

AYNA AYNA SÖYLE BANA

Pamuk prensesin üvey annesi ilk defa aynaya bu soruyu sorduğunda ne düşünmüştü acaba, gün gelip herkesin elindeki telefonun kamerasına bakıp güzel miyim gerçekten diye soracağını hayal bile edemezdi.

İnsanlar sosyal medyada, gerçek hayatta oldukları gibi değil de istedikleri şekilde kendilerini gösteriyorlar. Sanal ortamda vakit geçirip sürekli paylaşım yapmanın altında yatan psikolojik etkenlere baktığımızda bu tür kişilerin gerçek kendilik algısıyla, ideal kendilik algısı arasındaki farkın oldukça fazla olduğunu söyleyebiliriz.

Dolayısıyla kişinin kendisini olduğundan daha iyi haliyle gösterme çabası, kişinin kendini kabulünü zorlaştıran bir etken haline gelmektedir. Böyle bir durumda kişi gerçek kendilik algısından uzaklaşmakta, kimlik karmaşası yaşayabilmektedir. Madde bağımlılıklarında olduğu gibi, kişi sürekli paylaştığı şeylerin kaç beğeni aldığını, kimler tarafından izlendiğini kontrol etme zorunluluğu hissetmeye başlıyor ve bir süre sonra aldığı beğenilerin kendisini tatmin etmediğini hissedip daha fazla beğeni talep etmeye başlıyor. Zaman geçtikçe yaratılan sahte kimliğe kendisi de inanmaya başlıyor. Bu görselleri gören karşı taraf için de durum aynı.

Gördüğü resimler, mekanlar, kıyafetler ve yaşam tarzıyla kendi yaşam tarzını kıyaslamaya içten içe yetersizlik mutsuzluk hissetmeye başlıyor. Sahip olduğu şeyleri değersizleştirip, sahip olmadıklarını yüceltmeye başlıyor.

Sosyal medyayı en çok kullananlara baktığımızda, kimlik gelişimi tamamlanmamış, beğeni ve sosyal kabul kaygısı çok olan gençleri ve sağlıklı bir sosyal hayatı olmayan, kendine yaşam amacı belirleyememiş yetişkinlerin olduğunu görmek pek şaşırtıcı değil.

Acaba beğeni butonunu kaldırsak ne olur diye bir soru takılıyor aklıma, beğeni sayılarının gizlenmesi, kullanıcıların sürü psikolojisine kapılarak sadece binlerce beğeni alan içerikleri beğenmesinin önüne geçerken platformu da içerik odaklı bir yapıya dönüştürebilir mi? Aynı şekilde kullanıcıların kendilerini arkadaşlarıyla, sosyal medya fenomenleri ya da bir ünlüyle karşılaştırmasını da engelleyebilir mi? Neden olmasın.

ŞÜKRAN KOCADAŞ