Siber Toplumlar ve Siber Hayatlar: Dissosiyojen Bir Ajan Olarak Dijital İletişim Ağları

Cyber Societies and Cyber Lives: Digital Communication Networks as a Dissociogenic Agent

Erdinç ÖZTÜRK[a]

[a]İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Adli Tıp ve Adli Bilimler Enstitüsü, Sosyal Bilimler ABD, İstanbul, TÜRKİYE

Yazışma Adresi/*Correspondence:*
Erdinç ÖZTÜRK
İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Adli Tıp ve Adli Bilimler Enstitüsü, Sosyal Bilimler ABD, İstanbul, TÜRKİYE
erdincerdinc@hotmail.com

ÖZET Bireysel travmalar kadar toplumsal şiddet olayları, terörizm, ülkelerarası savaşlar ve iç savaşlar da hem bireyleri hem de toplumları dissosiye ederek ruh sağlıkları üzerinde hem uzun süreli hem de onarılamaz etkiler bırakabilmektedir. Ayrıca nonempatik ve şiddet yönelimli çocuk yetiştirme stilleri ile büyütülen çocuklar ile Öztürk'ün bir disfonksiyonel aile olarak tanımladığı "dijital aile modeli" içerisinde yetiştirilen çocuklarda, ergenlerde hatta yetişkinlerde dissosiyatif yaşantılar oldukça sık bir şekilde görülmektedir. Bu eksende dijital iletişim ağları ya da teknoloji araçlı iletişimler, günümüz toplumunda bireylerin hem psikolojik hem de sosyolojik ve politik boyutlarda oldukça önemli psikososyopolitik dönüşümlerine ve gelişimlerine neden olmakta ve yakın geçmişteki bireylere oranla oldukça farklılaşan yeni insan profillerini ortaya çıkararak dissosiyasyonu özellikle klinik dissosiyasyon ile aktüel hayatın dissosiyasyonu arasında bir köprü kuran ve geçiş sağlayan siber dissosiyasyonu hem normlaştırmakta hem de normalleştirmektedir. Bu çalışmada siber toplumlar ve siber hayatlarda dissosiyojen bir ajan olarak dijital iletişim ağları, teorik ve klinik bir yaklaşımla ele alınarak mutlak gerçekliğin siber gerçekliğe transformasyonu, siber dissosiyasyon, toplumsal dissosiyasyon, assosiyatif dissosiyasyon, siber travma, siber dissosiyasyonun temel belirtileri, dijital popülerlik, dijital ikon, dijital görünürlük, siber kaos ve siber kontrol kavramları ele alınacaktır. Bu kavramların çoğu Öztürk tarafından tanımlanmış olup bazı kavramlar hermönitik bir yaklaşımla değerlendirilmiştir. Ayrıca bu çalışmada dijital çağda aile, ebeveynlik dinamikleri ve "sharenting" (paylaşananababalık) olguları tartışılacaktır.

Anahtar Kelimeler: Siber toplum; assosiyatif dissosiyasyon; siber travma; dijial aile modeli; siber dissosiyasyon; toplumsal dissosiyasyon; siber alter kişilik

ABSTRACT Incidents of social violence, terrorism, transnational wars and civil wars as well as individual traumas dissociate both individuals and societies, causing long-lasting and irrecoverable effects on mental health. In addition, dissociative experiences are common among children raised with non-emphatic and violent-oriented child rearing styles, adolescents and even adults raised within a "digital family model" that was defined by Öztürk as a dysfunctional family type. In this axis, digital communication networks or technology-mediated communications in today's society lead to significant psycho-socio-political transformations and developments among individuals in psychological, sociological and political dimensions; and by triggering the emergence of human profiles that widely differ from individuals of the recent past, they also tend to turn dissociation, especially cyber dissociation which establishes a bridge and enables the transmission between clinical dissociation and the dissociation of actual life, into the norm and the normal. In this study, with digital communication networks as a dissociative agent in cyber societies and cyber lives being reviewed with a theoretical and clinical approach, the notions of the transformation of absolute reality to cyber reality, cyber dissociation, social dissociation, associative dissociation, cyber trauma, basic symptoms of cyber dissociation, digital popularity, digital icon, digital visibility, cyber chaos and cyber control will be reviewed. Most of these concepts have been defined by Öztürk and some of them have been discussed with a hermeneutic approach. In addition to these, the dynamics of families and parenting in the digital age and the concept of "sharenting" will be discussed.

Keywords: Cyber society; associative dissociation; cyber trauma; digital family model; cyber dissociation; communal dissociation; cyber alter personality

KAYNAK GÖSTERMEK İÇİN:
Öztürk E. Siber toplumlar ve siber hayatlar: dissosiyojen bir ajan olarak dijital iletişim ağları. Öztürk E, editör. Siber Psikoloji. 1. Baskı. Ankara: Türkiye Klinikleri; 2020. p.1-13.

Dijital iletişim ağları ya da teknoloji araçlı iletişimler, günümüz toplumunda bireylerin hem psikolojik hem de sosyolojik ve politik boyutlarda oldukça önemli psikososyopolitik dönüşümlerine ve gelişimlerine neden olmakta ve yakın geçmişteki bireylere oranla oldukça farklılaşan yeni insan profillerini ortaya çıkararak dis-

sosiyasyonu özellikle klinik dissosiyasyon ile aktüel hayatın dissosiyasyonu arasında bir köprü kuran ve geçiş sağlayan siber dissosiyasyonu hem normlaştırmakta hem de normalleştirmektedir.[1,2]

Modern toplumların dissosiyasyonu kolaylaştırdığını öne süren çalışmalar mevcut olup hem klinik psikolojide hem de siber psikolojide bu kolaylaştırıcı etkinin temel alındığı bilimsel çalışmalara olan akademik ilgi artarak devam etmektedir.[3-5] Bireysel ve toplumsal bağlamlarda bu etkinin, toplumun aynı zamanda gerçeklik algısının bozulmasına da yol açacak şekilde kitle iletişim araçları tarafından sürekli ilgisiz bilgi akışına maruz kalması ve katı dinî fikirler, geleneksel ritüeller ve postmodern düşünce ve davranış örüntülerinde gözlendiği şekliyle uyaran yoksunluğunun tek yönlü bir düşünce biçimini mümkün kılması olmak üzere en azından iki farklı biçimde gözlenen yoğun uyarılma ve/veya uyarım yoksunluğu aracılığıyla gerçekleştiği düşünülmektedir.[5]

SİBER TOPLUMLAR, BEYİN YIKAMA VE KİMLİK GEÇİŞİ

Uzun süreler boyunca beyin yıkama sürecine maruz kalan bireylerde de dissosiyasyon görülebilmektedir.[6] Bu süreçte uyaran yoksunluğu, kimlik geçişinin dayatılmasından önceki hazırlık aşaması olarak karşımıza çıkar. Beyin yıkamanın ilk evresinde (uyku, beslenme, boşaltım gibi) temel bedensel ihtiyaçları hedef alan uyaranların değişken oranlı aralıklarla sunulması itaatkar ve kolay etkilenebilir bir tablo yaratmak amacıyla kullanılmaktadır. Beyin yıkamanın ikinci evresi, tek yönlü bir düşünce biçiminin kurulması amacıyla dar bir bilgi setini içeren yoğun bir uyaran yağmurunun başlatılması temeline dayanmaktadır. Bu bağlamda, baskı altındaki bireyler ve toplumlar tarafından kullanılan ve insanlara özgü olduğu düşünülen ilave bir savunma olan "kimlik geçişi" öne sürülmekte olup bu kimlik geçişi ile günümüz tüketim toplumundaki bireyler tektipleştirilerek kontrolleri sağlanmaya çalışılmaktadır.[5]

Kanaatimce siber toplumlarda da beyin yıkama ve kimlik geçişi oldukça yoğun olarak kullanılmakta olup, siber bireylerin marka, oyun ve sosyal medya bağımlığı olmak üzere pek çok bağımlığa boyun eğer bir ruhsal yapıya dönüşümleri kolaylaştırılmaktadır. Siber toplumlarda lider özelliklere sahip "lokomotif siber kimlikler" diye tanımladığım kimlikler diğer siber bireyleri kontrolleri altına alarak onları her türlü ürünün tüketicisi konumuna dönüştürmekte ve belirli özellikleri olan kontrol edilebilir siber insan tiplerine kimlik geçişi yapmalarını sağlamaktadırlar. Bu lokomotif siber kimlikler öncelikle; oyuncu, bilim insanı, politikacı, sanatçı olmak üzere pek çok popüler meslek alanlarındaki kişilerden olabilmekte hatta gerçekliği olmayan üretilmiş siber kimlikler de kullanılabilmektedir.

Bireylerin ve toplumların değişim ve dönüşümleri tarih boyunca oldukça yavaş bir seyir izlemiştir. Ancak son dönemlerde bireyler tarafından artan sıklık, şiddet ve sürelerde kullanılmaya devam edilen dijital iletişim ağı bu değişim ve dönüşümü oldukça hızlandırmıştır. Kendine özgü kuralları ve iletişim şekilleri olan siber topluluk ya da toplumların bir üyesi olmak neredeyse her birey için vazgeçilmez ve temel bir öncelik kazanmaya başlamıştır. Dijital iletişim ağları günümüzde her türlü meslek, akademik ve özel yaşamlarımız adına da vazgeçilmez ve temel bir öncelik kazanmaya başlamıştır.[2]

Dijital iletişim ağlarında bir bilgiyi, bir sanatsal ya da akademik fikri veya görseli, ikili ilişkiler ya da toplumsal ilişkiler adına bir düşünceyi, bir duyguyu ya da bir davranışı paylaşmak ve hızlı geri bildirimler alarak yeniden yapılanma motivasyonu içerisindeki her türlü süreci tamamlamaya bir adım daha yaklaşıyor olmak, dijital iletişimlere olan bağlanma ve tutkuyu artırmaktadır. Ancak günümüzde dijital iletişimler çoğu birey için sağlıklı bir şekilde yaşantılanmamakta ve dijital iletişimlerin maladaptif ve disfonksiyonel kullanımları siber travmalara ve siber mağduriyetlere neden olabilmektedir. Normal bireyler, siber bir toplumda fonksiyonlarını sürdüren siber hayatları ile sosyal olarak içerisinde olduğu toplumsal ve aktüel hayatı arasında assosiyatif bağlar kurabilir yani bu iki birbirinden farklı düşünme ve davranış kalıpları olan yaşamı entegre edebilirler. Ancak son derece büyük bir hızla değişim gösteren bu dijital çağa uyum, çoğu birey için oldukça zor hatta imkansızdır. Bu çalışma dijital iletişim ağlarının dissosiyojen bir zeminde disfonksiyonel, maladaptif ve patolojik kullanımı üzerine yapılandırılmıştır. Aynı zamanda hem teorik hem de klinik yönleri olan bu çalışmada dissosiyojen bir ajan olarak dijital iletişim ağlarının siber toplum ve siber hayatlara olan mobil ve kuşatıcı psikososyolojik etkileri ele alınacaktır.[1,2,7]

Bugün bizler artık bir siber toplumun mensupları olup çoğu zaman siber uzamda var oluşumuzu gerçekleştirerek kendileşiyor, siber ağlar üzerinde sosyalleşerek değişiyor ve gelişiyoruz. Sanal topluluklardan sanal toplumlara geçiş son derece büyük hızla olmuş ve artık bireyler sanal toplumların dissosiyojen doğası ile kuşatılarak dual ya da çoklu yaşamlara doğru adeta "zorla", istemi sorgulanmadan ve farkındalığı olmadan itilmişlerdir. Sanaltopluluk terimi ilk kez 1990'lı yıllarda Howard Rheingold'un araştırmalarında kullanılmaya başlanmıştır. Rheingold ilk sanal topluluk ağlarından biri olarak kabul edilen "WELL

(Whole Earth 'Lectronic Link)" hakkında yaptığı çalışmalarda bu terimi, "insanlar kişisel görüşme ağları oluşturmak için yeterince uzun ve karşılıklılık duygusuyla iletişime devam ettiğinde, nettte ortaya çıkan sosyal topluluklar" olarak tanımlamıştır.[8,9] O yıllardan günümüze internetin hızla tüm dünyada yayılması ve mobil devrim sayesinde sözkonusu sanal toplulukların sayısız hale gelmesi günümüzde siber toplum adı verilen yeni bir kavramın sosyal bilimler literatürüne girmesine neden olmuştur. Genel bir ifade ile siber toplum, "internet kullanıcısı bireylerin çeşitli derecelerde anonimlik ve duygusal bağlanma ile karakterize diğer çevrimiçi kullanıcılar ve sosyal ağlarla olan etkileşimi sonucunda doğan bir konsepttir".[10]

Siber toplumda süregelen bireyler ve gruplar arası etkileşim çevrimdışı toplumun geleneksel protokollerinden bağımsız, kendine has dinamiklere sahiptir. Sözgelimi siber sosyal ağlarda kişisel ve kamusal alana dair enformasyon, mahremiyet, gizlilik gibi temalar geçmişte sahip olduğu ontolojik bağlamdan giderek farklılaşmaktadır. Ben Zeev'e göre; siber uzayda mahremiyet ve gizlilik arasındaki örtüşme azalır. Siber uzayın göreceli anonimliği ve serbestiyet ortamı mahremiyet konusundaki hassasiyetimizi etkiler ve böylece özel meselelerimizde gizlilik gerekliliğini çevrimdışı hayata kıyasla daha esnek hale getirir. Ayrıca internetin mobil cihazlar sayesinde zaman ve mekan sınırlaması olmadan adeta bir reality şovdaki gibi bireylerin yaşamının her alanına girmesi, günlük yaşamdaki tüm davranışlarımızın kaydedilebilir ve izlenebilirbir hale gelmesi mahremiyete dair kabul ve algının da başkalaşımına neden olmuştur. Öte yandan siber uzayda bireylerin istedikleri davranışı sergilemek konusunda serbestiyet ve genel ahlaki normlara bağlılığı da çevrimdışı hayata kıyasla daha oldukça farklıdır. Ben Zeev bu farklılığın temelde iki temele dayandığını dile getirmektedir. Birinci temel, insanların siber uzayda çevrimiçi gerçekleştirilen aktiviteyi daha az gerçek olarak algılamasıdır. İkinci temel ise, siber uzaydaki bireylerin (alıcıya da gönderici fark etmeksizin) anonimitesi ahlaki normları ihlal etmeyi kolaylaştırmasıdır.[11-14]

MUTLAK GERÇEKLİĞİN SİBER GERÇEKLİĞE TRANSFORMASYONU: SİBER DİSSOSİYATİF YAŞANTILAR

Bugün, yaşadığımız dijital çağın bir gerekliliği olarak bölünerek uyum sağlamayı ve daha fonksiyonel olabilmeyi öğrenmek durumundayız. Bu bölünerek uyum ise bizi mutlak realiteden uzaklaştırıp çoklu realitelerle kuşatmaya devam etmektedir. Bu kuşatma ise özellikle modern ve siber toplumlarda çoklu kendilikleri ve çoklu hayatları beraberinde getirmektedir.[15]

Dijital iletişim ağları ve sosyal medya uygulamaları adeta içlerine hapsolduğumuz siber toplulukları diğer bir ifadeyle bir siber toplumları ve siber hayatları yaratmıştır ki bugün hepimiz artık birer siber toplumların üyeleri haline gelmiş bulunmaktayız. Siber toplumların aktüel hayata göre farklı gerçeklikleri bulunmaktadır ve bu gerçeklikler çoğu zaman yaşanılan toplumlardaki mutlak gerçekliklerin siber toplumlardaki transformasyonlarıdır. Çoğumuz bu dissosiyojen siber uzamda siber gerçeklerle hem varlanıyor hem de kendileşiyor ve siber iletişim ağlarında değişiyor, gelişiyor ve sosyalleşiyoruz. Dijital iletişimlerin daha çok da sosyal medya uygulamalarının etkisiyle daha önce ifade edildiği üzere insanlık tarihinde yeni evreler ve yeni dönüşümler birbirini izlemektedir. Günümüzün dijital çağında bireyler, siber pikopatolojilerin dissosiyojen doğası zemininde dalgınlık, unutkanlık, öfke patlamaları, dürtü kontrol güçlükleri ve bilinç kesintileri ile karakterize ve aktüel hayat ile siber hayat arasında yarı zamanlı kimlik geçişleri ile mobil ve dual bir psikososyal devinim gösterirler. Bu mobil ve dual psikososyal devinim ise onların siber kimlikleri ile gerçek kimlikleri arasında fobik bir kaçınmaya neden olur ve zamanla bu bireylerde bir "siber dissosiyatif yaşantılar" yaratır.

Siber dissosiyatif yaşantılar, bu dijital çağın narsistik, teşhirci, izleyici, rekabetçi ve merhametsiz doğasında bireylerin ruhsal yapılarını koruyan bir savunma olarak devreye girer ve zamanla siber dissosiyasyona dönüşür. Artık bireylerin bir siber hayatı bir de gerçek hayatı bulunmaktadır. Birey, bağımlı ruhsal yapısıyla siber hayatı ile gerçek hayatı arasında gitgeller yaşamaya başlar. Birey hem çocukluk çağı travmalarının etkisiyle hem de yakın zamanlarda yaşadığı aktüel ve siber travmalarının etkisiyle bu iki yaşamı dissosiye etmeye başlar. Diğer bir ifadeyle birey, siber hayatı ile gerçek hayatını entegre edemez ve bölünür. Artık bireyin tamamiyete erdirmek istediği kendi kimliği ile tek ve özel olan yaşamı, siber kimlik ve gerçek kimlik olarak ikileşir ve birey klinik dissosiyasyonun psikiyatrik tablosu zemininde amnezi, öfke patlamaları, kimlik değişimleri, kendine zarar verme davranışları, biliş kesintileri, anlam ve kontrol kayıpları yaşamaya başlar. Sonuç olarak dijital iletişim ağları ve sosyal medya uygulamaları dissosiyojen bir ajan olarak siber toplum bireylerinde siber dissosiyasyonu yaratmış olur. Artık birey için siber gerçeklik tıpkı bir siber alter kişilik gibi bir sanal simülasyon değildir, gerçekten daha gerçektir ve hatta mutlak gerçeklik artık siber gerçekliğe dönüşmüştür. Diğer bir ifadeyle mutlak gerçeklik ile siber gerçeklik aynılaşmıştır yani siber gerçeklik mutlak gerçekliğin ikizi konumuna gelmiştir.[1,2,7,9,16]

DİJİTAL EKSENLİ YAZILI, SESLİ VE GÖRSEL İLETİŞİMLER ARACILIĞI İLE SİBER KİMLİK

Dijital eksenli yazılı, sesli ve görsel iletişimler ile bunların çevrimiçi olarak gerçekleşen tüm versiyonları, klasik olarak iki insan ya da insan toplulukları arasında yüz yüze gerçekleştirilen olağan iletişim yöntemlerini küçümsenemeyecek bir oranda daraltarak insanların kendi aralarındaki düşünce, duygu, davranış ve bilgi alışverişinin sürekliliğini bu dijital ve mobil yöntemle sağlamayı tercih eden bir konuma doğru itmeye devam etmektedir. Sosyal medya araçlarının ve internetin yoğun kullanımı sonrasında bireylerin büyük bir kısmı siber kimlik kullanmaya başlamışlardır.[2,17]

Siber kimlik kullanımı aynı zamanda bireylerin kendi asıl kimlikleri adına bir gözlem yapabilme, kendisini analiz edebilme ve kendi kendisini fark edebilme konusunda bir imkan sağlar. Birey bu süreçler sonrasında değişebilir, gelişebilir ve daha da önemlisi farklılaşarak oldukça "başka" biri haline gelebilir. Bu farklılaşma ya da başkalaşma gelişim yönünde olabileceği gibi kendi kendisini sabote eden self sabotatif bir doğada da olabilmektedir. Siber kimlik kullanımı özellikle bireyin kendisine uzaktan, bir başka kişinin gözünden ya da bir başka bakış açısından bakmasını sağlar. Eğer bu kişinin aktüel yaşamında görünürlüğü ve popülaritesi kendince yeterli ölçüde ise siber kimliği genellikle gerçek kimliği ile identiktir.[2,9]

Ancak gerçek kimliği ile siber kimliği aynı olan kişilere günümüzde daha az rastlanır olmuştur. Siber kimlikler, çok sayıdaki farklı amaçlar ya da farklı kaygılarla insanların büyük oranda kendi asıl kimliklerini gizlemek amacıyla dijital iletişimde kullandıkları kendi ürünleri olan "yapay" ve "kısmi zamanlı" kimlikleridir. Artık insanlar dijital iletişimlerinde bu siber kimlikleri sayesinde kendilerini genellikle farklı bir yaşta, farklı bir sosyoekonomik seviyede, farklı bir cinsiyette, farklı bir medeni halde, farklı bir politik görüşte, farklı bir inançta ya da bütünüyle farklı bir kimlikte tanıtarak diğer insanlarla iletişim kurmaya devam etmektedirler.[1,9,18]

GÖSTERGE DİLBİLİMDEN PSİKODİLBİLİME DİJİTAL İLETİŞİMLERDEKİ ANLAM

Giderek daha da sanallaşan ve dijitalleşen bu dünyanın kendine özgü araçları, dilleri ve tarzları oluşmaktadır. Bir diğer ifadeyle siber uzam, gelişmiş bir teknoloji ürünü olmanın ötesinde kendine özgü kuralları, dilleri, alışkanlıkları, haritaları olan bilişsel ve sosyal bir uzam olarak karşımıza çıkmaktadır. Dijital iletişimde görsel iletişimin çok eksenli tasarım ve görüntüleri yoğun bir şekilde kullanılması bu iletişimde görsellerin adeta cümleleri kuşatmasına neden olmuştur. Dijital ve görsel iletişimi anlayabilmek demek, dijital dilin psikolojisini bilmek demektir. Dijital ve görsel iletişimde çoğu zaman görsel şekiller ile de kuvvetlendirilen cümleler içerindeki işaretler semboller ve metaforlar oldukça önemlidir. İkili ya da açık oturum doğalı çoklu çevrimiçi iletişimlerde bir işaretin, bir sembolün ya da bir metaforun bir düşünce veya bir duygu ile bağlantısı iletişimde var olan bireylerin bilinçli ya da yarı bilinçli bir şekilde sahip olduğu, tecrübe ettiği ya da öğrendiği dil ve beyin arasındaki ilişkileri inceleyen nöro/kognitif ve psikodilbilimin kuramları ile oldukça ilişkilidir ve kuramlar olmadan etkin bir şekilde izah edilemez. Genel olarak insan dilinin dışında yazı, müzik, resim ve şekil gibi biçimsel ve imgesel formlarda gösterge bilimin ve psikodilbilimin uygulama ve kuramlarından yararlanılır. Gösterge temel olarak bir uyarıcıdır yani duyusal bir tözdür. Göstergenin belleğimizde uyandırdığı imge kafamızda başka bir uyarıcının imgesine bağlanır. Göstergenin işlevi, bir iletişim doğrultusunda bu ikinci imgeyi canlandırmaktır.[19,20] İnsanlar yüz yüze olan ya da dijital ve görsel iletişimlerinde istemli ya da istemsizce anlamak, anlatılmak ve anlaşılmak isterler. Göstergebilim ise, anlam üzerine kurulmuş bir bilim alanıdır. Bu bakımdan bize dil, resim, afiş, trafik işaretleri, alfabe, işaret dili ve jestler gibi anlam ileten her şey göstergebilimin alanıdır. Anlamı sağlayan her şey şeyler göstergedir**.** Bu bakımdan tüm göstergeler koddur, bilişsel bir süreç ile anlaşılır ve yine kodlarla başkasına aktarılır. Gösterge, kod ve anlam ile bu aktarımın hepsi göstergebilimin konusudur. Yani göstergebilimin amacı, anlamı anlamak, anlamın nasıl oluştuğunu çözmek ve bu anlamın farkındalığını sağlamaktır. Anlam ile ilgili her şey, göstergebilim için bir alan ya da bir araçtır.[21]

DİJİTAL VE GÖRSEL İLETİŞİMDE FARKLILAŞAN BİREYLERİN DİSSOSİYOJEN PSİKOLOJİK DİNAMİKLERİ

Dijital ve görsel iletişimde bireyin psikolojisi olağan yaşamına göre farklılaşır ve daha kaotik ve daha instabil bir hale gelir. Dijital iletişimde insan hızlı düşünür ve hızlı tepkiler verir. Duygu durumu ise anlık ve kısasüreli değişimler gösterir. Genel bir ifadeyle dijital iletişimde insan, aktüel yaşamındaki haline göre entelektüel ve ruhsal açıdan çok daha mobildir ve hızlı kararlar alır. Dijital iletişim insanı, bu dijital yaşamını kendi aktüel yaşamı ile birleştirmek, entegre etmek en azından bu iki yaşamı birlikte yürütmek zorundadır. Eğer bunu başaramazsa dissosiyatif bir sürece girer ve kimliğinde bölünmeler yaşar. Bu bölünme, bireyin uyanık olduğu zamanını ne kadar bu dijital

iletişimde geçirdiği süre ile doğru orantılı olarak artar ve dual ya da çoklu psikopatoloji yoğunluk kazanır. Dijital iletişimin en çekici yanı, aktüel yaşamdaki gerçek iletişimlere göre daha özgür ve cesur bir doğada olmasından kaynaklanır. Dijital iletişimde bir taraf bu iletişimi belirli bir süre ya da tamamen sonlandırabilir hatta başka kişilerle iletişime geçebilir ki bunu yüz yüze olan iletişimlerde yapabilmek oldukça zordur.

ASSOSİYATİF DİSSOSİYASYON: BÖLÜNEREK DAHA ENTEGRE VE DAHA FONKSİYONEL OLABİLME ÇABASI

Dijital iletişimler tıpkı bir dissosiyatif yaşantının doğası gibi kesintilerle devam eder. Bir diğer ifade ile doğası bakımından "dijital yaşantılar", dissosiyatif yaşantılarla identiktir. Aslında dijital iletişimlerin tam gün gerçekleştirilme ihtimali olsa bile bu ihtimal insan psikobiyolojisi dahilinde oldukça sınırlı bir oranda gerçekleşebilir. Bu nedenle dijital iletişim aslında kesintili bir iletişimin kesintisizliği yani belirli aralıklarla devam sürecidir. Dijital iletişimlerdeki bilinç de çoğu zaman kesintilidir yani dijital iletişimde kesintisiz bir bilinçle uzun saatler geçirmek neredeyse imkansızdır. Ancak siber uzamda bilinç kesintilerini ve affektif instabilitesini kontrol edebilen ve füzyone iletişimlere bu uzamda sınır koyabilen bireylerin sayısı da giderek artmaktadır ki bu siber uzamda kurulan iletişimler artık yüz yüze olan iletişimlerin yerini almaya çalışan en büyük aday konumundadır. Dijital eksenli bütün yazılı, sesli ve görsel iletişimler, günümüzde vazgeçilemeyen bir gereklilik olsa da çoğu zaman bağımlılık yaratır ve kişinin aktüel yaşamı ile dijital eksenli yazılı, sözlü ve görsel iletişimlerinin zemin oluşturduğu siber hayatı dissosiyojen bir doğada ayrışır. Adeta bireyler, aktüel yaşamlarındaki vasatlık ve kaygılarından kurtulabilmek için bilinçsiz, yarı bilinçli ya da bilinçli bir bölünme ihtiyacı ile farklı siber hayatlar kurabilmekte ve sonrasında dual, dissosiye ve bölünmüş yaşamlar sürebilmektedirler. Sonuç olarak bu bireyler bölünerek daha fonksiyonel olabilmekte ya da daha fonksiyonel olabildiklerine inanmaktadır. Bu bireylerle yapılan klinik görüşmelerde kendilerinin bölünürken assosiye olduklarını ya da bölünürken entegre olduklarını ifade ettiklerine sık bir şekilde rastlamaktayız. Bu nedenle bu süreci "assosiyatif bir dissosiyasyon" olarak tanımlamaktayım. Bugün bölünürken assosiye olan ya da bölünürken fonksiyonel olabilen insan profillerine rastlamak hiç de şaşırtıcı değildir. Bu sürecin psikoterapilerini yürüttüğüm ve entegre ettiğim yüzlerce dissosiyatif kimlik bozukluğu vaka serilerimde de aynı şekilde işlediğini net bir şekilde ifade edebilirim ve yine net bir şekilde ifade edebilirim ki travma kökenli dissosiyatif kimlik bozukluk vakarındaki çok sayıdaki alter kişilikler ve bu alter kişiliklerin dissosiyojen psikopatolojisi aslında travmalarını sindirebilmeye ve entegre olabilmeye olan yoğun bir özlem ve içinde var olduğu sisteme meydan okuyucu ve cesur bir çabadır.

SİBER TRAVMA VE SİBER DİSSOSİYASYON: SİBER KİMLİKTEN SİBER ALTER KİŞİLİĞE DÖNÜŞÜM SÜRECİ

Hem siber zorbalık yapanların hem de siber mağduriyet yaşayanların geçmişinde erken yaşta başlayan kronik çocukluk çağı travmaları oldukça sık oranlarda yaşantılanmaktadır. Öztürk'e göre siber zorbalık yapanlar klinik veya subklinik ölçütlerde bir borderline kişilik bozukluğuna sahipken siber mağduriyet yaşayanlar ise daha çok klinik veya subklinik ölçütlerde bir dissosiyatif bozukluğa sahip olabilmektedirler. Antisosyal kişilik bozukluğu kadar narsisistik kişilik bozukluğuna sahip olan kişilerin de siber zorbalık yapma ihtimalleri oldukça yüksektir. Ancak erken dönem kronik çocukluk çağı travmaları ile karakterize olan borderline kişilik bozukluğu ve dissosiyatif bozukluklar arasında en fazla saldırgan ile identifikasyon kurma eğilimi borderline kişilik bozukluğu vakalarıdır. Borderline kişilik bozukluğu vakaları ve bu tanıya eğilimli bireyler siber uzamda dual hayatlara daha kolay uyum sağlayabildikleri düşünülmektedir. Bu bireyler daha içinde olduğu her sistemle kolaylıkla ittifak yapma eğilimdedirler. Ancak dissosiyatif bozukluk vakaları ve bu tanıya eğilimli bireyle içerisinde olduğu sistemle genellikle ittifak yapmazlar ve bu bireyler siber uzamda hem dual hem de çoklu hayatlara oldukça kolay uyum sağlarlar. Alter kişilikler arasındaki kontrol mücadelesi (rekabeti) ise, baskıya karşı duyulan itaatsizlik arzusunu göstermektedir.[7,9,16,22,23] Dissosiyatif grubun "siber empati" düzeyleri oldukça yüksektir. Borderline grupta ise genellikle empati noksanlığı, üstünlük duygusu ile yetersizlik duyguları arasında gidip gelme, hayranlık beklentisi, kendini olduğundan özel zannetme ve aşırı beğenilme ihtiyacı gibi narsisistik kişilik yapısı komponentleri de hakimdir.[24,25]

Öztürk'e göre ilk motivasyonları farklı insanlarla tanışabilme, sosyal çevresini büyütebilme, duygusal ilişki ağını genişletebilme, farklı bilgiler öğrenebilme ya da kendi yetersizlik duygularını telafi etme çabaları olabilen bu siber kimlikler çoğu zaman ve özellikle ilk dönemlerde bireylerin kontrolünde görünür. Ancak bireyler siber kimliklerini ortalama altı ay kadar düzenli kullanmaları sonrasında yavaş yavaş bu siber kimlikleri aktüel yaşamlarındaki gerçek kimlikleri ile bir kontrol mücadelesine girmeye başlar. Bu mücadele çoğu zaman kontrol kayıpları, amneziler ve bilinç kesintileri ile karakterizedir.[2]

Bazı kişiler ilk dönemde birden fazla ve kendisiyle aynı ya da farklı siber kimlikler kullanabilir. Ego fonksiyonları iyi olan entegre insanlar bu siber kimliklerini yaklaşık altı aydan daha kısa sürede kullanmayı bırakırlar ve gerçek kimlikleriyle aktüel hayatlarına devam ederler. İkinci altıncı ayda ise bireyler çoğu zaman gerçek kimliği ile siber kimliğini karıştırmaya başlar ve uyku dışındaki zaman diliminde siber kimliği daha da kontrolü ele alır. Birey gerçek kimliği ile siber kimliği arasında bir kontrol mücadelesine girer. Üçüncü altı ayda, yani siber kimlik kullanımı yaklaşık bir buçuk yıla yaklaştığında siber travmaların da etkisiyle birey büyük bir oranda bu siber kimliğinin kontrolüne girer ve bu kimlik siber alter kişiliğe büyük oranda dönüşme ihtimali taşır. Birey bu süreçte bir siber dissosiyasyon (bölünme) yaşamaya başlar; bireyin siber kimliği artık bir siber alter kişilik olarak onu kontrol altına alır. Dual (ikili) ya da çoklu bir hayat sürmeye başlayan birey, kontrolü alabildiği ölçüde kendisi ya da siber alter kişilikleri olarak iletişim kurmaya başlar. Kendisindeki bu farklı siber alter kişilikleri aile, sosyal ve iş çevresi tarafından da tam olarak algılanamasa bile fark edilmeye başlar, onlar tarafından tuhaf karşılanır ve birey dışlanır. Birey siber alter kişiliği ile eşini ya da sevgilisini aldatabilir, farklı iş ya da hobiler edinebilir. Bireyin kendisi de dissosiyojen bir dönüşüm sürecinde olduğunu fark etmeye başlar ancak bu dönüşüm sürecinden kendi başına ne kadar çabalasa da profesyonel bir yardım almadığı sürece kurtulamaz.

Artık yaşamına affektif bir mobilite eşliğinde bilinç kesintileri, amneziler, kendine zarar verme davranışları ve intihar girişimleri ile karakterize farklı kişilikler ve farklı hayatlarla devam edecektir. Bu nedenle farklı kararlar alan bu siber alter kişilikler bireyin nüfus kağıdı tek olsa bile bağımsız bir hayat sürmeye başlarlar ve kontrolü ele geçirdiği zamanlarda bu farklı hayatının kendi başına başrolü olurlar. Kısa süreli siber kimlik kullanımları genellikle siber alter kişiliğe dönüşmez ancak yine de bireyin aktüel yaşamına olan uyumunu bozar ve belli oranlarda bilinç kesintilerine yol açar. Fakat belirli periyodlarda kısa süreli bu siber kimliklerini kullanan bireylere de rastlanmaktadır. Bir dissoanalist olarak ifade edebilirim ki, zaman içerisinde birey bu siber alter kişiliğini de kontrol edemez ve dissosiyojen bir sürece girer. Birey adeta bu süreçte dissosiye olarak normalleşmeye, daha fonksiyonel olmaya ve erken yaşta başlayan kronik çocukluk çağı travmalarını sindirmeye çalışmaktadır.[2,7,22,25]

Görünürde normal gerçeklikte ise patolojik olan bireylerin siber kimlik kullanımları aslında onların yoğun travmatik geçmişlerine işaret etmektedir. Travmatik geçmişi bulunan birey bu süreçte siber travmaların da etkisiyle siber dissosiyasyonu yaşantılamaya başlar. Kişi yüzleşemediği ya da çözüm getiremediği travmatik geçmişini yok farz ederek artık asla olamadığı ama olmayı çok istediği, bu yeni bir kişilik yapısıyla iletişim kurmaya başlamıştır. Bu durum kendisine kısa dönemde bazı avantajlar getiriyor gibi görünse de aslında kendisinde var olan psikopatolojiyi daha da tetikleyecektir ve birey zamanla bu patolojik dissosiyojen kısır döngünün içerisine daha da hapsolacaktır.[7,16,25]

Günümüzde internet ve sosyal medya araçlarının yaygınlaşması ve siber kimlik kullanımının kendine has patojen ve dissosiyojen dinamiklerinin etkisiyle bireyler daha önce belirtildiği üzere "siber dissosiyasyon" ve siber alter kişilik" geliştirmektedirler. Siber dissosiyasyon, gündelik hayatın dissosiyasyonu ile klinik dissosiyasyon arasında bir noktada yer almaktadır. Siber alter kişilik, klinik psikoloji bağlamında siber dissosiyasyonun başlangıç noktasıdır. Öztürk'e göre, dissosiyatif yaşantılar; aktüel hayatın dissosiyasyonu, klinik (psikolojik) dissosiyasyon, toplumsal (sosyolojik) dissosiyasyon ve siber dissosiyasyon olmak üzere dört temel grupta ele alınmaktadır. Dissosiyatif yaşantılar subklinik bir seviyede ise bu aktüel hayatın dissosiyasyonudur ve uyuma yöneliktir. Klinik, toplumsal ve siber dissosiyasyonlar ise tedavi gerektiren ileri psikopatoloji süreçleridir. Siber dissosiyasyonu daha iyi algılayabilmek adına klinik ve toplumsal dissosiyasyon kavramları aşağıda ayrıntılı bir şekilde açıklanacaktır.[2,7,22]

KLİNİK, TOPLUMSAL VE SİBER DİSSOSİYASYON

Bireyler ve toplumlar travmaları tarafından yönetilmektedir. Bireysel travmalar kadar toplumsal şiddet olayları, terörizm, ülkelerarası savaşlar ve iç savaşlar da hem bireyleri hem de toplumları dissosiye ederek ruh sağlıkları üzerinde hem uzun süreli hem de onarılamaz etkiler bırakabilmektedir. Bu bağlamda genellikle bireysel boyuttaki "klinik dissosiyasyon" (psikolojik dissosiyasyon) psikiyatri ve klinik psikolojinin konusu olurken "toplumsal dissosiyasyon" (sosyolojik dissosiyasyon) ise sosyoloji ve daha büyük bir oranda psikoloji ile psikotarihin konusu olmaktadır. Psikolojik dissosiyasyon klinik olarak bilinç kesintileri, "dissosiyatif narsisizm", "dissosiyatif angoisse", kendine zarar verme davranışları ve intihar girişimleri ile karakterizeyken toplumsal dissosiyasyon ise içinde yaşanılan sisteme itaat ve meydan okuma arasındaki gitgeller, savaşlar ve terörizm ile karakterizedir. Toplumsal dissosiyasyonun oluşumunda "dissosiyatif narsisistik" dominant liderler oldukça büyük bir rol oynarlar. Dissosiyatif narsisizm,

travmatik geçmiş sonrasında oluşan normal narsisizm ile patolojik narsisizm arasında yer alan bir durumdur ve her an patolojik narsisizme dönüşme ihtimali taşır.[2,7]

Psikososyal bir dönüşüm geçiren günümüz insanı artık hem bireysel hem de kitlesel olarak kontrol edilebilir bir yapıdadır ve bu kontrol edilebilirliği onu ciddi ölçüde incitmekte, travmatize ve dissosiye etmektedir. Sık, şiddetli ve uzun süreli yaşanan genellikle erken gelişim dönemlerinde karşılaşılan travmatik yaşantılar bireylerde klinik dissosiyasyona, kitlesel şiddet olayları, savaşlar ve terörizm olayları toplumsal dissosiyasyona neden olurken, gelişen teknoloji ve siber uzamın kötüye kullanımı ise siber dissosiyasyona (siber alter kişilik) neden olmaktadır.Siber uzam (ortam): özellikle dijital iletişimlerle gerçekleşen ilişkilerde bireyleri daha kolay terk edilebilir, tercih edilebilir ya da yedeklenilebilir bir konuma getirmiştir. Bireyler siber uzamda olmak istedikleri siber kimlikleri ya da siber alter kişilikleri ile yüz yüze olan ilişkilerden çok daha farklı olabilmekte ve olmak istediği kendisi gibi görünebilmektedir. Siber iletişimlerde bireyler normal iletişime kıyasla çok hızlı karar verebilmek zorunda oldukları için yüz yüze iletişime oranla çok daha mobil bir durumdalardır ve bu süreç onun daha çok iletişim hatası yapabilmesine ve siber mağduriyetine yol açmaktadır.[2,9,18]

Siber Dissosiyasyonun Temel Belirtileri:

1. Siber uzamda zamanın nasıl geçtiğini anlayamama, zamanı kontrol edememe ve günde en az dört saatin üzerinde kontrolsüzce vakit geçirme,

2. Siber uzamda çevrimiçi olunan günlerde on beş dakika ile yarım saatin üzerinde yaşantılanan dalgınlık dönemleri,

3. İnternette neler yaptığını unutma ve hatırlayamama,

4. Siber uzamdan ayrılamama, ayrılmak istememe ve ayrıldığında öfke kontrolünü kaybetme,

5. Gerçek iletişimlerden uzaklaşma ve giderek siber iletişimleri tercih etme,

6. Siber ortamda siber kimliğini ya da siber kimliklerini kontrol edememe,

7. Kontrol edilemeyen siber kimliklerin siber alter kişiliğe dönüşerek bu siber alterin bireyin davranışlarını kontrol altına alması,

8. Kendini olduğundan çok farklı, parçalı ve başka biriymiş gibi hissetme,

9. Siber uzamda ve aktüel yaşamda bilinç kesintileri ve amneziler yaşama,

10. Sosyal ilişkilerinde geri çekilme ve uzaklaşma, işe ya da okula gidememe.

DİSSOSİYATİF ZEMİNDE OPTİMAL UYARI SEVİYESİ, ORANTISIZ UYARANLAR VE DİJİTAL UYARI ARTIŞI EKSENİ

Freud, merkezî sinir sisteminin kendisini aşırı uyarılmadan sakınan bir tür uyaran bariyeri (Reizschutz) ile korunmakta olduğunu ifade etmiştir. Travma hâlinde bu bariyer aniden ve şiddetle dağılmakta, merkezî sinir sistemini başa çıkamayacağı kadar yoğun bir uyaran seline maruz bırakmaktadır. Fizyolojik perspektiften kronik aşırı uyarılma duyarsızlaşmaya yol açabilmektedir. Öte yandan denervasyon ve diğer her tür uyaran yoksunluğu da kendisini takip eden tepkilerin sayısında bir artışa yol açmakta ve bu durum denervasyon duyarlılığı olarak bilinmektedir. Ancak uyaran yoksunluğu bireyin gerçeklikle uyumunu zayıflatabilmektedir. Zira artık söz konusu birey içsel uyaranların hâkimiyetine karşı koruma altında değildir. Bu tepki örüntülerinin, posttravmatik ve dissosiyatif durumlarda görülen içsel ve dışsal tetikleyicilere verilen tepkilerin artması ya da azalması eğiliminin fizyolojik prototiplerini oluşturduğunu söylemek mümkündür. İronik bir şekilde bireyler uyaran yoksunluğuyla aşırı uyarılmanın birlikte kullanıldığı psikoterapi süreçleriyle karşılaşabilmektedir. Hasta içsel uyaranlarla dolup taşarken daimi dinleyici rolünü üstlenen bir terapist ya da hasta, gerçeğe dayanan uyaranlardan mahrum bir hâldeyken terapistin peş peşe spekülatif yorumlarıyla aşırı uyarılma hâli, özellikle de travmayla ilişkili bozukluklarda terapi sürecini sekteye uğratan tablolardır.[5,27]

Çocukluk çağı ihmalinin yanı sıra fakirlik, gelenekler ve muhafazakarlık sebepli kısıtlamalar, kitle iletişim araçları üzerindeki siyasî denetim ve yaratıcılığın bastırılması gibi yetişkinliğe kadar uzanan kültürel ve sosyal koşullar da uyaran yoksunluğuna katkıda bulunabilmektedir. Aşırı uyarılma intruzif ya da aşırı korumacı çocuk yetiştirme stillerinin ve/veya çocukların şımartılmasının bir sonucu olarak karşımıza çıkabilmektedir.[28] Aşırı ve yetersiz uyarılmanın kombinasyonları, disfonksiyonel ailelerde en sık rastladığımız tablolardan biridir. Doğrudan toplum kaynaklı, kitle iletişim araçlarıyla sunulan yoğun bilgi akışı, yaşla uyumsuz bilgilere maruz kalma durumu, kişilerarası sınırların ihlali gibi durumlar aşırı uyaran yüklenmesine yol açabilmektedir. Bu durum, vampir öyküleri, rol yapma oyunları, bilgisayar oyunları, uyuşturucu bağımlılığı, yeraltı edebiyatı ve müziği, bölünmüş sanat eserleri, internet kaynaklı yoğun bilgi akışı ve reklamcılığın sonucunda aşırı tüketim hâli başta olmak üzere hem çocukları hem de yetişkinleri etkileyen popüler kültürde de kendisini göstermektedir.[5,7,29]

Bugünün toplumu sınırlı üretimlerinin dışında büyük oranda tüketim toplumu olmuştur. Aslında modern toplumların tüketici bazlı serbestisi bireysel özgürlüğü taklit ederek aşırı uyarılmaya yol açmaktadır. Sınırsız tüketim, maddelerin (kafeinsiz kahve, diyet ürünler, korunmalı cinsel ilişki gibi şekillerde) kendi özlerinden arındırılarak sunulması sonucunda hazzın tamamlanmayacağının kesinleşmesiyle mümkün kılınmıştır.[30] Tıpkı uyaran yoksunluğu gibi kronik aşırı uyarılma hâli de sürekli uyaran peşinde koşmaya, hatta bağlılık geliştirmeye yol açabilmektedir.[5]

Dissosiyasyon kanaatimce günümüz toplumunun bütün dijital ve orantısız uyaranlar karşısında tıpkı travmalar karşısında olduğu gibi bireyin ruh sağlığını koruyan en güçlü ve en sık kullanılan bir savunma sistemine dönüşmüştür. Ve yine kanaatimce adeta bir maske gibi gerektiğinde yüze takılan dissosiyasyon artık yüzün kendisi olmuştur. Günümüzde travmalar, empatiden uzak şiddet temelli çocuk yetiştirme stilleri, uyaran bombardımanları dissosiyatif bireyleri, bu bireyler ise dissosiyatif toplumları oluşturmuştur. Dissosiye olmadan modern yaşamın anlamsızlıklarına ve yoğun iş yükünün tüketici etkilerine katlanmak mümkün değildir.

Bir diğer ifadeyle çelişkili mesajlarla dolu bir dünyada dissosiyasyon, bireylere ya da topluluklara hayatta kalmaları açısından yardımcı olabilmektedir.[31] Bu doğrultuda ve bu koşullar altında dissosiyasyonun toplum içinde dengeli ve uyumlu bir kendilik geliştirmek (diğer insanlarla bağ kurabilen bir birey olmak) için uygun bir yol olduğu söylenebilir. Ancak bu yalnızca altta yatan ve bilgiyi süzgeçten geçiren, kişisel bir psikolojik süreçle mümkün olacaktır. Dış dünyadan gelen duyusal bilgileri işleyen, beyinde yer alan bu birinci süzgeçlerin yanı sıra ikinci bir dissosiyatif süzgeç de duyusal, duygusal ve düşünce içerikli bilgileri işleyerek kişinin bilincinde sadece yönetilebilir bir bilgi seçkisinin var olmasına olanak tanımaktadır. Fakat böylesi bir denge, iç ve dış kaynaklı tehditler ve geçici dissosiyatif krizlere neden olan uyaranlar tarafından tehlike altında kalabilmektedir.[5]

Daha önce kısmi olarak ifade edildiği üzere aşırı ya da yetersiz uyarılma ile ilişkili toplumsal koşullar, dissosiyasyona yol açarak bireyler ve toplumlar arasında baskının doğmasına veya sürdürülmesine sebep olabilmektedir. Medya kaynaklı yoğun ve ilgisiz bilgi akışı yoluyla gerçeklik algısının bozulması toplumun tamamını etkileyen bir aşırı uyarılma biçimidir. Öte yandan uyaran yoksunluğu da katı dinî düşünceler, geleneksel ritüeller ve postmodern düşünce ve davranış biçimleriyle aşırı zihinsel uğraş tarzında tek yönlü bir düşünce biçimine sebep olmaktadır. Rastgele cinsel ilişkiler aşırı uyarılma hâlinde yaşayan kişilerce bir tür kendini sakinleştirme aracı olarak, uyaran yoksunluğu yaşayan kişiler tarafından ise geçici haz ve canlanmayı sağlamanın bir yolu olarak kullanılmaktadır. Orantısız uyaran şiddetine kronik olarak maruz kalmak, bireyleri dissosiye etmekte ve travma kökenli bir ayrışmaya neden olmaktadır.[5] İnsanlar, ortalama bir uyarı seviyesinde yaşamlarını normal bir şekilde sürdürmeye devam eder. Bireylerin aktüel yaşamlarındaki ortalama uyarı seviyesinin altındaki ve üzerindeki uyarı seviyesi onun dissosiyatif bir sürece girmesine neden olur. Bu nedenle hem aktüel yaşantımızdaki hem de dijital yaşantılarımızdaki uyaranları optimal uyarı seviyesi içerisinde sınırlandırmamız gerekmektedir. Dijital iletişim ya da sanal dünya çoğu birey için bir dijital uyarı artışı ekseninde ilgi çekici bir ortam sunar. Bu ortam birey için bir bilgi ve uyarı kapısı olarak da açılabilir veya ona zarar verecek olan bir siber tuzağın kapısına da dönüşebilir.[2]

Öztürk, sınır aşımı ile ilişkili olarak narsisizm, çocukluk çağı travmaları ve dissosiyasyon arasındaki etkileşimi teorik çalışmalarında önemle vurgulamaktadır.[9] Han, günümüz insanlarının kendileriyle olan mesafesinin yok denecek kadar azalmasının onları narsisizme sevk ettiğini öne sürmektedir.[32] Kronik travmatize kişiler bir tür savunma refleksiyle narsisizm geliştirebilmektedir. Öztürk bu durumu "travmatik eksende dissosiyatif narsisizm" olarak tanımlamaktadır. Bu noktada narsisizmi, belirli bir düzeyde travmatik selfin aktüel hayata dissosiyatif bir uyum süreci olarak düşünebiliriz. Öztürk, insan yaşamında anksiyete toleransı, frustrasyon toleransı ve belirsizliğin toleransı olmak üzere üç önemli kaotik durumu tolere etmemizin ruh sağlığımız ve ruhsal bütünlüğümüz adına son derece önem arz ettiğini ifade etmektedir. Dijital iletişimin sıklığı, şiddeti ve süresi arttıkça bireylerin bu üç temel kaotik durumu tolere etmesi zorlaşır. Bu da onun ego fonksiyonlarını zayıflatarak hatalı seçimler yapabilmesine neden olur. Sosyal medyada kurulan siber ilişkiler ve temasın bu durumları tolere edebilmek adına belirli bir oranda olumlu etkileri olduğunu savunabilmek mümkündür. Bilhassa bu tür mecralarda bireylerin hayatlarını optimal seviyedeki ifşa ve paylaşım tolerasyonu sağlayabilmek adına avantaj teşkil edebilmektedir. Söz konusu durumun çok sık, sınırsız ve sosyal gerçeklik bağlamından kopuk hale gelmesi ise klinik eksende belirli psikopatolojileri beraberinde getirebilmektedir.[7]

Bireyler aktüel yaşamlarında genellikle optimal bir uyarı seviyesinde sağlıklı kararlar alabilmekte ve ruhsal açıdan sağlıklı bir şekilde yaşamlarına devam edebilmektedirler. Bireylerin optimal uyarı seviyesinin altında (ce-

zaevi yaşamı ya da kısıtlı sosyoekonomik hayat) ya da üzerinde bir yaşam sürmeleri onları dissosiye bir yaşamın içerisine sürüklemektedir. Özellikle sosyal medya araçlarının yüksek uyarı seviyesi, bireylerde "siber dissosiyasyon" yaşanmasına yol açabilmektedir. Siber dissossiyasyon aslında bu dijital ortamdaki yüksek seviyeli uyaranlara bir uyum çabasıdır. Bireyler dijital iletişim sırasında sahip oldukları ya da yarattıkları çevrimiçi kimlikleri ile çevrimdışı kimliklerini birbirine entegre edebildikleri ve ikisi arasındaki etkileşimi yönetebildikleri zaman, dijital iletişimden çıktıklarında tekrar eski (öz) kimliklerine ve aktüel yaşamlarına devam edebilmektedirler. Oysa siber alter kişilik öne çıktığında entegrasyon zayıflamakta hatta kaybolmakta ve birey siber dissosiyasyonu deneyimlemektedir. Sonuç olarak bu bireyler artık bölünmüş bir hayatı yaşamaya başlarlar.[1,2]

Travma ve dissosiyasyon alanında hem klinik hem de akademik çalışmalar yapan ve yüzlerce travma kökenli dissosiyatif bozukluk vakasını tedavi eden bir dissoanalist olarak ifade edebilirim ki, aktüel yaşamı ile dijital yaşamı arasında bir kontrol kaybı ve bilinç kesintisi yaşayan birey adeta gerçek kimliği ile siber kimliği ya da siber alter kişilikleri arasında gidip gelmekte ve bu dual (ikili) ya da çoklu yaşamı ise onu dissosiye etmektedir. Bu dissosiye yaşantılar ise bireylerin iletişimlerde sınır aşımlarına (ruhsal "mesafe" ve "ayar" sorunları) neden olmakta, değer ve anlam kayıplarına yol açmaktadır. Modern toplumun bireyleri artık işini, eşini, dini inancını, geleneğini, değer yargılarını ve politik görüşünü hızlı ve rahatça değiştirebilmekte ve çok da düşünmeden yerine bir başka seçeneği konumlandırabilmektedirler. Bu süreç ise reversible (dönüşebilen/dönebilen) insan profilini yaratmıştır. Bireyler bu zamanda ve bu koşullarda ayakta kalabilmek adına "politik bir doğada olmayı" adeta tercih edebilir hale gelmişlerdir. Bu tercih ise onları dissosiyojen bir psikolojik zeminde kendileşmekten, kendi olmaktan ve hayatının başrolünü oynamaktan uzaklaştırarak adeta diğer insanların uydusu haline getirecektir. Siber dissosiyasyon başlangıçta klinik dissosiyasyon kadar yoğun yaşantılanmasa da bireyin geçmişindeki çocukluk çağı travmaları ile yakın zamanda siber ortamda yaşadığı siber travmalar (siber mağduriyet) onun subklinik seviyedeki bu dissosiyojen psikopatolojisini hiper dijital uyarı ekseninde klinik bir sürece dönüştürür.[1,2,18]

DİJİTAL KİMLİK, DİJİTAL GÖRÜNÜRLÜK, DİJİTAL POPÜLERLİK VE DİJİTAL İKONLAR

Siber toplum, modern ya da geleneksel toplumlardan mobil iletişim dinamikleri ve hızlı değişen ve gelişen dissosiyojen doğası ve bireylerin dijital görünürlüğü üzerine kurulu olmasından dolayı oldukça farklıdır. Bu dijital görünürlüğün konforu ve istendiği an ulaşabilirliği ise bireylerin siber toplumlara akın etmesini oldukça kolaylaştırmaktadır.[17,33] Dijital görünürlük ve popülerlik sosyal medya araçlarının bağımlılık yaratan en güçlü silahlarıdır. Dissosiyatif bir mantıkla dijital eksenli görsel ve yazılı iletişimde görünür ve popüler olduğunuz sürece skandalların bile önemi yoktur. Dijital kimliklerimiz, hem özel yaşamımızda hem de iş yaşamımızda en önemli şahsi vitrinimizi oluşturmakta ve dijital ayak izlerimiz olan sosyal medya araçlarındaki tüm paylaşımlarımız bizi görünebilir, ulaşılabilir takip edilebilir, izlenebilir, rakip ve model alınabilir yapmaktadır. Bu dijital görünürlük ve popülerlik ise günümüzde en vazgeçilmez bağımlılıklardan biri olmuştur. Bu bağımlılıkta artık mahremiyetin de önemi kalmamıştır. Siber toplumlar aslında mahremiyetten ne kadar uzak olsa bile bireylerin kalabalıklar içerisinde gerçek kimliğini, duygularını ve düşüncelerini istediği an ifade etmesine istediği an ise saklamasına hizmet eder. Bireyin sakladığı şey ise gerçek kendisi, gerçek kendiliği, değiştirmediği yanlarının toplamı yani sanal gerçeklik olarak sunmadığı ve paylaşmadığı her şeydir. Siber ortamda özgürlük bir ütopyadır. Çünkü siber ortam sizi her şeyinizle kendi içerisine çeker, bağımlı yapar ve genellikle seçim yapma şansını elinizden alarak dijital görünürlük ve popüler olma adına sizi yine her şeyinizle içine alır, kullanır tüketir ve tükettikten sonra dijital görünürlük ve popüler olma ekseninde yeni ikonlar üretir. Bugün, Hollywood ikonlarının yerini dijital ikonlar almıştır. Bir şarkıcı, bir oyuncu ya da bir politikacı olmasanız bile sosyal medya araçlarında edineceğiniz yeni bir dijital kimlik veya siber kimlikle sıradanlığınız veya orijinalliğiniz kriter alınmadan bir dijital ikon olabilirsiniz. Yaptığınız işin ya da fiziksel görüntünüzün önemi yoktur. Dijital skandallarınızla, keşiflerinizle, sanatınızla, bilim insanlığınızla, orijinalliğinizle veya sıradanlığınızla, çektiğiniz fotoğraflarla ya da videolarla bütün sosyal medya uygulamalarında dijital ikonluğa aday olabilirsiniz. Birkaç estetik, biraz imaj ve marjinallik maskesiyle kendinizi bir süreliğine popüler kılabilirsiniz.

DİSSOSİYATİF TOPLUMLARDA İKONLAR VE POTANSİYEL KURTARICILAR OLARAK KAHRAMANLAR

Uygun ve ortalama bir uyaran düzeyi kişinin hem kendisine hem de başkalarına dair, yanlılıktan uzak objektif bir algı geliştirebilmesine olanak sağlamaktadır. Orantısız uyarılma ve ardından gelen dissosiyasyon kişinin hem kendisine hem de başkalarına yönelik olumsuz bir algı

geliştirmesine yol açmaktadır.[34] Dissosiyatif bireylerden oluşan kontrol edilebilirliği yüksek dissosiyatif toplumlar, bu hüzünlü sosyopsikolojik ortaklık deneyimini ikame edebilmek için, kahraman görünümündeki potansiyel kurtarıcılar ile füzyonel ilişkiler kurar. Bu kurtarıcılar, ortalama özelliklerine rağmen baskın ötekiler olarak algılanan bireyler, kurumlar ya da fikirlerdir.[35] Bu yönüyle adeta toplumun büyük bir çoğunluğunu oluşturan travmatize ve dissosiye bireyler tarafından kurtarıcı olarak algılanmaktadırlar. Toplumun geneli ile uyum içindeki yaygın ve ortak çekicilikleri dolayısıyla özlerindeki bu sıradanlık onları özdeşim kurulması daha kolay hâle getirir. Kahramanlar, öznel olarak atfedilmiş değerleri bakımından gerçek ikonlardan ayrılmaktadır. Hem kahramanlar hem de ikonlar bireylerin, grupların ve toplumların etrafında dolaşmakta, her yaş grubundaki kimlik geçişine yardımcı olmaktadır. İkonlardan farklı olarak kahramanlar olumlu ya da olumsuz özellikler taşıyabilmekte ve sadece o çağın ruhunu yansıtmaktadır. Olumsuz kahramanlar da dâhil olmak üzere bütün kahramanlar kişilerin takip edip bağlandığı açık ya da örtük liderler hâlini almaktadır. İkonlar ise potansiyel kurtarıcılar olarak sığınılan kahramanlardan oldukça farklı olup zamanın ötesinde, toplumu geliştiren ve pozitif yapılanmaya götüren oldukça üst düzey kimliklerdir. İkonların yeri her zaman bu kahramanların üzerindedir ve ikonlar toplumları yanıltmazlar.[5]

Uyaran yoksunluğunda kahramanlarla kurulan füzyonel ilişkiler aşk ve sevgi duyguları ile birlikte görece olumlu bir yönelime sahiptir. Bu durum zarar görmüş özgüven duygusunu yeniden kurar. Bu durumda öznenin kahramanı ortadan kaldırmak gibi bir niyeti yoktur. Bu ilişkinin görece kendini koruyan bir işlevi vardır. Bu sebeple asgari düzeyde kişisel sınır sorununa yol açmaktadır. Ancak aşırı uyarılma durumunda özne hem kahramanla ambivalant bir ilişkiye girmekte, hem de kahramanın kontrolü altında kalmaktadır. Bu durum da kişisel sınırların daha az belirgin hâle gelmesine neden olmaktadır. Ancak bu kez kişinin füzyon hâlinde olduğu kahramanlar düşük özgüvenin yeniden kurulmasından ziyade inkar edilmesine sebep olmaktadır. Bu kahramanlara din, ideoloji, tutkulu bir aşk ya da hatta o zamanın modasına uygun markalar gibi herhangi bir diğer baskın güç de yardımcı olabilir. Son derece yaygın olarak bu tablolara, dissosiyatif parçalanmayı tetikleyen uyarıcı ya da yatıştırıcı yasadışı maddelerin eşlik ettiğini söylemek mümkündür. Etrafı simülakrlarla dolu postmodern toplumlarda hayalî kahramanların doğması da olasıdır. Gerçek ilişkilerin ve (mahallenin popüler kızı ya da köyün yaşlı ve bilge yerlisi gibi) elle tutulur kahramanların varlığını sürdürdüğü korunmuş toplumlarda bu hayalî versiyonlara gerek duyulmamaktadır.[5,7]

BİR KONTROL VE TÜKETME ARACI OLARAK SİBER KAOS

Bugün dünya bir kez daha çok boyutlu ve kuşatıcı bir krizin ortasındadır. Bu krizin nasıl, ne zaman çözüleceğini, kim tarafından kontrol edileceğini, dünyanın kaosa sürüklenip sürüklenmediğini (toplumsal düzenin sonu şiddete varacak şekilde çökmesi, savaşlar, fakirlik ve zihinsel bitkinlik gibi) maalesef kimse bilmemektedir. Bütün dünyada büyümüş abartılı benlikleriyle politikacılar ve hatta otoriter liderler kendilerini korku içindeki birey ve kitlelere kurtarıcılar olarak pazarlamaya hazır hâldedir.[36] Yeni bir yaklaşım olarak süresi uzamış kriz ve kaos tehdidi, günümüzde olduğu kadar gelecekte de bireyleri ve kitleleri kontrol etmek için baskıcı sistemlerin kullandığı bir yöntem olacaktır. Yeniden bir kontrol algısı oluşturma beklentisiyle insanlar olası bir kaos tehdidi altındayken baskıcı lider veya sistemlere boyun eğmeye yatkın hâle gelmektedir. Aslında dış kaos tehdidi, içsel (bireysel) bir kaosa dair dissosiyatif korkuları tetiklemektedir. Bir topluluğu oluşturan bireyler arasında sosyolojik doğanın ve sosyolojik kendiliklerin ön plana çıkarılması bu çatışmayı daha da kızıştırmakta, toplumların sonu krizlere varan dissosiyatif süreçlere çözüm bulmasını engellemektedir. Aslında uzun süreli bir kriz tehdidinin kendisi de dissosiyasyonu besleyen aşırı uyarılma hâlini doğuran bir olgudur. Siber kaos ise bu sürecin sanal ikizi olup bu kaos türünün dinamikleri de yukarıda bahsedilen boyun eğici ruhsal doğa ile identiktir. Bir başka ifade ile bireyler siber travmalarla karşılaştıklarında otoriter bir siber kurtarıcıya itaat etme eğilimi gösterirler ve bu eğilim onların siber reviktimizasyon kısır döngüsü içerisine hapseder ve bu siber kurbanlar kendilerini tekrar tekrar travmatize ettirmekten alıkoyamazlar. Siber travmalarla beslenen siber kaoslar bireyler için bir kontrol merkezi olup onları bir siber user olarak kullanır tüketir ve sonunda yok eder. Buradaki yok oluş bireylerin "siber kaos" ve "siber skandallar" ile gerçekleşen dijital ölümleridir.

SİBER TOPLUMLARDA KONTROL, İTAAT VE DİJİTAL ÖLÜM

Siber toplumlar aslında geleneksel ve modern toplumlara meydan okuyucu, net ve sert bir eleştiri olarak yapılanmıştır. Geleneksel ve modern toplumlardaki lider ve otorite arayışı siber toplumlarda söz konusu değildir. Kurallar ve iletişimler mobildir ve o dönemin o andaki ihtiyaç ve beklentilerine göre belirlenir. Kontrol ve itaatin önemi kalmamıştır hatta siber toplum kontrolsüz ve itaatsiz bir yerdir. Kurallar ve iletişimler kadar siber toplum bireyleri de mobil, değişken, çift mesajlı ve çoklu realitelidir. Önce

kendinizi siber toplumda yeniden yaratabilir sonra popüler kılabilir, tüketebilir, "dijital ölümünüzü" gerçekleştirebilir, bu dijital ölümünüzü hem izleyebilir hem de izlettirebilir sonra yeni bir gerçeklik ve yeni bir siber kimlik ile yeniden doğabilirsiniz. Bu "dijital görünürlük ve popülerlik" döngüsü yeni "dijital ölümler" ve yeni "dijital doğumlar" ile kümülatif ve dissosiyatif bir doğada devam eder. Öztürk'ün bu boyutta ifade ettiği "Dijital ölüm (arrest)" ile yine Öztürk'ün geliştirdiği "psikolojik arrest" kavramı, kişinin hayal ettiği ya da olmak istediği insana ait kurgularının ya da illüzyonlarının yalanlanması sonrasındaki ölümü yakalama isteğiyle benzerlikler gösterir.[23,25]

ÇOKLU GERÇEKLİKLER, ÇOKLU KENDİLİKLER VE ÇOKLU YAŞAMLAR

Yakın geçmiş ve bugün adına her kavramın, her duygunun, her düşüncenin, her davranışın, her iletişimin ve ilişkinin farklı gerçeklikler ve farklı disiplinler bir araya getirilerek anlaşılmaya ve açıklanmaya çalışılmasına verilen önem artmış ve giderek artmaya da devam edilmektedir. Günümüzde hem erken dönemdeki kronik çocukluk çağı travmalarının ve empatiden uzak şiddet içerikli yanlış çocuk yetiştirme stilleri kadar dijital uyarı artışı eksenlerindeki internet ve sosyal medya kullanımlarının yetişkin bireylerdeki uzun dönem dissosiyojen psikopatolojilere neden olduğu net olarak bilinmekte ve bu alandaki klinik çalışmaların sayısı büyük bir hızla artmaktadır. Siber dissosiyasyonun klinik dissosiyasyona kuvvetle dönüşme ihtimali bulunmaktadır. Bu dissosiyojen psikolojik zemindeki süreç ise farklı gerçekliklerin ve farklı kimliklerin aynı zamanlarda kullanımına neden olarak dual ve çoklu yaşamları beraberinde getirmektedir. Tekli yaşamdan dual ya da çoklu yaşamlara geçmek ise bireylerin ego fonksiyonlarını zayıflatarak onları hem aktüel hayatta hem de siber hayatta kurban durumuna getirebilmektedir. Çoğu birey için bu dual ve çoklu yaşamlardan entegre edilmekten uzak olup kişinin amnezik ya da bilinç kesintilerinin olduğu bölünmüş yaşamlara dönüşmektedir.

Bugün, çocukluk çağı travmaları, anne babalık reddi, evlat ayrımı, şımartılma, duyarsızlık, çift mesajlı ve empatiden uzak şiddet içerikli ebeveynlik stilleri sonrasında çoklu benliklere, kendiliklere daha klinik bir ifadeyle dissosiyatif kimlik bozukluğuna sahip bireylerin sayısında bir artış gözlenmektedir. Maalesef ki dissosiyatif kimlik bozukluğuna sahip bireyler hem dış hem de iç dünyasında dış ve iç istismarcıları tarafından istismar edilmeye devam etmektedirler. Bu bireyler tedavi edilmediği sürece aktüel yaşamlarındaki travmalar kadar siber travmalara da oldukça sık olarak maruz kalabilmektedirler. Ancak siber alanda görünürde normal olan pek çok belirli bir zaman sonrasında birey ise siber kimlik ve siber alter kişiliklerinin kontrolü altına girerek disfonksiyonel bir yaşamın içerisine kendilerini hapsedebilmektedirler. Zorunlu seçmeli olan bu süreç aslında disfonksiyonel aile dinamiklerine sahip dissosiye birey için hem başarısız bir çözüm arayışı hem de bir self sabotajdır.[1,9,28]

DİJİTAL AİLE MODELİ VE "SHARENTİNG"

Günümüzün rutin teknoloji kullanıcısı ebeveynleri ilk "dijital yerliler"dir ve bilindiği gibi bu ebeveynlerin çocukları doğduklarından beri internet ve sosyal medyaya maruz kaldıkları evlerde büyümektedirler. Söz konusu çocukların (özellikle 8 yaşına dek) ebeveynleri, internet ve dijital iletişim öncesi aile dinamiklerinde olduğu gibi sadece rol model alınan ebeveynler olarak değil, aynı zamanda çevrimiçi içeriğe, erişime ve dijital medyaya maruz kalma ve kullanımlarında önemli bir rol oynamaktadır. Öyle ki söz konusu bu çağlardaki çocuklar, internet ve sosyal medya uygulamalarını bağımsız olarak keşfedebilse de çoğunlukla henüz okuma ve yazma bilmediklerinden dolayı ebeveynlerinin rehberlik ve yardımına ihtiyaç duymaktadırlar.[37] Ebeveynler, çocuklarının internet kullanımına ilişkin kaygı duymalarına rağmen günlük yaşamda ve özellikle eğitimde dijitalleşmenin hızının artması nedeniyle çocukların internet kullanımını desteklemektedirler. Bu paradoksa rağmen ebeveynlerin yalnızca küçük bir yüzdesi, özellikle internette geçirilen zaman ile ilgili söz gelimi ev ödevlerini bitirdikten sonra kullanıma izin vermek suretiyle ya da vakitlerini çevrimiçi oyun oynayarak geçirmemeleri için kurallar koyduğunu belirtmektedirler. Görüldüğü üzere bu kurallar internette gerçekleştirilen aktivitelerin içeriğinden ziyade geçirilen zamana ilişkindir. Oysa bu hususa dair güncel çalışmalar ebeveynlerin geçirilen zamana dair kural koymasından ziyade çocuklara internet kullanımı sırasında eşlik etmelerinin onların desteklenirken öğrenmelerine ve kendi kendilerinin sınırlarını belirlemeye yardımcı olduğunu öne sürmektedir.[38]

Yeni nesil ebeveynlerin sosyal medya hesaplarındaki paylaşımlarda sıklıkla küçük çocuklarının fotoğraflarına yer vermesi "sharenting" olarak adlandırılmaktadır. "Sharenting" (paylaşanababalık) olgusu, uluslararası platformlarda siber psikoloji, klinik psikoloji ve hukuk uygulamalarında yakın tarihte tanımlanan disfonksiyonel bir aile dinamiği olarak şekillenen belirli davranış biçimleri olarak karşımıza çıkmaktadır. İngilizce "paylaşmak (share)" ve "ebeveynlik yapmak (parenting)" sözcüklerinden oluşturulan bu olgu, ebeveynlerin dijital iletişim ekseninde sosyal medyada çocukları ile ilgili haber, fotoğraf ve

video paylaşma ve bir ebeveyn olarak kendilerini bu dijital iletişim ekseninde sunma davranışlarını ve bu davranışın yaygın kullanımı durumunu betimlemek için kullanılmaktadır.[39] Bu olgunun sıklığı şiddeti ve süresi arttıkça "aşırı paylaşanababalık (oversharenting)" haline dönüşebilmektedir.

Aşırı paylaşananababalık olgularında pragmatik ebeveynlikten narsisistik ve teşhirci ebeveynliğe kadar uzanan özellikle travma kökenli dissosiyatif yaşantıların ve sınırda kişilik örgütlenmesinin görüldüğü psikopatolojiler söz konusu olup bu aileler kısa bir zaman içerisinde "Networked Family" sürecine yani bütün aile fertlerinin sürekli dijital iletişim ağlarında online bir şekilde kalarak siber hayatın içine hapsoldukları başka bir psikopatolojik yapılanmaya doğru kayarlar. Sharenting, çocukların henüz kendileri sosyal medya kullanıcıları olmadan, dijital kimlikler edinmeye başlamaları anlamına da gelmektedir.[40] Paylaşanababalık pratiği, çocukların henüz kendi dijital kimliklerinin yaratıcısı olmadıkları küçük yaşlarda büyük oranda gerçekleştirilmektedir. Ancak ergenlik sonrası dönemde bu bireylerin kendi dijital kimlikleri üzerinde söz sahibi olmaya başlamaları sonrasında ebeveynlerin çocukları hakkındaki sosyal medya paylaşımlarının etik sınırları hem psikolojik hem de hukuksal boyutlarda tartışmaya açılmıştır.[40-42]

Çevrimiçi sosyal ağlarda çocuklarla ilgili görüntülerin ve dijital hikayelerin yayınlanmasının yaygın popülaritesine rağmen, ebeveynlerin çocuklarının "gizlilik hakkını" ihlal edip etmediğine dair sorular sıklıkla gündeme gelmektedir. Çocuklar için çevrimiçi gizlilik hakkının ihlaline dair Fransız hukuku, çocukların bu tür ihlaller için ebeveynlerini dava etmelerine izin vermektedir. Kimi yazarlar çocukların çevrimiçi fotoğraf ve videolarının paylaşımının pedofililere veya çevrimiçi istismarcılara kolaylık sağladığı konusunda uyarılarda bulunmaktayken kimileri ise bu paylaşımlarda bulunanların narsisistik örüntülerinin devamı olarak bu durumu bir tür çocuk istismarı olarak görmektedir. Tüm bunlara rağmen bu tür blogların ve ebeveynlerin çocuklarına yer verdikleri sosyal medya hesaplarının popülaritesi yükselmeye devam etmektedir.[39] Aslında "sharenting" uygulamaları gerçekleştiren bu dijital temelli ailelerin psikolojik örüntüsü de siber dissosiyatif bir psikopatolojik zeminde olup bu dijital aile modeli, Öztürk'ün tanımladığı disfonksiyonel aile tipleri ile benzer doğadadır.

Bugün dijital iletişim ağları, bütün aile modellerini kuşatıcı ve mobil bir etkiyle kontrol etmeye ve yönetmeye başlamıştır. Günümüzde kanaatimce artık adeta "dijitalleşmiş aile dinamikleri" ve bu aile dinamiklerinin dijitalleşmiş yeni fonksiyonları ve yeni bir iletişim dilleri bulunmaktadır. Sosyal medya araçlarının yazılı, sesli veya görsel iletişim şekilleri aile bireyleri arasında da bir bağımlılık yaratmaya başlamıştır. Hatta bu dijital iletişim şekilleri bir kesintiye uğradığında bireyler arasında anksiyete, huzursuzluk ve sinirlilik gibi yoksunluk belirtileri de görülür olmuştur. Bu nedenle bu aileler kanaatimce "dijital aile modeli" olarak adlandırılabilirler. Öztürk'ün geliştirdiği "Doğal ve Rehber Ebeveynlik" stilindeki anne ve babalar, çocuklarını hem olası bütün travmatik yaşantılardan korumalı hem de bu gibi negatif yaşantılarla ilgili baş edebilme tekniklerini öğretebilmelidirler.[1] Öztürk'e göre çocukları hakkındaki sezgilerini, içgörülerini ve tahminlerini en iyi şekilde kullanabilen doğal, empatik ve net yaklaşım teknikleriyle çocukları arasında güven temelli duygusal karşılılıklarıyla onlara sahip oldukları bilgi ve yaşam tecrübeleri ile en iyi şekilde yol gösterebilecek ve optimal düzeydeki temel kural ve beklentilere sahip olan doğal ve rehber ebeveynlik stilindeki anne ve babalar, dijital iletişimi de en optimal düzeyde kullanmayı öğretmek zorundalardır. Dijital iletişimi optimal düzeyde kullanan ebeveynlerin, özellikle kendi çocuklarına da bu optimal düzeyde dijital iletişimi kullanabilme yeterliliğini ergenlik öncesi döneme kadar kazandırmaları şarttır. Aksi takdirde bu çocuklar kendi anne ve babalarının yanlış çocuk yetiştirme stillerinin etkisiyle içine hapsoldukları siber hayatlarında, bütün siber bağımlılıkların ve siber psikopatolojilerin birer kurbanları olacaklardır. Dijital iletişim ağları ve sosyal medya uygulamalarını bir ödül ve ceza sistemi olarak kullanan ebeveynlerin kendi çocuklarını açık ve net bir şekilde duygusal olarak istismar ettiğini ifade edebilirim. Her çocuk çok büyük oranda kendi anne ve babasını model almaktadır. Bu nedenle ebeveynlerin dijital iletişim ağlarını ve sosyal medya uygulamalarını önce kendileri optimal düzeyde kullanabilir bir yeterlilikte olmalıdırlar ve bu dijital ağları optimal düzeyde kullanabilme yeterliliğini kendi çocuklarına öğretebilmelidirler. Bu son iki cümle aslında bir "dijital ebeveynlik" tanımı olup Öztürk'e göre dijital ebeveynlik, doğal ve rehber ebeveynlik temelinde fonksiyon görmelidir. Kanaatimce çoğu zaman dijital iletişim ağlarını optimal düzeyde kullanamayan ebeveynler, klinik psikolojide yeni bir disfonksiyonel aile tipini oluşturmakta aynı zamanda kendileri gibi kendi çocuklarını da siber travmalara açık hale getirerek siber bağımlılıkları ve siber psikopatolojileri olan bir nesil yaratmaya devam etmektedirler.

KAYNAKLAR

1. Öztürk E. Psikotarih Ruhsal Travma ve Dissosiyasyon, Celbiş O, editör. Turaz Akademi. 1. Baskı. Ankara: Akademisyen Kitabevi; 2018a. s. 92-106.
2. Öztürk, E. Dijital İletişim, Siber Kimlik, Siber Alter Kişilik ve Siber Dissosiyasyon. Celbiş O, editör. II. Türk Adli Bilimler Kongresi Tam Metin Bildiri Kitabı. Antalya. 2019. p.9-17.
3. Schumaker JF. The age of insanity: Modernity and mental health. Westport, CT: Praeger. 2001.
4. Gold SN. Fightclub: A depiction of contemporary society as dissociogenic. Journal of Trauma & Dissociation. 2004;5(2):13-34.
5. Sar V, Ozturk E. Stimulus deprivation and overstimulation as dissociogenic agents in post modern oppressive societies. Journal of Trauma & Dissociation. 2013; 14(2): 198-212.
6. American Psychiatric Association. Diagnostic and statistical manual of mental disorders (4th ed.). Washington, DC: 1994.
7. Öztürk E. Travma ve Dissosiyasyon: Dissosiyatif Kimlik Bozukluğunun Psikoterapisi ve Aile Dinamikleri. İstanbul: Nobel Tıp Kitabevi; 2017.
8. Rheingold H. The virtual community: Homesteading on the electronic frontier, Reading, MA: Addison-Wesley; 1993.
9. Öztürk E, Çalıcı C. Modern Toplumda Kimlik, "Siber Dissosiyasyon" ve "Siber Alter": Teorik ve Klinik Bir Yaklaşım. Öztürk E, editör. Ruhsal Travma ve Dissosiyasyon. Ankara: Türkiye Klinikleri; 2018. p.39-47.
10. Jensen MJ, Danziger JN, Venkatesh A. Civil society and cyber society: The role of the Internet in community associations and democratic politics. The Information Society. 2007; 23(1):39-50.
11. Ben-Ze'ev A. Privacy, emotional closeness, and openness in cyberspace. Computers in Human Behavior. 2003; 19(4):451-67.
12. Suler JR. Identity Management in Cyberspace. Journal of Applied Psychoanalytic Studies. 2002;(4):455-60.
13. Suler JR. The online disinhibition effect. Cyberpsychology & behavior. 2004; 7(3):321-6.
14. Suler JR. Psychology of the digital age: Humans become electric. Cambridge University Press. 2016; p. 4-28.
15. Öztürk E. Dövüş Kulübü: Çifte Kendilikler, çifte yaşamlar. Psikedergi. 2009;2:75-83.
16. Öztürk E. Travma Merkezli Alyans Model Terapi: Dissosiyatif Kimlik Bozukluğunun Psikoterapisi. Öztürk E, editör. Ruhsal Travma ve Dissosiyasyon. Ankara: Türkiye Klinikleri; 2018. p.31-8.
17. Whitty MT, Young G. Cyberpsychology: The study of individuals, society and digital technologies. John Wiley & Sons; 2016.
18. Şar V, Öztürk E. Functional dissociation of the self: A socio cognitive approach to trauma and dissociation. Journal of Trauma & Dissociation. 2007; 8(4): 69-89.
19. Rifat M, XX. Yüzyılda dilbilim ve göstergebilim kuramları. İstanbul: Yapı Kredi Yayıncılık; 2008.
20. Güneş A. Çağdaş bir çözümleme yöntemi: Göstergebilim. Humanities Sciences. 2012; 7(2):31-43.
21. Çeken B, Arslan AA. İmgelerin Göstergebilimsel Çözümlenmesi "Film Afişi Örneği". Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi. 2016;11(2).
22. Öztürk E, Şar V. Formation and functions of alter personalities in dissociative disorder: A theoretical and clinical elaboration. J. Psychol. Clin. Psychiatry. 2016a;6(6):7/7.
23. Öztürk E. Dissosiyatif Kimlik Bozukluğunun Psikoterapisi. Psikedergi. 2009;2:39-49.
24. Derin G, Öztürk E. Dissosiyatif Bozukluklar ve Sınırda (Borderline) Kişilik Bozukluğunda Ruhsal Travma. Bartın Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi. 2018;3(3):29-42.
25. Öztürk E, Şar V. The "trauma-self" and its resistances in psychotherapy. J. Psychol. Clin. Psychiatry. 2016b; 6, 00386.
26. Öztürk E. Psikotarih Açısından Çocuk Yetiştirme Tarzları ve Çocuk İstismarı. Turkiye Klinikleri Journal of Forensic Medicine-Special Topics. 2016; 2(3): 24-34.
27. Freud S. Jenseits des Lustprinzips [Beyond the pleasure principle]. In Studien ausgabe Bd. III, Psychologie des Unbewussten [Study edition Vol. III, The psychology of the unconscious]. 1975; (pp. 213-272). Frankfurt am Main, Germany: S. Fischer Verlag. (Original work published 1920).
28. Ozturk E, Sar V. The "Apparently Normal" Family: A Contemporary Agent of Transgenerational Trauma and Dissociation. Journal of Trauma Practice. 2006;4(3-4):287-303.
29. Sakarya D, Gunes C, Ozturk E, Sar V. 'Vampirism' in a case of dissociative identity disorder and post-traumatic stress disorder. Psychotherapy and psychosomatics. 2012; 81(5):322-3.
30. Zizek S. From objet a to subtraction. Lacanian Ink. 2007;30:131-41.
31. Krüger C, Sokudela BF, Motlana LM, Mataboge CK, Dikobe AM. Dissociation: A preliminary contextual model. South African Journal of Psychiatry. 2007;13(1):13-21.
32. Han BC. Şeffaflık Toplumu. İstanbul: Metis Yayınları; 2017. p. 11-78.
33. Norman KL. Cyberpsychology: An introduction to human computer interaction. Cambridge university press; 2017. p.27-30.
34. Sar V, Islam S, Ozturk E. Childhood trauma, attachment styles, alexithymia and suicidality in dissociative disorders: A comparison with major depression. Paper presentedat the 27th Annual Conference of the International Society for the Study of Trauma and Dissociation, Atlanta, GA. 2010.
35. Arieti S, Bemporad JR. The psychological organization of depression. American Journal of Psychiatry. 1980;137:1360-5.
36. Curtis A. The power of nightmares. The rise of the politics of fear [Television documentary film]. London, England: BBC Two. 2004.
37. Brito R, Francisco R, Dias P, Chaudron S. Family dynamics in digital homes: The role played by parental mediation in young children's digital practices around 14 European countries. Contemporary Family Therapy. 2017;39(4):271-80.
38. Dias P, Brito R, Ribbens W, Daniela L, Rubene Z, Dreier M, Gemo M, Di Gioia R, & Chaudron S. The role of parents in the engagement of young children with digital technologies: Exploring tensions between rights of access and protection, from 'gatekeepers' to 'scaffolders'. Global Studies of Childhood. 2016;6(4):414-27.
39. Blum-Ross A, Livingstone S. (2017). "Sharenting," parent blogging, and the boundaries of the digital self. Popular Communication. 2017;15(2):110-25.
40. Brosch A. When the child is born into the Internet: Sharenting as a growing trend among parents on Facebook. The New Educational Review. 2016;43(1):225-35.
41. Otero P. Sharenting should children's lives be disclosed on social media?. Archivos argentinos de Pediatria. 2017;115(5):412-4.
42. İnan-Kaya G, Kaya U. Bir Ebeveyn Pratiği Olarak 'Sharenting'. Current Debates In Education. Londra: IJOPEC Publication Limited. 2018.(5):471-84.