**# Nasıl Kedi Olunur?**

Kedilerin ve köpeklerin karakteristik özellikleriyle başlayalım.

Köpekler insanların uzun zamandır sadık dostlarından olmuştur.

Köpekler insanlara bağımlı; itaatkâr, evcilleştirilmiş ve tahmin edilebilir hayvanlardır.

Tam tersine kediler ise sağı solu belli olmayan, değişik davranışlarda bulunabilen hayvanlardır.

Kediler, öz benliklerini günümüzde gelişmiş teknolojiye ayak uydurarak korumuşlardır.

Kendimizi bu iki hayvan arasından biriyle özdeştirsek, kedi olmayı tercih ederiz.

Çünkü günümüzde itaatkâr olan değil özerk olan kazanıyor.

Çoğu zaman farkında olmasak da sürekli olarak sinsice planlanmış bir gözetim altındayız.

Kendimize şunu hatırlatmalıyız: sosyal medya hesaplarımız olmadan da hayatımızda aktif ve sosyal olabiliriz.

**# Deney Hayvanlarına Dönüşmek Üzerine**

Dünya günümüzde öyle bir hal aldı ki kafamızı ne zaman bir yere çevirsek orada bir teknolojik alet görebilmek mümkün.

Bu teknolojik aletlere hayatımızı kolaylaştıran araçlar olarak bakarken göz ardı ettiğimiz şey sürekli takip edildiğimiz g erçeğidir.

Algoritmalar tarafından hipnoz ediliyoruz ve bilmediğimiz amaçlara bilinç dışı hizmet ediyoruz.

Yani laboratuvar farellerine dönüşüyoruz.

Online olarak yaptığımız her eylem kaydediliyor.

Bakıldığı zaman bir kişinin yaptığı işin kaydedilmesi çok da önemli değilmiş gibi görünür.

Fakat dünya üzerindeki her insanı hesaba kattığımızda kaydedilen bilgi sayısı korkutucu büyüklüktedir.

Algoritma dediğimiz şey bizim kim olduğumuzla ilgilenmez ya da bizi anlamaz.

Algoritma gücünü sayılardan alır.

Size anlamınızı sağlayacak küçük bir örnek vermek istiyorum.

Çülekli dondurma reklamının çikolatalı dondurma reklamından daha fazla beğeni aldığını düşünün.

Varsayalım ki siz de çilekli dondurmayı daha çok seviyorsunuz.

İşte burada algoritma devreye girerek size çilekli dondurma ile alakalı ana sayfanıza daha fazla reklam düşürmeye başlıyor.

Karşımıza doğru anı bekleyip bizi etkileyecek doğru reklamı bu izlemeler sayesinde belirliyorlar.

Bizler de sosyal medya üzerinden etkilenip onların isteğiyle hareket etmeye başlıyoruz.

Bazı sosyal medya kurucuları aplikasyonların insanlar üzerindeki negatif etki yarattığını itiraf etmişlerdir.

Böyle bir itirafın perde arkasındakilerden gelmesi olayları farklı bir boyuta taşır.

Payımıza düşen farkındalığa kulak verip özgürlük yolunda adım atmaktır.

Davranış değiştirme olayların çekirdeğidir.

Bir eylemi gerçekleştirdikten sonra sana bir ödül verilirse, o eylemi daha sık tekrarlamaya başlarsın.

Ama ödülün her seferinde sana verilmezse bu sefer eylemi tekrarlamayı azaltırsın ve ödülün güvenilirliğini sorgulamaya başlarsın.

Online dünyada zamanlama her şeydir.

Örnek verecek olursak seni mutlu eden bir görselle karşılaştıktan sonra karşına satın almanı istedikleri bir ürün koyarlar.

Eğer ürünü satın alırsan zamanla iyi demektir ve diğer insanlar da senin yaptığını yapacak demektir.

Ama eğer ürünü almazsan zamanlama iyi değil demektir ve algoritma zamanı ve görseli tekrar ayarlayıp bir sonraki sefere karşına yeniden çıkarır.

Sosyal baskı insanlar için aslında ilkel bir dürtüdür.

İnsanlar arasında yaşamımızı sürdürmek için aykırı hareketlerden kaçınıp insanlara bağımlı yaşarız.

Sosyal kaygı bir işkence aleti olarak kullanılmaktadır.

Diğer insanların ne düşündüğü bizlere karşı kullanılan güçlü bir silahtır.

İnsanlardan aldığımız olumlu yorumlar negatif yorumlardan daha yapıcıdır.

"Negatif duygular pozitif duygulara göre daha kolay gelişir ve içimizde daha uzun süre yaşar."

**# Bağımlı Olmak Demek Sadece Alkol ve Uyuşturucu Kullanmak Demek Değildir**

Telefonunuza bir uygulama yüklediğinizde geri dönmek artık bizim için neredeyse imkânsızdır.

Çünkü tanıdığımız diğer hereks çoktan o uygulamayı kullanmaya başlamıştır.

Sosyal medya hesaplarımız, insanları bir araya getirmek için tasarlanmış gibi görünse de ne yazık ki bugünkü izolasyonun ve insanlar arası iletişim kopukluğunun en büyük nedenidir.

Algoritma dediğimiz sistem bu şekilde çalışıyor.

Para kazanması ve ayakta kalması için insanları gruplandırmaya ihtiyacı var.

Dünyadaki her insanın özel olduğunu vurgulamak yerine bizi dar bir kutunun içine koyuyor.

Telefonunuzdaki uygulamayı silip başkasını yüklemek bir çözüm değildir.

Elimizdeki tek seçenek tamamen değişmektir.

Bağımlı insan yoksunluk çeker.

Diğer insanları umursamaz ya da diğerlerinin fark etmeyeceği en ufak şeylere takılı kalırlar.

Günümüzde hiçbir insan ben bağımlı değilim diyemez.

Herkes bir şeylere bağımlı olmuş durumdadır.

Bağımlılıkların en başında da sosyal medya hesaplarımız gelmektedir.

Bu yüzden hiç kimse çıkıp benim özgür iradem vardır da diyemez.

Bağımlı olan insanın özgür iradesi olamaz.

Kendimizi özgür bırakmak, daha az bağımlı olmak, daha az manipüle edilmek ve daha az paranoyak olmak için hesaplarınızı acilen silin.

**# Her Şeyi Kontrol Eden Makine**

Konu elimizdeki akıllı telefonumuz ya da internetimiz değildir.

Önce kendimizi düzeltmekle işe başlamalıyız.

İnternet dünyasında statiksel bir makine bir insanın belirli bir yönde hareket etme şansını hesaplar.

Teknolojiyle beraber insanlar daha fazla garip ve ahlaksız olmaya başladılar.

Artık sıradan insanlar dikkat çekmek uğruna alçaklaşmaya eğilimli olmaya başladılar.

Eğer para kazanmanın ve insanların dikkatini çekme yolu birisine dünyayı dar etmekten geçmeye başladıysa teker sonsuza kadar dönmeye devam edecektir.

Problem belirli bir teknoloji değildir fakat teknolojinin insanları manipüle etme biçimidir.

Kontrolsüz güç medeniyeti yok eden bir tehdit olmaya başlamıştır.

Matematikten, psikolojiden korkmalıyız.

Dünyamızın akıl sağlığını korumak için sosyal medya hesaplarımızı silmeliyiz.

Eğer sosyal medya hesapları size güven vermiyor aksine öz güveninizi düşürüyorsa, platformu terk edin.

Kim olduğumuz kendimizle alakalı en önemli şeydir.

Asla internetin değerimizi azaltmasına izin vermemeliyiz.

**# Online Dünya, Sayılar ve Biz**

Online dünyada yarattığımız etkinin farkında değiliz.

içerikle alakalı bir bağlantımız yok.

Medya her şeyi karıştırıp harmanlar.

Bizim ana sayfamızda çıkan içeriklerle diğer insanların ana sayfalarında çıkan içerikler farklıdır.

Çünkü her insanın ilgisi ve algıda seçiciliği farklıdır.

Algoritmalar karşımıza çıkan görüntüleri ve yazıları bize özel olarak ayarlanmış bir şekilde sunar.

Sosyal medyada her şey acınası, sığ ve tahmin edilebilirdir.

Online dünyada kişiliğimizin bir önemi yoktur.

Online dünyaya adım attığımızda bizim ismimizin ya da kim olduğumuzun önemi yoktur.

Algoritmaların gözünden artık biz sadece sayılardan ibaretizdir.

Kaç beğeni aldığımız, kaç takipçimizin olduğu, kaç tıklama aldığımız önemlidir sadece.

Distopik bilim kurgu kitapları ya da filmler, gelecekte isimlerin yerini sayıların alacağını söyler.

Gerçek hayatta ise mahkûmlar hapishanede birer sayı olarak çağırılır.

Gerçek sebep ise aslında çok derin ve karanlıktır.

Sayı olmak, sistemin kölesi olmak demektir.

Sayı olmak açıkça özgürlüğünden kısılması ve kişiliğinin kaybolması demektir.

(Buna kesinlikle katılıyorum. Merak edenler için; Elon Musk'ın çocuğuna verdiği ismi araştırmalarını öneririm.)

Daha önceden de belirttiğimiz gibi algoritmalar neyi ne kadar gördüğümüzü belirler.

Sosyal medya herkesi anlamsız kılar.

Sen ve karşındaki insanlar anlamsızlaştıkça etrafında olup bitenleri almanın bir yolu olmaz.

Her şeye ve herkese uyuşursun.

Dünya görüşün bozulmaya başlar.

Senden ayrı bir şekilde manipüle edilmiş insanları anlamakta zorlanmaya başlarsın.

Empati yapma kapasiten yavaşça körelir.

Yaşadığımız travmatik olaylar sosyal medya kullandıkça kötüleşir ve etkisi sonsuza kadar sürmeye başlar.

**# Yönetenler ve Yönetilenler**

Sosyal medya kurucuları istedikleri zaman insanları mutlu ya da üzgün bir moda sokabilecekleri konusunda kendilerini överler.

Düşündüğümüzde bunu halka açık bir şekilde belirtmeleri onların aleyhine gibi gözükür.

Aslında etkilemek istedikleri biz sosyal medya kullanıcıları değil, bizi manipüle eden reklamcılardır.

Bizler onlar için müşteri değil aslında birer ürünüz.

Herhangi bir siteye üye olmadan önce, okumadan her "kabul ediyorum" kutucuğuna tıkladıkça bilinçsizce kendimizden bir şeyler veriyoruz.

Sadece gözden çıkarılabilir piyonlar olduğumuzun ne zaman farkına varacağız?

Silikon Vadisi çalışanları bütün bu sosyal medya hesaplarını geliştirirken bazı ünlü davranış bilimcilerin tekniklerini birebir uyguladıklarını söylediler.

Telefonunda sosyal medya hesabı bulunan her insan aslında birer Silikon Vadisi deneğidir.

Daha önce de bahsettiğimiz numaralandırma sistemi insanları fişlemek için yapılmış tehlikeli bir oyundur.

yazarın kitapta bahsettiği gibi, Candy Crush gibi bir oyunun parıltılı sevimli olmasının bir sebebi var.

Nasıl deney hayvanlarının labirentte bulması gereken yiyecekleri varsa bizim de patlattıkça rahatlatıp bağımlılık yapan oyunumuz var.

İnternet mizahları söylediğimiz şeylere uygun düştüğünde bizi güldürür, savunduğumuz fikirde haklı olduğumuzu bize aşılar.

Fakat bu yalnızca bir illüzyondur.

İyi bir noktaya değindiğimizi düşünürken büyük resme odaklandığımızda popüler olan fikri güçlendirerek onu gerçek yapıyoruz.

Fikrimiz popüler olan fikir neyse onun yanında silinip gidiyor.

Bizi oyun dışı bırakıyor.

**# Ne Yapacağız?**

Yapmamız gereken interneti hayatımızdan söküp atmak değil.

İnternetin kendisi bizim problemimiz değil.

Dünyadaki olaylardan kopma endişesiyle sosyal medya hesaplarına daha çok bağlanmamalıyız.

Hala arkadaşlarımıza e-mail atabilriiz ya da sabah haberlerini okumak için siteleri ziyaret edebiliriz.

İstediğimiz şey arkadaşlarımızla bizim aramıza giren sinsi bir casusu denklemden çıkarmak.

Hala Youtube kullanabilirsiniz Google hesabınıza giriş yapmadan.

Böylece daha az manipüleye maruz kalırsınız.

Kendinizi özgür bıraktıktan sonra da sosyal medyanın zamanınızı nasıl çaldığını göreceksiniz.

Sosyal medya kullanıcısıysanız üzerinizde görünmez bir çip vardır.

Her an birileri tarafından izleniyor ve kaydediliyorsunuz bilmediğiniz amaçlar için.

Hayatınızdaki her şey görünmez bir el tarafından kontrol ediliyor ve son söz asla size ait değildir.

Bazen kendinizi bir hataya sürükleyip yanlışlardan dönmek daha etkilidir.

(Yani demek istiyor ki "bir musibet bin nasihatten iyidir.")

**# Okurun Yorumu**

\*\*\*4 senedir instagram kullanmıyorum, mutluyum, huzurluyum, işime ve gücüme odaklıyım.

Zaten bu yazıyı okuyan biri varsa mutlaka kendini geliştirme yolunda ilerliyor demektir.

Kendini geliştirmeye çalışan biri de sosyal medyaya çok fazla girmez.

Marmaray'da akşam eve gelirken bazen gözüm insanların telefonlarına takılıyor, instagram Reels kaydırmaca...

Boşa zaman öldürmeye devam.

Zaten dünyada aklını kullanıp ilerleyen çok az kişi olmalı değil mi?

Herkes iyi olursa gerçek iyilerin kıymeti bilinmez.\*\*\*

\*\*\*Boşverin, kendinizi batırdığınız o bok çukurunda boğulmaya devam.

Bu nüfusun büyük çoğunluğuna ihtiyaç yok zaten.\*\*\*