlık sorununu dijital platformlar üzerinden sosyolojik meselelerden yola çıkarak ele almasından ötürü literatüre önemli bir katkı sağlamıştır. Toplumla karşılıklı etkileşim içerisinde olan bireyin sağlıklı olması toplumun sağlığı açısından önemlidir. Bu anlamda, dijital yalnızlık sorunuyla karşılaşmamak için bireylerin bilinçli şekilde hareket edip zaman kısıtlaması içerisinde dijital dünyada yer alması, interneti faydalı bir şekilde kullanması, sosyal ihtiyacını zorunlu olmadığı hallerde gerçek dünyadan sağlaması önerilir. Bunun önü alınmazsa dijital yalnızlık sorununun şiddetle ilerleyeceği göz ardı edilmemelidir. Çalışmanın ileriki çalışmalara kaynaklık edeceği, bu anlamda toplumumuzun karşı karşıya kaldığı dijital yalnızlık sorununun mukavemetle üstesinden gelineceği umulmaktadır.

<sup>47</sup> MORAHAN-MARTIN, Janet ve SCHUMACHER, Phyllis; "Loneliness and Social Uses of the Internet" **Computers in Human Behavior** (iç.), 19, 2003, s. 659-669.

<sup>48</sup> LASMANE, Skaidrite ve ANTONOVA, Kristine; "Communication of Loneliness Emotions in the Online Vlogs and Their Moral Value", **Emotions and Loneliness in A Networked Society** (iç.), Editör: Bianca Fox, Palgrave Macmillan, Cham, 2019, s. 82.

## KAYNAKÇA

- AMICHAİ-HAMBURGER, Yair, WAINAPEL, Galit ve FOX, Shaul; "On the Internet No One Knows I'm an Introvert: Extroversion, Neuroticism, and Internet Interaction", **CyberPsychology & Behavior** (iç.), Cilt: 5, No: 2, 2002, s. 125-128.
- AMICHAİ-HAMBURGER, Yair ve SCHNEIDER, H. Barry; "Loneliness and Internet Use", **The Handbook of Solitude: Psychological Perspectives on Social Isolation, Social Withdrawal, and Being Alone** (iç.), Editör: Robert J. Coplan ve Julie C. Bowker, Wiley-Blackwell, 2014, s. 317-334.
- BARGH, A. John ve MCKENNA, Y.A. Katelyn; "The Internet and Social Life", **Annual Review of Psychology** (iç.), 55, 2004, s. 573-590.
- BAUMAN, Zygmunt; **Küreselleşme-Toplumsal Sonuçları**, Çeviren: Abdullah Yılmaz, Ayrıntı Yayınları, İstanbul, 2010.
- BAYM, K. Nancy; **Personal Connections in the Digital Age**, Polity Press, Cambridge, 2010.
- CAPLAN, E. Scott; "Preference For Online Social Interaction: A Theory of Problematic Internet Use and Psychosocial Well-Being", **Communication Research** (iç.), Cilt: 30, No: 6, 2003, s. 625-648 .
- CHAYKO, Mary; "Techno-social Life: The Internet, Digital Technology, and Social Connectedness", **Sociology Compass** (iç.), Cilt: 8, No: 7, 2014, s. 976-991.
- DUMN, Thomas; **Loneliness As A Way Of Life**, Harvard University Press, Cambridge, Massachusetts, London, 2008.
- DURKHEIM, Emile; **The Division of Labour in Society**, Macmillan, London, 1984.
- ENGELBERG, Elisabeth ve SJOBERG, Lennart; "Internet Use, Social Skills and Adjustment", **CyberPsychology & Behavior** (iç.), Cilt: 7, No: 1, 2004, s. 41-47.
- ERDOĞAN, Mustafa; "Liberalizme Yeniden Bakış: Tarihi ve Felsefi Temelleri," <http://www.liberal.org.tr/uploads/yuklemeler/Liberalizme-Yeniden-Bak%C4%B1s-Tarihi-ve-Felsefi-Temelleri-Mustafa-Erdogan.pdf> (Erişim Tarihi: 5.07.2020)
- FOUCAULT, Michel; **Biyopolitikanın Doğuşu**, Çeviren: Alican Tayla, İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları, İstanbul, 2015.
- GORODNICHENKO, Yuriy ve ROLAND, Gerard; "Understanding the Individualism-Collectivism Cleavage and its Effects: Lessons from Cultural Psychology", **Institutions and Comparative Economic Development** (iç.), Editör: Masahiko Aoki, Timur Kuran ve Gérard Roland, Palgrave Macmillan, London, 2012, s. 213-236.
- HARDIE, Elizabeth ve TEE, Y. Ming; "Excessive Internet Use: The Role of Personality, Loneliness and Social Support Networks in Internet Addiction", **Australian Journal of Emerging Technologies and Society** (iç.), Cilt: 5, No: 1, 2007, s. 34-47.
- HOFSTEDE, Geert; **Culture's Consequences: Comparing Values, Behaviors, Institutions, and Organizations Across Nations**. (2'nd. Ed.), Sage Publications, 2001.
- JUNG, G. Carl; **Memories, Dreams, Reflections**, Vintage, New York, 1989.
- KILLEEN, Colin; "Loneliness: An Epidemic in Modern Society", **Journal of Advanced Nursing** (iç.), Cilt: 28, No: 4, 1998, s. 762-770.
- KLUCKHOHN, Florence ve STRODTBECK, Fred; **Variations in Value Orientations**, Row, Peterson, Evanston, III, 1961.

- KRAUT, Robert, PATTERSON, Michael, LUNDMARK, Vicki, KIESLER, Sara, MUKOPADHYAY, Tridas, et al.; "Internet Paradox: A Social Technology that Reduces Social Involvement and Psychological Well-Being?" **American Psychologist** (iç.), Cilt: 53, No: 9, 1998, s. 1017-1031.
- LASMANE, Skaidrīte ve ANTONOVA, Kristīne; "Communication of Loneliness Emotions in the Online Vlogs and Their Moral Value", **Emotions and Loneliness in A Networked Society** (iç.), Editör: Bianca Fox, Palgrave Macmillan, Cham, 2019, s. 69-86.
- LAWSON, Clive; **Technology and Isolation**, Cambridge University Press, Cambridge, 2017.
- MASLOW, H. Abraham; **Motivation and Personality**, Harper & Row, New York, 1970.
- MISES, L. Von; **Liberalism: The Classical Tradition**, Editor: Bettina Bien Greaves, Liberty Fund, Indianapolis, 2005.
- MOODY, J. Eric; "Internet Use and Its Relationship to Loneliness", **CyberPsychology & Behavior** (iç.), Cilt: 4, No: 3, 2001, s. 393-401.
- MORAHAN-MARTIN, Janet ve SCHUMACHER, Phyllis; "Loneliness and Social Uses of the Internet", **Computers in Human Behavior** (iç.), 19, 2003, s. 659-671.
- ROKACH, Ami; "Loneliness and Life: From Beginning to End", **Psychology Of Loneliness** (iç.), Editör: Sarah J. Bevinn, Nova Science Publishers, Inc., New York, 2011, s. 69-88.
- SEZER, Baykan; "Tarihte Doğu-Batı Çatışması Ders Notları." **Sosyoloji Yıllığı 12 Tarihte Doğu-Batı Çatışması** (iç.), Editör: Ertan Eğribel ve Ufuk Özcan, Doğu Kitabevi, İstanbul, 2017, s. 59-132.
- SMITH, E. Duane; "The Implications of the Individualism/Communitarian Debate for Civic Education: Observations and Prejudices", *International Conference on Individualism and Community in a Democratic Society*. Washington D. C., ERIC, 1996.
- STIVERS, Richard; **Shades of Loneliness: Pathologies of a Technological Society**, Rowman & Littlefield Publishers, Inc, Lanham, 2004.
- ŞİMŞEK, M. Emin; Moderniteden Postmoderniteye Uzanan Bir Köprü: Zygmunt Bauman. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum, 2014.
- TONNIES, Ferdinand; **Community and Civil Society**, Çeviren: Jose Harris ve Margaret Hollis, Cambridge University Press, Cambridge, 2001.
- TRIANDIS, C. Harry; **Individualism and Collectivism**. Routledge, New York, London, 2018.
- TROMPENAARS, Fons; **Riding the Waves of Culture**, Nicholas Brealey Publishing, London, 1997.
- ÜSKÜL-ENGİN, Z. Özlem; "Yüzyılımızın Postmodern Bireyi ve Baudrillard'ın Birey Anlayışı." İstanbul Üniversitesi Hukuk Fakültesi Mecmuası (iç.), Cilt: 63, Sayı: 1-2, 2005, s. 139-167.
- WEISER, B. Eric; "The Functions of Internet Use and Their Social and Psychological Consequences" **CyberPsychology and Behavior** (iç.), Cilt: 4, No: 6, 2001, s. 723-743.
- YAO, Z. Mike ve ZHONG, Zhi-jin; "Loneliness, Social Contacts and Internet Addiction: A Cross-Lagged Panel Study", **Computers in Human Behavior** (iç.), 30, 2014, s. 164-170.