

LÜLEBURGAZ ANADOLU LİSESİ
DİJİTAL DÜNYA VE GENÇLİK ÇALIŞTAYI
MEDYA VE İLETİŞİM KOMİTESİ
ÇALIŞMA REHBERİ



İÇİNDEKİLER

- 1.İçindekiler**
- 2. Moderatörlerden Mesaj**
- 3. Komite İle İlgili Temel Kavramlar**
- 4. Ana Problemler ve Kategorileri**
- 5. Derinlemesine Analiz (Sorunun Kaynakları)**
- 6. Tartışılacak Ana Konular**

2. MODERATÖRLERDEN MESAJ

Sayın katılımcılar;

Medya ve İletişim Komitemize hepiniz hoşgeldiniz. Lüleburgaz Anadolu Lisesi olarak düzenlediğimiz çalıştayımızda sizleri görmekten büyük mutluluk duyuyoruz. Hepimizin iç içe olduğu Sosyal Medya ve İletişim konularında sorunlarımıza çözümler arayacak ve sizin de katılımınızla güzel işler başaracağız. Komiteler arasında en eğleneceğiniz komite olucağımıza inanıyoruz. Tabiki eğlenmenin yanı sıra bir o kadar da yaratıcı ve faydalı fikirler üreteceğiz. Oturum boyunca aktif katılım göstermenizi, fikirlerinizi özgürce paylaşmanızı ve arada sıkılırsanız veya uykunuz gelirse bunu çok belli etmemenizi rica ediyoruz:) Sizin önemli fikirlerinizle beraber çok verimli bir çalıştay geçireceğiz.

Hep beraber güzel ve büyük işler başaracağız.

Komite Başkanı: EGE DEHA AVCU

Komite Başkan Yardımcısı: EGEMEN ERKLİ

Komite Yazmanı: İREM VATANSEVER

3. Komite İle İlgili Temel Kavramlar

Dijital Bağımlılık: Dijital bağımlılık medya, oyun veya internet kullanımının kişinin günlük yaşamını, sorumluluklarını ve sosyal ilişkilerini olumsuz etkileyecek düzeye gelmesidir. Dijital bağımlılığı tetikleyen etkenlerden biri sosyal medya algoritmasının beynin ödül sistemini tetiklemesi ve dopamin sistemini bozmasıdır. Bu bağımlılığın karşısında en güçlü çözüm yolları bilinçli kullanım ve zaman zaman dijital detoks yapmaktır. Dijital detoks akıllı telefon, bilgisayar ve sosyal medya gibi dijital cihazlardan belirli bir süre uzak durarak zihinsel, fiziksel ve ruhsal sağlığı destekleme sürecidir.

FOMO (Gelişmeleri Kaçırma Korkusu): Bireylerin başkalarının "en iyi anlarına" maruz kalmasıyla oluşan, çevrimdışı kaldığında dijital dünyadaki hareketli yaşamı kaçırdığına dair yoğun anksiyete yaşamaları durumudur.

Phubbing: Fiziksel olarak aynı ortamda bulunan bireylerden birinin sürekli telefona bakması durumudur. Bu davranış karşı tarafta "mikro-reddedilme" hissi yaratır.

Parasosyal İlişki: Kullanıcıların, takip ettikleri sosyal medya fenomenleri (influencerlar) ile aralarında kurdukları tek taraflı ve sahte bir yakınlık bağıdır.

Stanford Ördek Sendromu: Bireylerin sanal dünyada kusursuz bir görünüm sergilerken, gerçek hayatta dış onay arayışına dayalı derin depresyonlar yaşamalarını ifade eden psikolojik rahatsızlıklardır.

Dijital Kapitalizm: Sadece influencerlar değil tüm sosyal medya ağı içeriklerle ve etkileşimlerle dijital sermayeyi büyütür. Ancak bu konuda influencerların payı daha büyüktür. Influencerlar sosyal medya ağlarında sadece içerik üretmekle kalmaz, bu içerikler sayesinde oluşturdukları kitleye samimi bir yaklaşım geliştirirler. Bu samimiyet, kitleyi tüketime yönlendirerek takipçileri ve kitesini sürekli tüketim döngüsüne teşvik eder.

İlişkilerde İletişim Türleri Sosyal medyanın yaygınlaşmasıyla ilişkiler içerisine yeni kavramlar girmeye başlamıştır.

Bu kavramlar ilişkilerdeki davranışları anlamlandırmaya yardımcı olmuştur.

Bunlardan birkaçı şoyledir:

- Gaslighting

Duygusal manipülasyonun en tehlikeli türlerinden biridir. Kişi, partnerini sürekli olarak "yanlış düşündüğüne", "hassas davrandığına" veya "olayları abarttığına" inandırarak, onun gerçeklik algısını bozar.

-Ghosting

İlişkide ani ve açıklamasız bir şekilde ortadan kaybolma durumudur.

Bu kişi, hiçbir açıklama yapmadan tüm iletişimi keser ve partnerini büyük bir belirsizlik içinde bırakır.

-Breadcrumbing (Ekmek Kırıntısı)

Bir kişinin, gerçek bir ilişki niyeti olmadan karşısındakine küçük umutlar vererek oyalamasıdır. Kimi zaman "tatlı mesajlar", kimi zaman arada bir atılan beğeniler, karşı tarafa bir ilgi varmış hissi yaratır.

Incel

"Incel" (istemsiz bekâr), romantik/cinsel partner bulamadıkları için kadınlara ve topluma karşı öfke, düşmanlık ve nefret besleyen erkeklerin oluşturduğu çevrimiçi bir alt kültürdür. Genellikle fiziksel görünüm odaklı bir hiyerarşiye inanan bu grup, kadınları suçlayan radikal bir ideolojiyi savunur ve şiddet vakalarıyla ilişkilendirilir.

Doomscrolling

Son yıllarda literatüre giren bu kavram, kişinin moralini bozacağını bile bile sosyal medyada kötü, kaygı verici veya felaket haberlerini takıntılı bir şekilde kaydırmaya devam etmesi durumudur.

Dijital Okuryazarlık

Yalnızca bir bilgisayar veya akıllı telefonu kullanabilmek değil; dijital ortamlardaki bilgiyi bulma, anlama, analiz etme, üretme ve etik kurallar çerçevesinde paylaşma yetkinliğidir.

Günümüzde bu kavram, okuma-yazma bilmek kadar temel bir hayatta kalma becerisi haline gelmiştir.

4. Ana Problemler

Dijital Detoks : İnsan beyni; derin ve emek isteyen sosyal bağlar yerine basit dopamin alabileceği hızlı ve ucuz dopaminin esiri olmuştur. Bu durum bireyin sabrını, odağını ve sosyal becerilerini köreltmıştır. Bu becerilerin körelmesinden dolayı insanlar yeni bağlar ve güçlü iletişim kuramaz hale gelmiş; zihinler ekranların hipnotik döngüsünde hapsolmuştur. İşte tam bu noktada, modern insanın zihinsel bir nefes alanı açabilmesi için dijital detoks hayati bir ihtiyaç haline gelmiştir; teknolojinin gürültüsünü geçici olarak susturmak, körelen bu becerileri yeniden canlandırmanın ve gerçek dünyaya yeniden bağlanmanın tek yoludur. Zira bu bilinçli kopuş gerçekleşmediği sürece, birey sahte etkileşimlerin konforunda asıl insani derinliğini kaybetmeye devam edecektir.

İletişimsel Kırılmalar: Dijital ortamlarda iletişim hız odaklı hale gelmiş, kısaltmalar ve yabancı kelime kullanımı yaygınlaşmıştır. Emojiler duygusal aktarımı desteklese de yazım kurallarının ihlali dilin yapısal olarak bozulması riskini taşımaktadır.

Radikalleşme ve Toplumsal Öfke (Incel Kültürü): Dijital dünyada aktif olan bireyler hissettikleri olumsuz duyguları sosyal medyada yansıtmaya meyillilerdir. Bu kullanıcılar durumları sosyal medyaya yansıtıkça algoritma aynı türden içerikleri kişinin önüne çıkarır. Bundan dolayı kişiler dünyaya daha depresif ve öfke dolu bir pencereden bakmaya başlar. Bununla beraber sosyal medyada oluşturulmuş birçok radikal topluluk bireyin kendini geliştirmesini engeller ve kişideki öfkeyi artırır.

İnsan İlişkilerinde "Nesneleşme" ve Samimiyet Kaybı:
Phubbing, Ghosting ve Breadcrumbs gibi kavramlar, dijitalleşmenin insan ilişkilerini ne kadar "yüzeysel" hale getirdiğini gösteriyor ve bu davranışlar bir insanın diğerinden kolayca vazgeçebilmesine, iletişim kurması için uğraş göstermemesine yol açıyor. Yani teknoloji iletişimi kolaylaştırmasına rağmen insan ilişkilerini basitleştiriyor ve insanların birbirine sadece bir profil olarak bakabilmesine yol açıyor.



5. Derinlemesine Analiz (Sorunun Kaynakları)

Sosyal medya algoritması

Sosyal medya algoritmaları bireyleri mutlu etmek amacıyla değil, kişiyi platform içinde tutmak için özel olarak tasarlanmıştır. Algoritma insan beynindeki ödül mekanizmasını sürekli tetikler ve tüketicinin dikkatini içeride tutmayı hedefler. Bununla beraber algoritmalar rasyonel düşünmeyi devreden çıkarıp bireyleri sürekli bir içerik tüketimine teşvik eder.

Yukarı Doğru Sosyal Karşılaştırma ve Mükemmeliyetçilik

Sürekli olarak kusursuz bedenlerin, lüks hayatların ve idealize edilmiş profillerin sergilendiği bir ekosistem, kullanıcılarda kronik bir yetersizlik hissi yaratmaktadır. Bireyler, gerçek hayattaki eksikliklerini sanal vitrinleriyle kapatmaya çabalarken, depresyon ve beden dismorfik bozukluğu gibi ciddi travmalar ortaya çıkmaktadır.

Denetimsizlik ve Gözetim Panayırı

Modern toplumda mahremiyetin gönüllü olarak ortadan kalktığı bir gözetim toplumu oluşmuştur. Bu kontrolsüz ortam, "İncel" (istemsiz bekarlar) altkültürü gibi kadın düşmanlığı üzerinden şiddeti öven radikal ağların genç erkekleri kışkırtmasına zemin hazırlamaktadır.

6. Tartışılacak Ana Konular

1. Yankı fanusları içine hapsolan tüketicileri, parasosyal ilişkilerin yarattığı manipülatif dürtüsel satın alma baskısından korumak için ne tür "Dijital Okuryazarlık" politikaları geliştirilebilir?

2. Adli süreçlerin ve masumiyet karinesinin, sosyal medya algoritmalarının kışkırttığı "linç kültürü" karşısında korunması için yasal düzenlemeler nasıl güncellenmelidir?

3. Özellikle gençlerde "FoMO" sendromu ve beden algısı sorunlarına yol açabilen filtrelenmiş ve manipüle edilmiş sosyal medya içeriklerinin olumsuz etkilerini azaltmak amacıyla hangi yasal, eğitsel ve teknolojik önlemler alınmalıdır?

4. Ücretsiz olarak kullandığımız iletişim araçlarının bizi sürekli dinlemesi ve profillemesi karşılığında "dijital köleliğe" mi sürükleniyoruz? Kullanıcı verilerinin ticari bir meta olmaktan çıkarılması için nasıl bir küresel veri mülkiyeti modeli geliştirilebilir?

5. Sürekli olumsuz haber ve içerik akışına neden olan "doomscrolling" kültürünün yaygınlaşmasını azaltmak amacıyla sosyal medya platformları ve medya kuruluşları nasıl bir içerik ve iletişim politikası benimsemelidir?

