



TOPLUMSAL DÖNÜŞÜM: DUYGULAR, DİJİTALLEŞME VE GÖRÜNÜRLÜK ÜZERİNE

Toplumsal değişim, yalnızca devrimlerle, politik kararlarla ya da ekonomik düzenlemelerle gerçekleşen bir olgu değildir. Dönüşüm, bireyin iç dünyasında da iz bırakır: ne hissettiği, neyi gizlediği, neyle övündüğü ve neye bağımlı hâle geldiği, toplumsal yapının değişimle nasıl iç içe geçtiğini gösteren duygusal göstergelerdir.

Süreyya KİTAPÇIOĞLU

Sosyal bilimlerin giderek daha fazla fark ettiği gibi, tarih ve toplum yalnızca rakamlarla, yasalarla ya da ideolojilerle değil; duygularla, arzularla ve mahcubiyetlerle de şekillenir. Psikolojinin ve sosyolojinin kesişim alanında yükselen bu bakış, özellikle dijitalleşmenin getirdiği hızlı kültürel değişimi anlamada kritik bir çerçeve sunmaktadır.

1980'ler Türkiye'si, askeri darbe sonrasında uygulanan neoliberal politikalarla yalnızca ekonomik yapısını değil, kültürel kodlarını da radikal biçimde değiştirdi. Bu dönüşümün izlerini duygular üzerinden süren nadir çalışmalardan biri olan Merve Betül Üçer'in Orta Sınıfın Utancı (2023) adlı eseri, orta sınıfın kimlik inşasında "utanma duygusu"nun geçirdiği dönüşümü çarpıcı biçimde analiz etmektedir. Üçer'e göre, artık birey yalnızca neye sahip olduğu üzerinden değil, "neyi tükettiği, nasıl görüldüğü ve neyi arzuladığı" üzerinden tanımlanmaktadır. Bu dönüşüm, utancı da yeniden kodlamıştır: yoksulluktan ya da norm dışılıktan değil, "görünürlüğün

1 Süreyya Kitapçioğlu, Klinik Psikolog.

yeterince sağlanamamasından" kaynaklanan bir mahcubiyet doğmuştur.

Bu görünürlük baskısı, zamanla dijitalleşmenin sunduğu sınırsız teşhir alanlarıyla birleştiğinde, bireyleri yalnızca sosyal değil, psikolojik bir yükün altına da sokmuştur. Sosyal medya platformlarında sürekli güncellenen kimlikler, başarı öyküleri, estetik formlar ve "dijital benlik sunumu", bireylerde kronik bir yetememe duygusu ve yetersizlik hissi yaratmaktadır (Andreassen ve ark., 2017). Bu duygular ise, yalnızca bireysel ruh sağlığını değil; toplumsal ilişkileri, özgüven algısını ve ahlaki değerleri de dönüştürmektedir.

Psikoloji alanında yapılan çalışmalar, bireyin dijital ortamlarda geçirdiği zamanın yalnızca bir alışkanlık değil, giderek bir "bağımlılık" örüntüsüne dönüştüğünü göstermektedir. Özellikle ergenlik ve genç yetişkinlik dönemlerinde sosyal medya kullanımı, bireyin benlik algısıyla doğrudan ilişkili hâle gelmektedir. Bu noktada "utanma" gibi duygular, bireyin dijital ortamda "beğeni, paylaşım ve takipçi sayısı" gibi sayısal geri bildirimler-



le şekillenmeye başlar. Giderek bireyin değeri içsel kıstaslarla değil; dijital platformlardaki karşılığıyla ölçülür.

Bu durumun psikolojik sonuçları sadece anksiyete, depresyon ya da özgüven eksikliğiyle sınırlı değildir. Aynı zamanda toplumsal değerlerin içini boşaltan, anlamın yerine imajı, deneyimin yerine tüketimi koyan bir kültürel boşluk da üretmektedir (Turkle, 2011). Üçer'in geçmişte gözlemlediği "utancın dönüşümü", bugün dijital ortamda "görülmemeye tahammülsüzlük" olarak karşımıza çıkmaktadır.

Sosyologlar bu süreci "duygu rejimi değişimi" olarak adlandırmaktadır (Illouz, 2007). İçselleştirilmiş ahlaki kodların yerine, dışsal onay sistemlerinin geçtiği bu yeni dönemde, toplumsal olanın ölçütü sayılarla, algoritmalarla, imajlarla belirlenmektedir. Dijitalleşme, bireyleri yalnızca bilgiye değil; duygulara da algoritmik biçimde erişmeye zorlayan bir araca dönüşmüştür. Duygular artık doğal akışın değil; dijital ekonominin yönlendirdiği, manipüle edilebilen içeriklerin ürünüdür.

Bu noktada toplumsal dönüşümü anlamak isteyen her araştırmacı için bir soru belirir: Değişim yalnızca sistem düzeyinde mi yaşanıyor, yoksa bireyin içine de kazınıyor mu? Bugünün bağımlılıkları, kaygıları, mahremiyet krizleri ve utanç biçimleri, 1980'lerde temeli atılmış kültürel kırılmaların dijital çağdaki yankısı olabilir mi?

Kaynakça

- Üçer, M. B. (2023). Orta Sınıfın Utancı: Duygular Sosyolojisi Penceresinden 80'lerde Türkiye. Ketebe Yayınları.
- Andreassen, C. S., Pallesen, S., & Griffiths, M. D. (2017). The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem: Findings from a large national survey. *Addictive Behaviors*, 64, 287–293.
- Illouz, E. (2007). *Cold Intimacies: The Making of Emotional Capitalism*. Polity Press.
- Turkle, S. (2011). *Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other*. Basic Books.