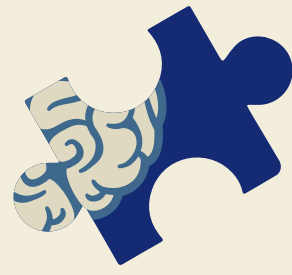
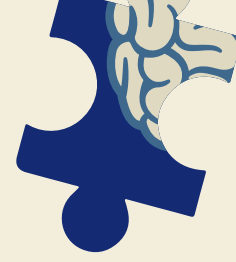


Kararlarımız Gerçekten Bize mi Ait?

- Betül AYDOĞ



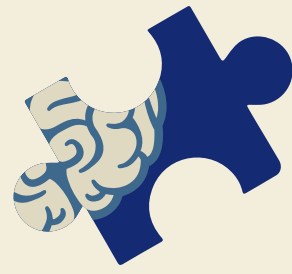
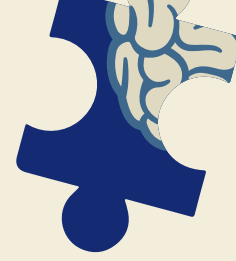


Hayatımız boyunca ne giyeceğimizden
hangi kariyere yöneleceğimize, kiminle
vakit geçireceğimizden hayatımızı nasıl
yaşamak istediğimize kadar sayısız
karar veririz.



Ama hiç durup
düşündünüz mü?

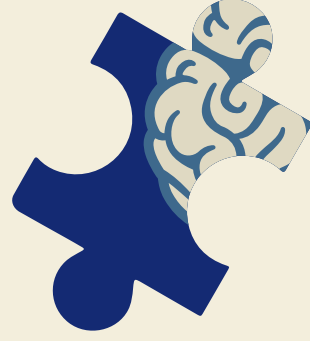


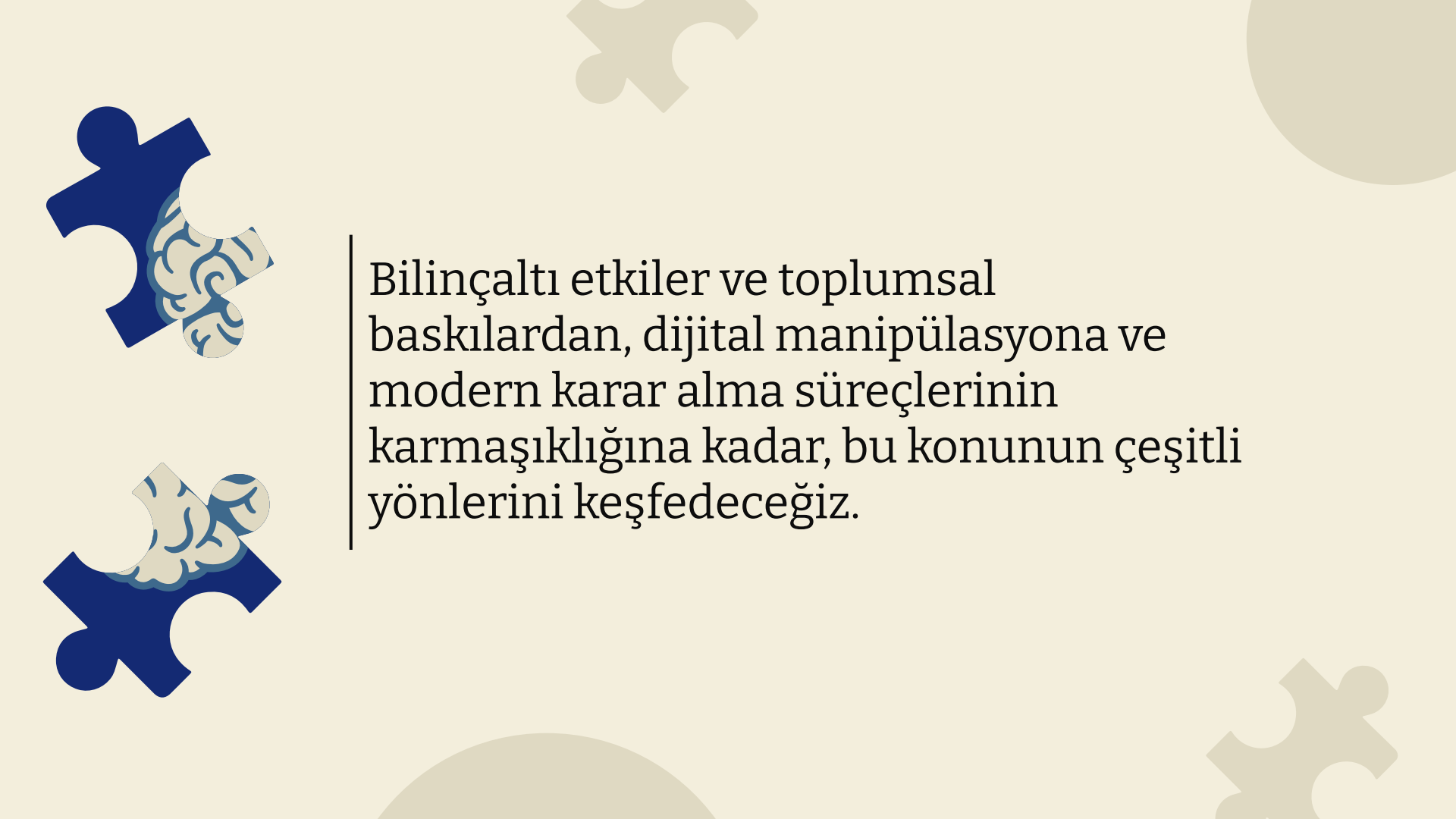


Bu kararlar gerçekten bize mi ait? Yoksa
bilmeden gizli güçlerden mi
etkileniyoruz?
Gizemli bir otorite bizim için seçimler
mi yapıyor?



Bugün sizi bu soruyu
benimle birlikte
keşfetmeye davet
ediyorum.

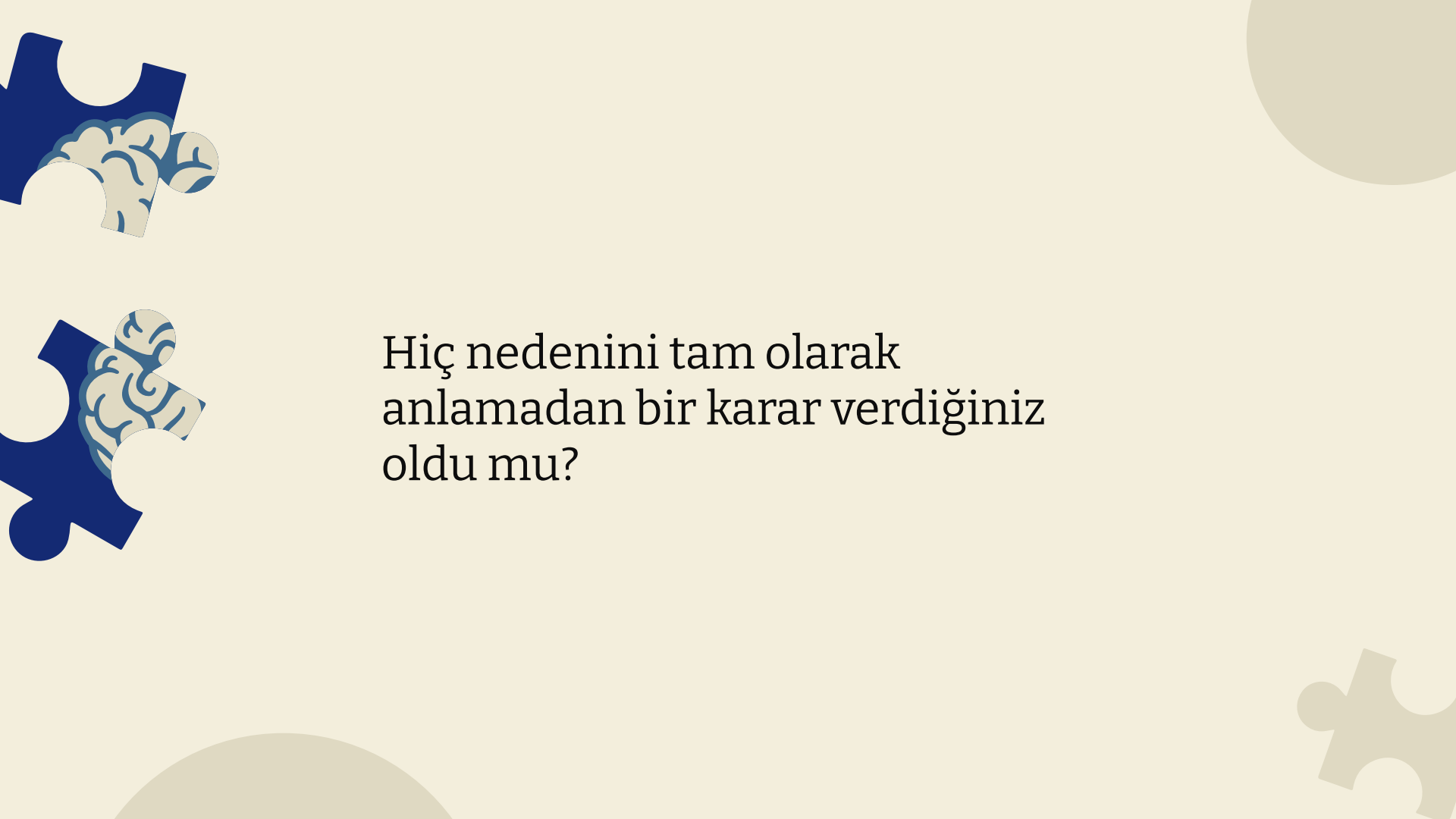


The background features several decorative elements: a large light beige circle in the top right, a smaller light beige circle in the bottom center, and a light beige puzzle piece in the bottom right. On the left side, there are two dark blue puzzle pieces, each containing a stylized brain illustration in light beige and dark blue. A vertical line is positioned to the left of the text block.

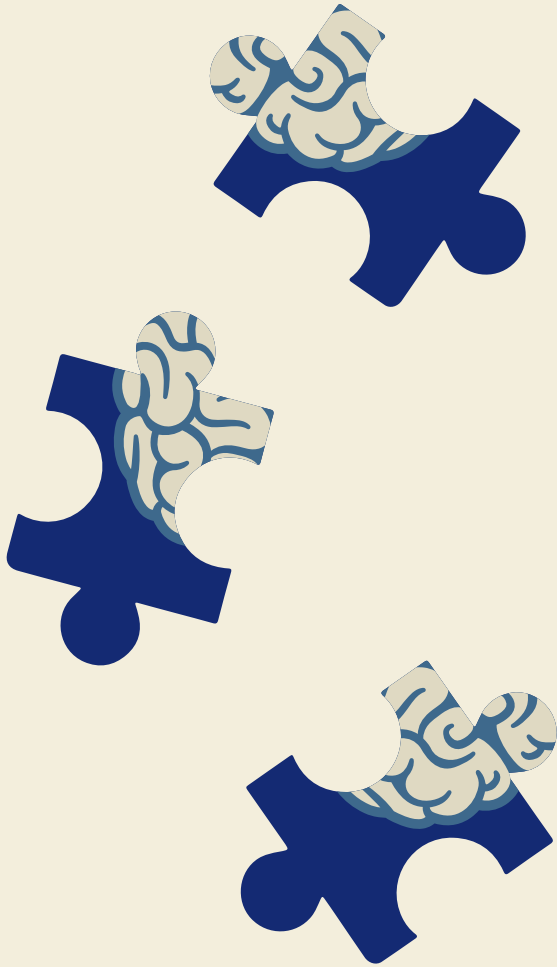
Bilinaltı etkiler ve toplumsal baskılardan, dijital manipölasyona ve modern karar alma süreçlerinin karmaşıklığına kadar, bu konunun eşitli yönlerini keşfedeceğiz.

Hazır olun, bu konuşma kendi
seimlerinizi algılama şeklinizi
deęiřtirebilir!



The background is a light beige color. In the top-left corner, there is a dark blue puzzle piece with a white brain-like pattern inside. In the bottom-left corner, there is another dark blue puzzle piece with a white brain-like pattern inside. In the top-right corner, there is a large, light beige circle. In the bottom-right corner, there is a light beige puzzle piece. In the bottom-left corner, there is a large, light beige circle.

Hiç nedenini tam olarak
anlamadan bir karar verdiğiniz
oldu mu?

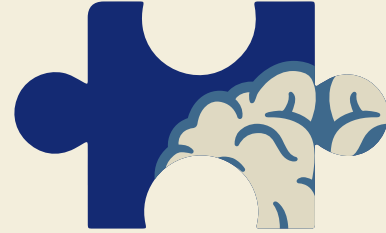


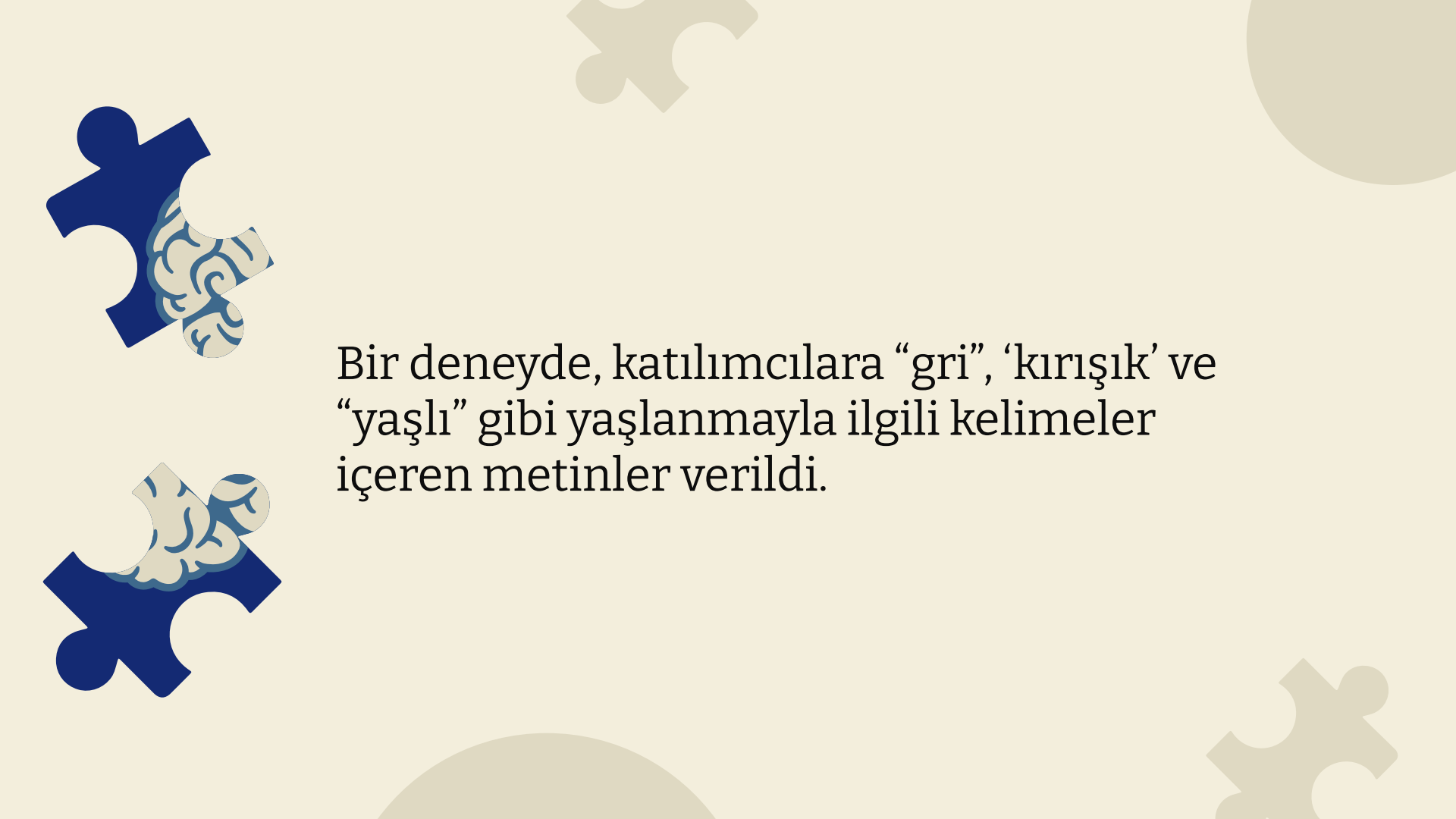
Ya da sadece içgüdüsel olarak
“doğru hissettirdiği” için bir şeyi
seçtiniz mi?

Bu, “Seçim Yanılsaması” olarak bilinen bir etki olan bilinçaltı zihninizin iş başında olmasından kaynaklanıyor olabilir.



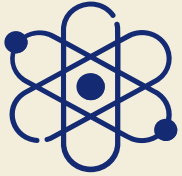
Psikolog John Bargh, davranışlarımızın çoğunun bilinçdışı ipuçları tarafından yönlendirildiğini gösteren deneyler yaptı.



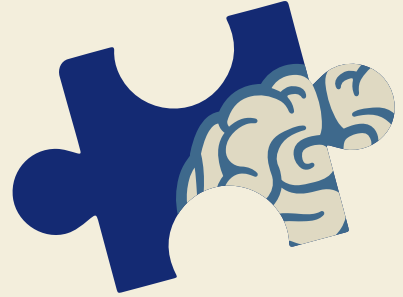
The background is a light beige color. It features several decorative elements: a large, faint puzzle piece in the top center, a large, faint circle in the top right, a large, faint puzzle piece in the bottom right, and a large, faint circle in the bottom center. On the left side, there are two dark blue puzzle pieces. The top one is tilted and contains a stylized, light blue and white pattern resembling a brain or a complex network. The bottom one is also tilted and contains a similar pattern. In the center of the slide, there is a block of text in a black, serif font.

Bir deneyde, katılımcılara “gri”, ‘kırışık’ ve
“yaşlı” gibi yaşlanmayla ilgili kelimeler
içeren metinler verildi.

Bu metinleri okuduktan sonra, katılımcılar farkında olmadan daha yavaş yürümeye başladılar, tıpkı yaşlı insanlar gibi!



Birkaç kelime davranışları
değiştirebiliyorsa, her gün maruz kaldığımız
reklamların, sosyal medya içeriklerinin ve
çevrenin kararlarımızı nasıl şekillendiriyor
olabileceğini bir düşünün.

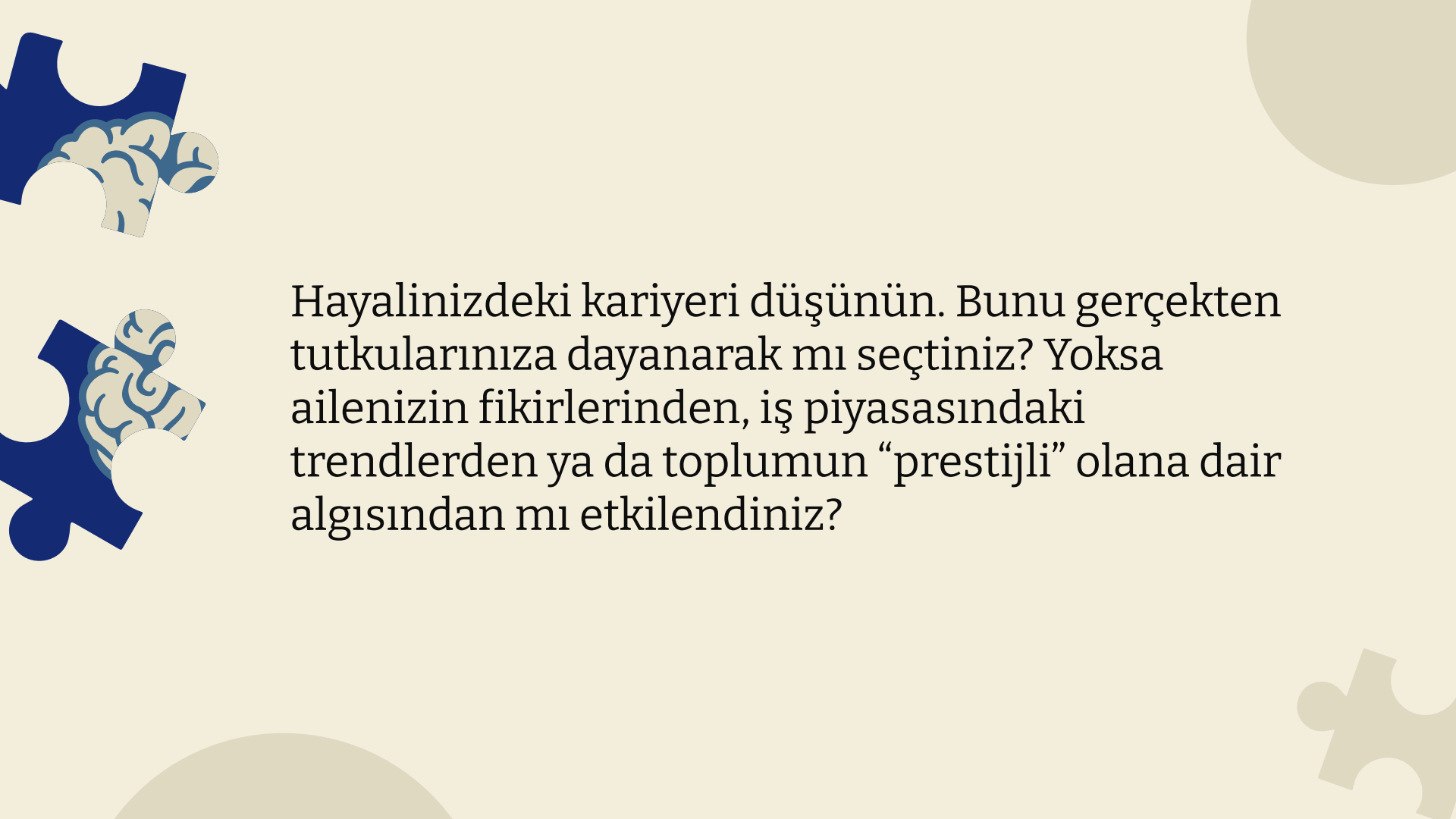


Doğduğumuz andan itibaren, bize neyin kabul edilebilir, arzu edilebilir ve bizden beklenen olduğunu öğreten kültürel bir sistemin içine gireriz.

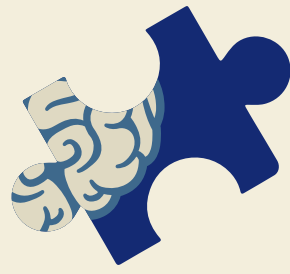
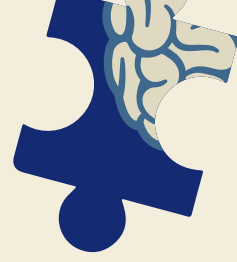


Ailelerimiz, arkadaşlarımız ve toplum,
tercihlerimizin ve inançlarımızın
şekillenmesinde önemli bir rol oynar.



The background features a light beige color with several decorative elements. In the top-left corner, there are two dark blue puzzle pieces, one of which contains a white brain icon. In the bottom-left corner, there is another dark blue puzzle piece with a white brain icon. In the top-right corner, there is a large, light beige circle. In the bottom-right corner, there is a light beige puzzle piece. The text is centered in the middle of the slide.

Hayalinizdeki kariyeri düşünün. Bunu gerçekten tutkularınıza dayanarak mı seçtiniz? Yoksa ailenizin fikirlerinden, iş piyasasındaki trendlerden ya da toplumun “prestijli” olana dair algısından mı etkilendiniz?

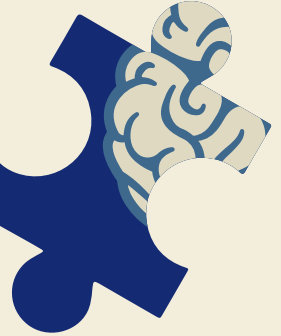
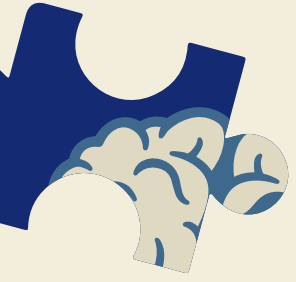


Ya da giyim tarzınızı düşünün.
Kişisel zevkinize göre mi giyiniyorsunuz?
Yoksa popüler kültürün dikte ettiği bir
modayı mı takip ediyorsunuz?



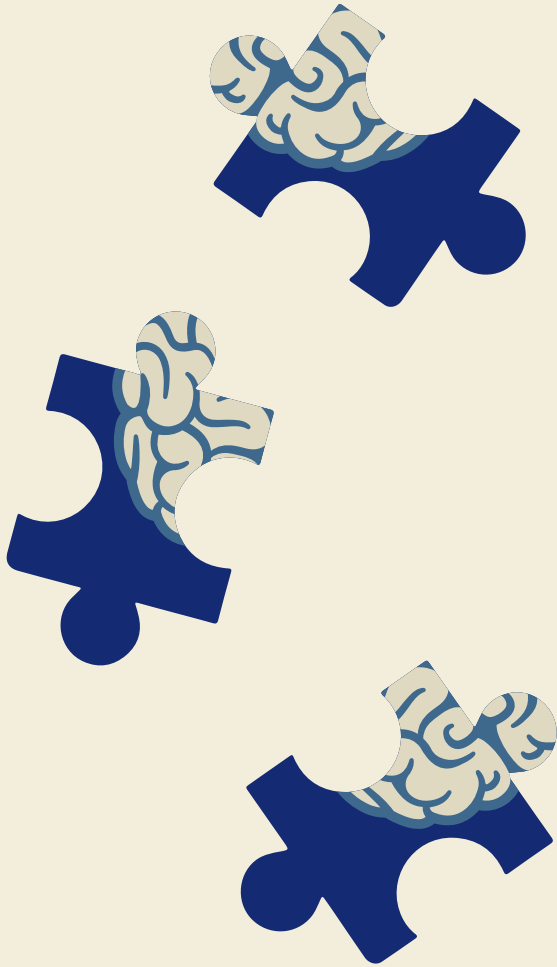
Bu noktada Őunu sormalıyız: Ne istediğimize gerçekten biz mi karar veriyor muyuz, yoksa bize dayatılanı kendi se imimizmiŐ gibi kabul m  ediyoruz?



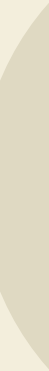


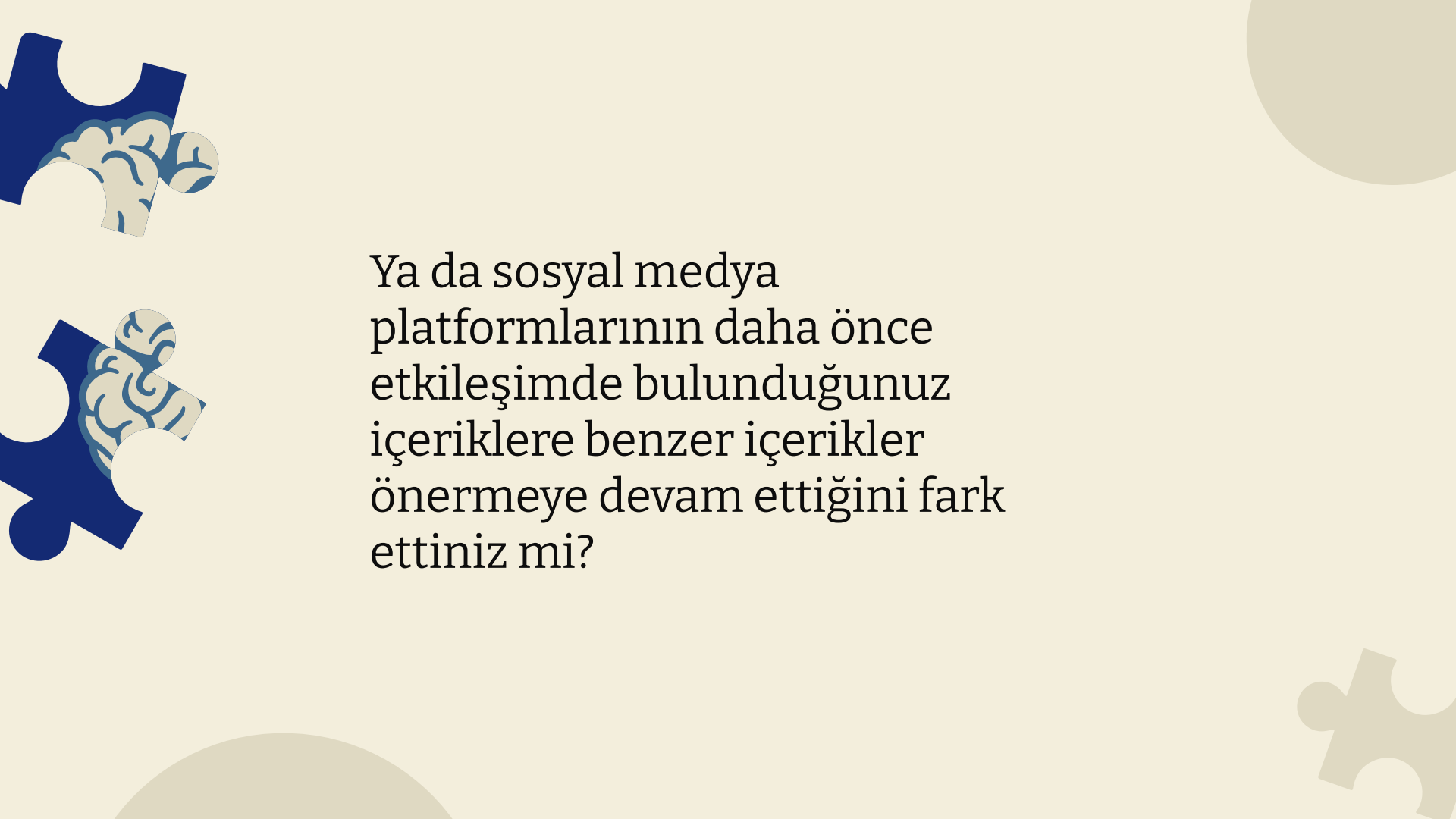
Günümüzde kararlarımızı etkileyen en güçlü etkenlerden biri internet; özellikle de hangi içeriği göreceğimizi belirleyen algoritmalar.



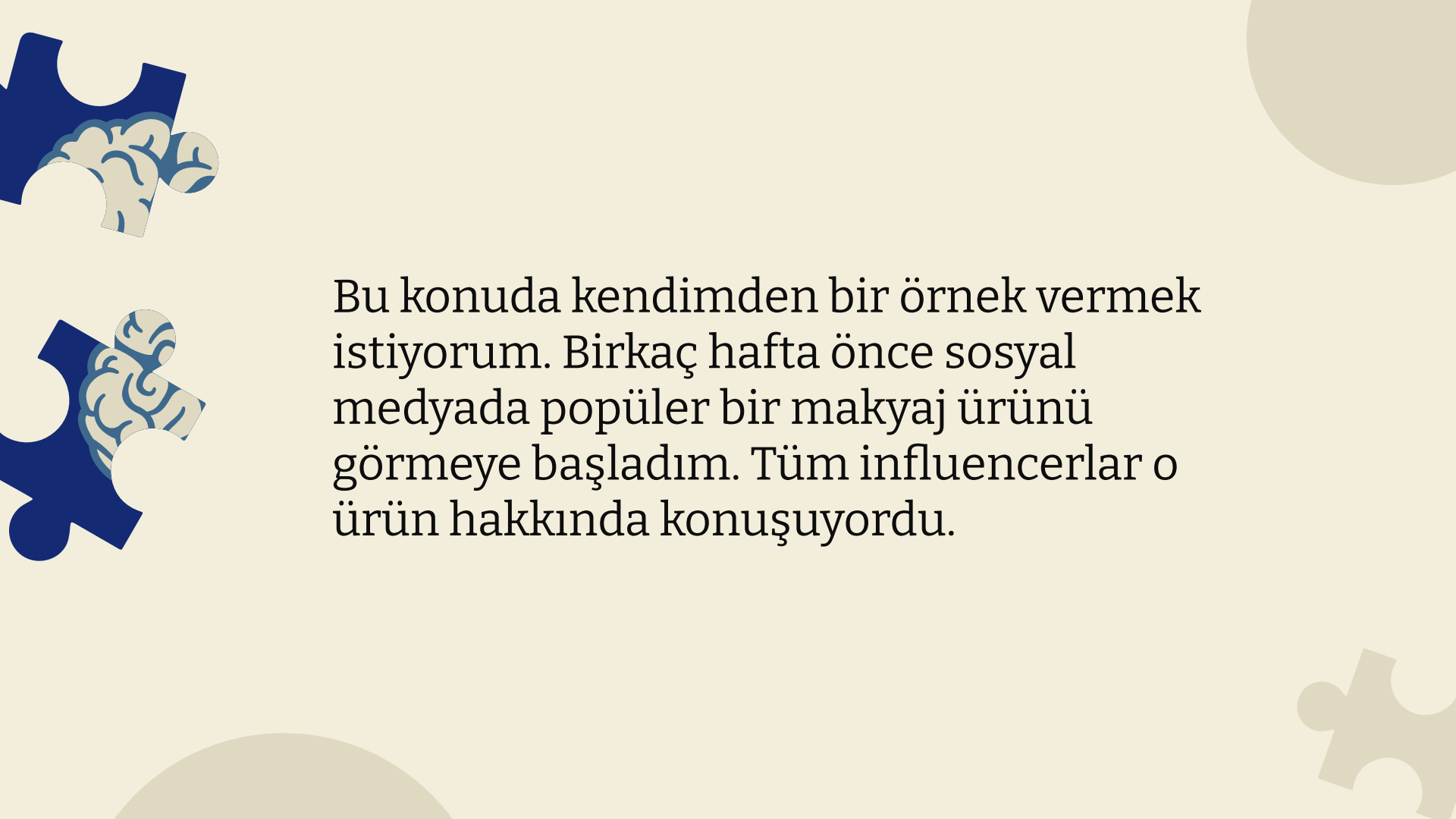


Hiç internette bir ürün
aradıktan sonra her yerde o
ürünle ilgili reklamlar görmeye
başladınız mı?

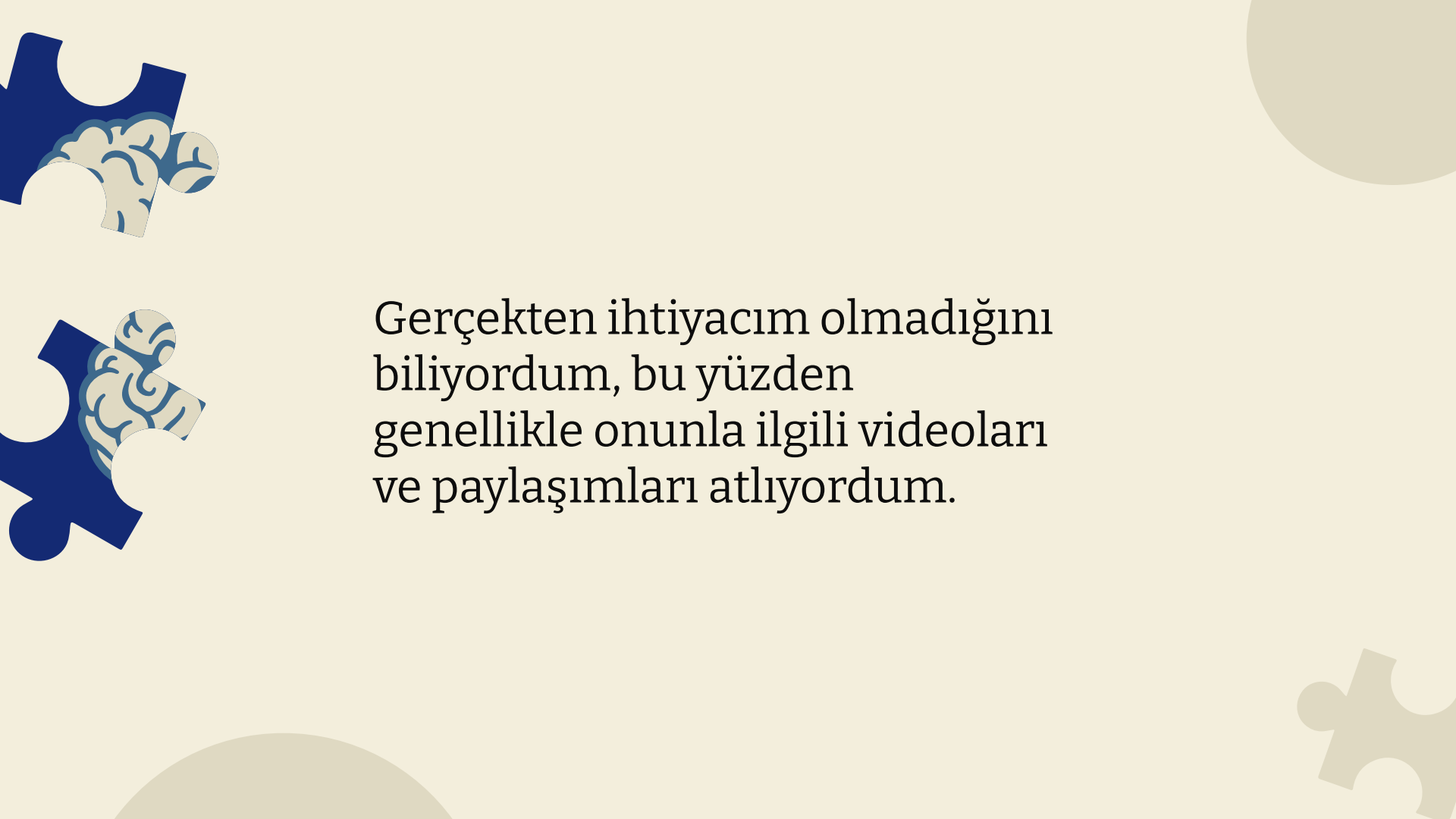


The background features a light beige color with decorative elements. On the left side, there are two dark blue puzzle pieces, each containing a white brain icon. On the right side, there are two light beige puzzle pieces. Additionally, there are two large, light beige circles, one in the top right and one in the bottom left.

Ya da sosyal medya
platformlarının daha önce
etkileşimde bulunduğunuz
içeriklere benzer içerikler
önermeye devam ettiğini fark
ettiniz mi?

The background is a light beige color. In the top-left corner, there are two dark blue puzzle pieces, one of which contains a white brain icon. In the bottom-left corner, there is another dark blue puzzle piece with a white brain icon. In the top-right corner, there is a large, light beige circle. In the bottom-right corner, there is a light beige puzzle piece. In the bottom-left corner, there is a large, light beige circle.

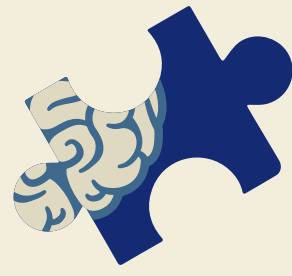
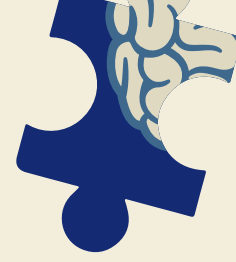
Bu konuda kendimden bir örnek vermek istiyorum. Birkaç hafta önce sosyal medyada popüler bir makyaj ürünü görmeye başladım. Tüm influencerlar o ürün hakkında konuşuyordu.

The background is a light beige color. In the top-left corner, there is a dark blue puzzle piece with a white brain-like pattern inside. Below it, on the left side, is another dark blue puzzle piece with a white brain-like pattern. In the top-right corner, there is a large, light beige circle. In the bottom-right corner, there is a light beige puzzle piece. In the bottom-left corner, there is a large, light beige circle.

Gerçekten ihtiyacım olmadığını
biliyordum, bu yüzden
genellikle onunla ilgili videoları
ve paylaşımları atlıyordum.

Ancak bir süre sonra o kadar sık
karşıma çıkmaya başladı ki, ihtiyacım
olmadığını bildiğim halde
satın alsam mı diye düşünmeye
başladım.

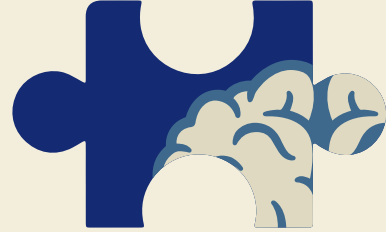


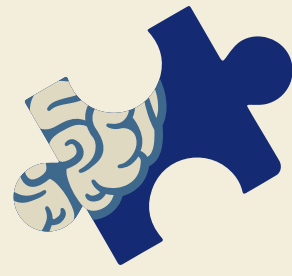
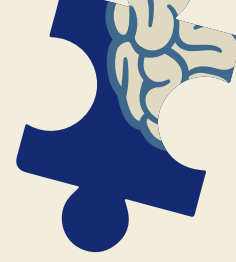


Ve sonunda, tahmin edebileceğiniz gibi,
direnmekten vazgeçtim ve satın aldım.



Aslında bu komik, çünkü ürünü
neredeyse hiç kullanmıyorum ve
aslında en başından beri o ürüne
ihtiyacım olmadığını biliyordum
ama yine de satın aldım.



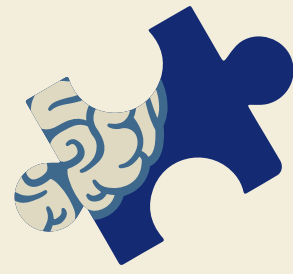
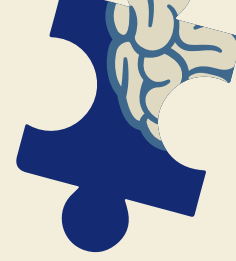


Bu bir tesadüf deęil. Seimlerimiz
genellikle özenle seçilmiř bir algıyla
sınırlıdır.



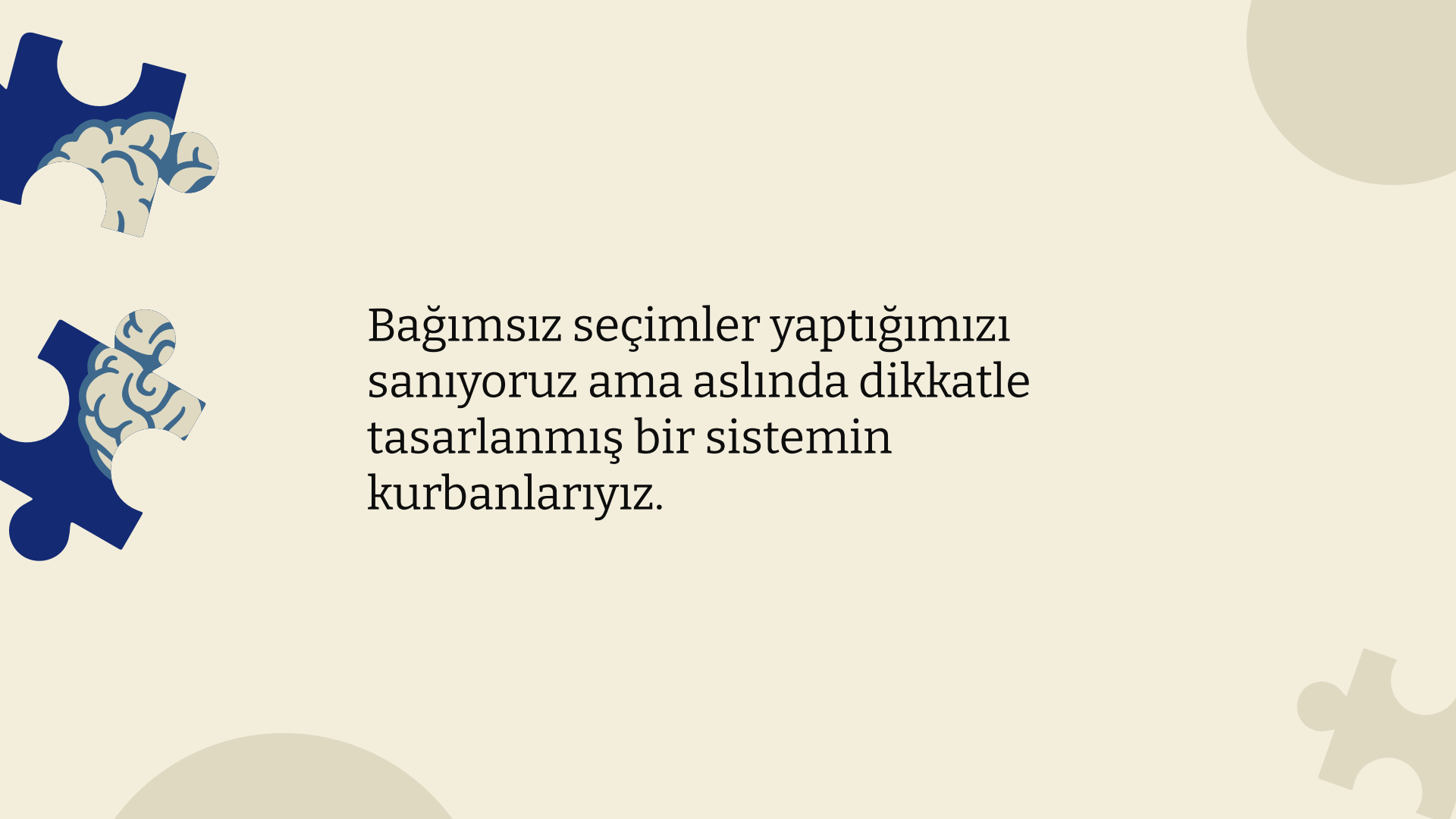
Modern yaşam sürekli olarak karar vermemizi gerektiriyor. Süpermarket reyonları yüzlerce ürünle dolu, mağazalar sayısız kıyafet seçeneği sergiliyor ve sosyal medya sonsuz bir içerik akışı sunuyor.





Basit bir restoran menüsünde bile
ieceęimizin boyutunu seęmemiz
isteniyor ve en az faydalı seęenekler
genellikle en cazip seęenekler olarak
karşıımıza çıkıyor.

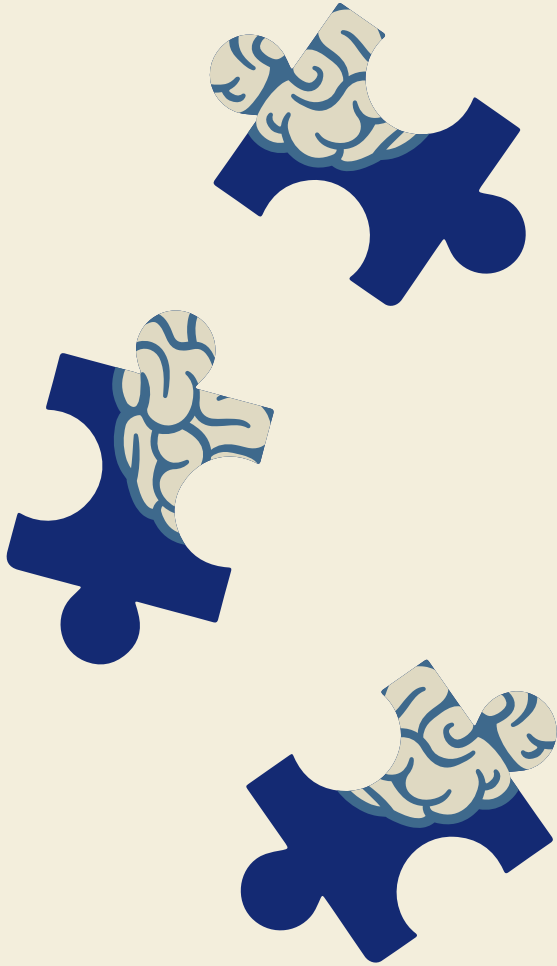


The background is a light beige color. In the top-left corner, there are two dark blue puzzle pieces, one of which contains a white brain icon. In the bottom-left corner, there is another dark blue puzzle piece with a white brain icon. In the top-right corner, there is a large, light beige circle. In the bottom-right corner, there is a light beige puzzle piece. In the bottom-left corner, there is a large, light beige circle.

Bağımsız seçimler yaptığımızı
sanıyoruz ama aslında dikkatle
tasarlanmış bir sistemin
kurbanlarıyız.

Gerçekten özgür iradeye sahip olup
olmadığımız ya da seçimlerimizin dış
güçler tarafından dikte edilip edilmediği
sorusu yüzyıllardır filozofların kafasını
kurcalamaktadır.

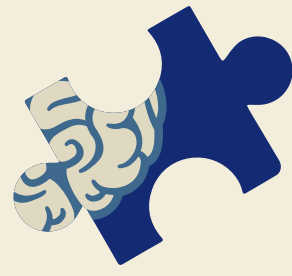
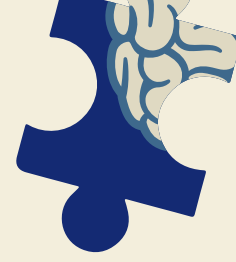




Spinoza ve Schopenhauer gibi filozoflar, arzularımızın ve kararlarımızın genetik, yetiştirilme tarzı ve çevresel faktörler tarafından şekillendirildiğini savunur.

Bu da bizi temel bir soruya getiriyor:
“Kendi seçimimiz olduğunu
düşündüğümüz şeylerin ne kadarı
gerçekten bize ait?”

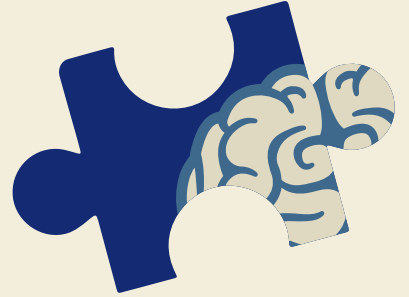


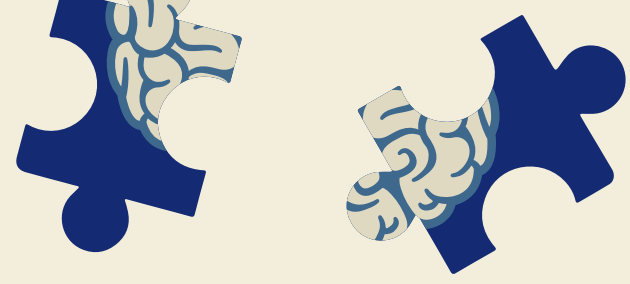


İlgi çekici bir başka husus da tarihsel olayların kararlarımızı nasıl etkilediğidir. Kültürel gelenekler, ulusal ideolojiler ve geçmişte yaşanan olaylar toplumları ve dolayısıyla bireylerin zihinlerini şekillendirir.



Örneğin, büyük savaşlar, ekonomik krizler ve sosyal hareketler nesillerin düşünce ve davranış biçimlerini etkileyerek kişisel tercihleri dolaylı olarak etkilemiştir.



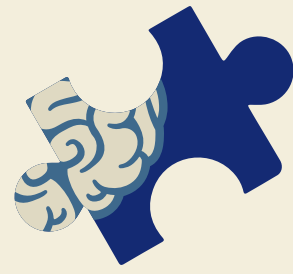
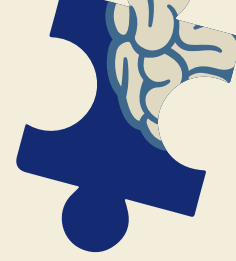


Gerçekten bağımsız kararlar veriyor muyuz,
yoksa sadece geçmişin yankılarını mı
yaşıyoruz?



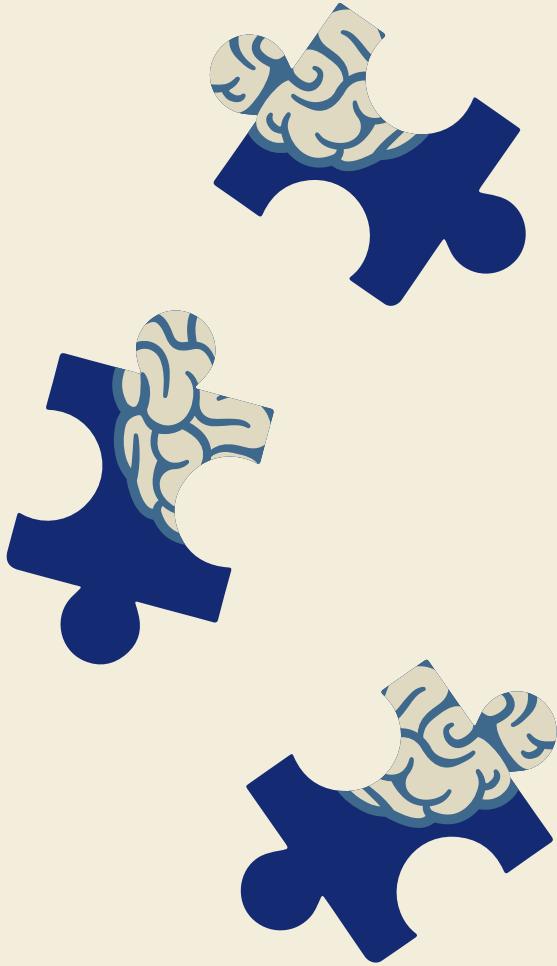
“Stanford Hapishane Deneyi” ve “Milgram Deneyi” gibi psikolojik deneyler, otoritenin ve dış faktörlerin insan davranışını nasıl şekillendirdiğini ortaya koymaktadır.





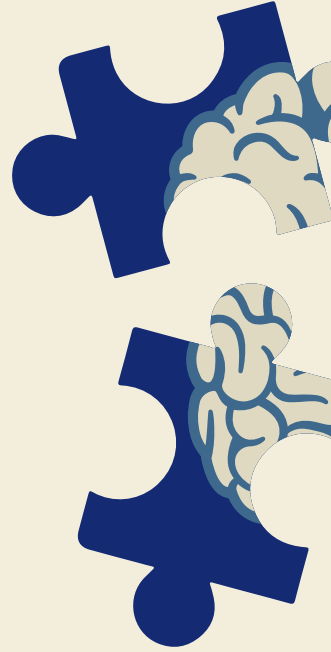
Stanford Hapishane Deneyi, insanların otorite altındaki rollere nasıl uyum sağladığını ortaya koymuştur. “Gardiyan” olarak atanan katılımcılar daha sertleşirken, “Mahkum” olarak atananlar itaatkar hale gelmiştir.

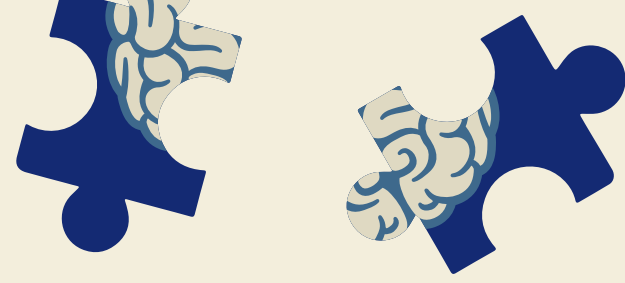




Benzer şekilde Milgram'ın deneyi, bireylerin sırf bir otorite figürü talimat verdiği için başkalarına elektrik şoku uygulamaya istekli olduklarını göstermiştir.

Bu alışmalar, dış etkilere
düşündüğümüzden çok daha açık
olduğumuzu vurgulamaktadır.



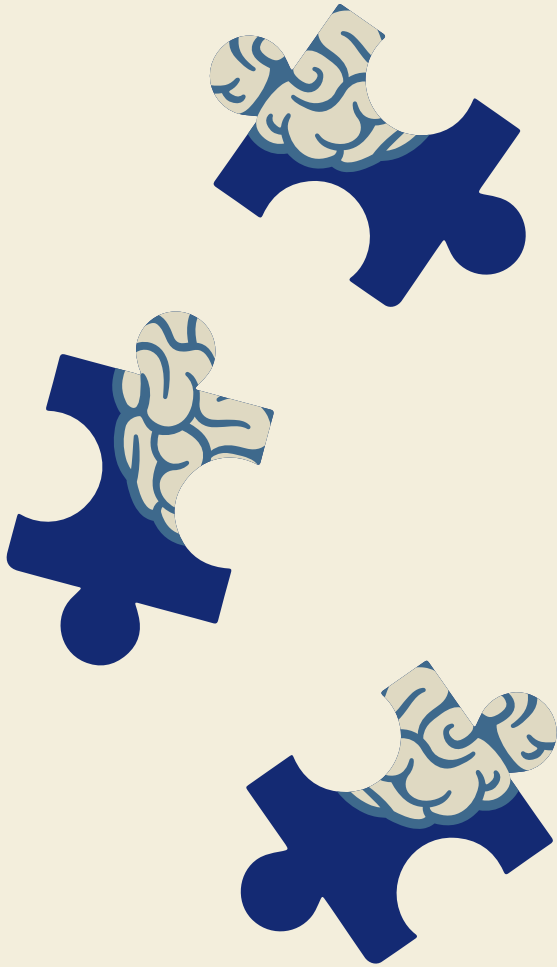


Pekiii, düşüncelerimiz gerçekten bize mi
ait yoksa dahice bir sistem tarafından mı
kontrol ediliyoruz?



Gerçek řu ki, tükettiđimiz içerik
düşüncelerimizi şekillendiriyor.

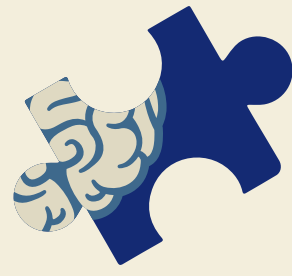
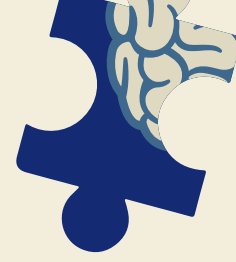




Peki bu güçsüz olduğumuz
anlamına mı geliyor?
Kesinlikle hayır!
Önemli olan farkındalık!

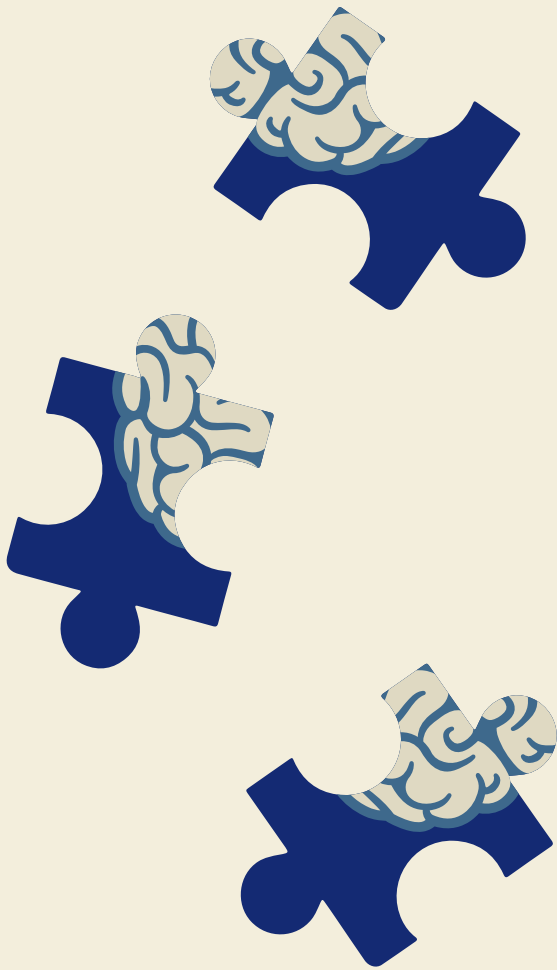
Büyük bir karar vermeden önce
kendinize şunları sorun:



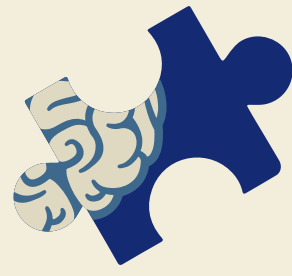
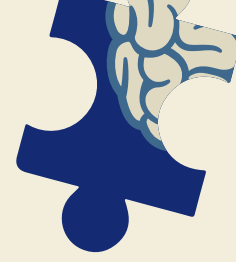


Bu seçimi gerçekten istediėim
için mi yapıyorum yoksa toplumsal
beklentilerden mi etkileniyorum?



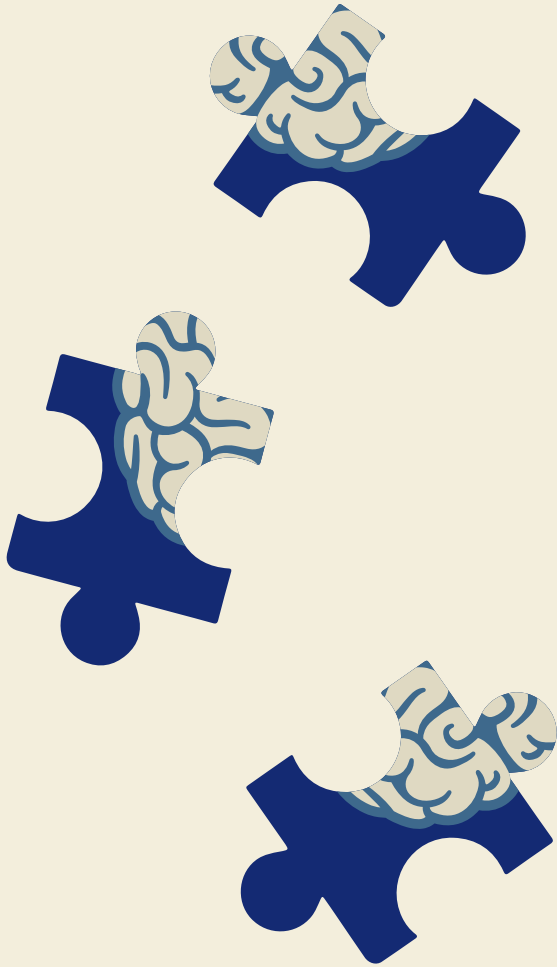


Bunu gerçekten arzu ettiğim
için mi seçiyorum yoksa bir
trend, reklam veya algoritma
beni buraya yönlendirdiği
için mi?

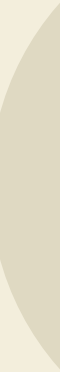


Bu gerçekten benim seçimim mi yoksa
beni buna inandırmak için tasarlanmış
psikolojik bir tuzığa mı düşüyorum?



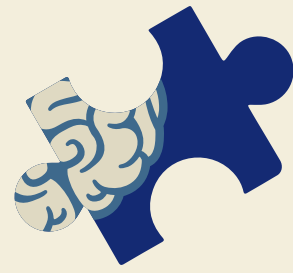
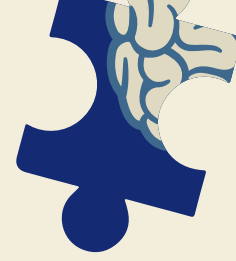


Seimlerimizin bilincine
vardığımızda, gerçekten
kendimize ait olan kararlar
verebiliriz.



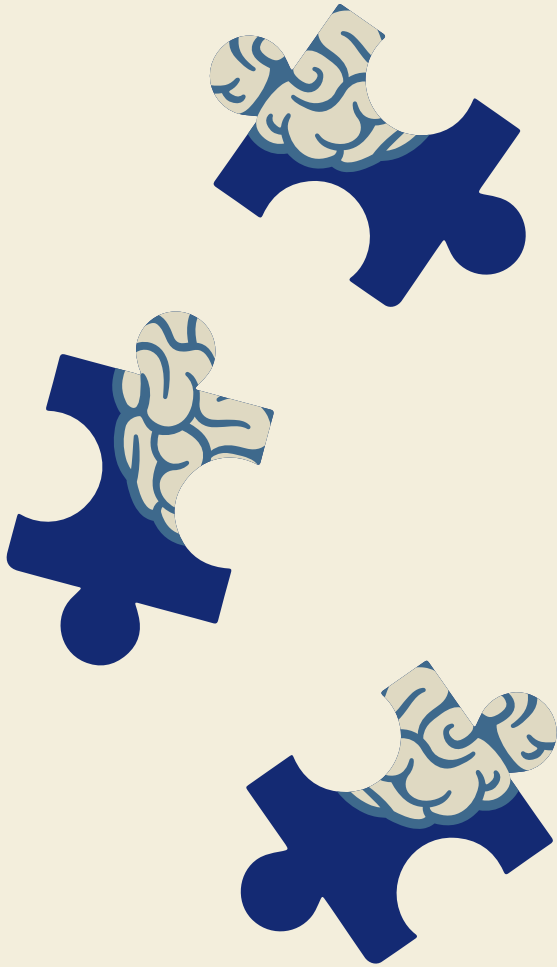
Sonuç olarak, kararlarımızın gerçekten bize ait olup olmadığı karmaşık bir konudur.





Ancak farkındalık ve eleştirel düşünme yoluyla dış etkileri en aza indirebilir ve manipölasyondan kaçınabiliriz.

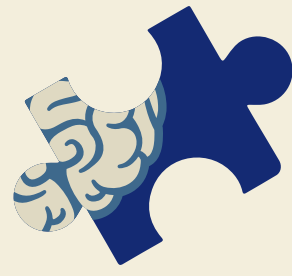
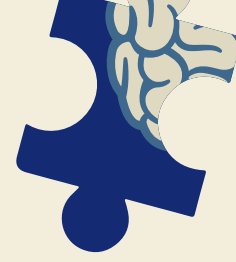




Görünmeyen güçlerin
seçimlerimizi sürekli olarak
etkilediği bir dünyada,
gerçekten karar verme gücü
içimizde var.

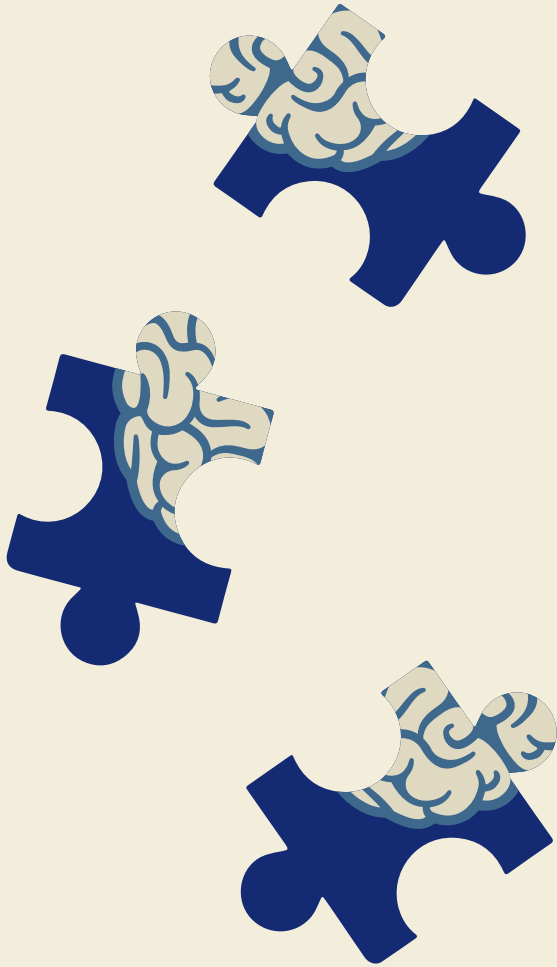
Bir dahaki sefere bir karar vermek zorunda olduĐunuzda, durun ve kendinize sorun:
'Gerçekten kendi yolumu mu seçiyorum,
yoksa benim için belirlenmiř bir yolu mu
takip ediyorum?





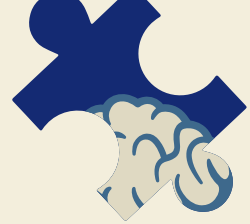
Unutmayın, her seçim başkaları
tarafından yazılmış, görünmez bir
senaryodan kurtulmak için bir şanstır.





Kararlarınıza sahip çıkın ve
bunu yaparken, açıkça size ait
olan bir yaşam yaratın.





Teşekkürler!



