

Algoritmik Yabancılaşma: Dijital Benlik Üzerine Kuramsal Bir İnceleme

Algorithmic Alienation: A Theoretical Examination of the Digital Self

 Yalçın Kanbay¹,  Aysun Akçam²,  Burcu Arkan³

¹Artvin Çoruh Üniversitesi, Artvin

²Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya

³Bursa Uludağ Üniversitesi, Bursa

ÖZ

Dijital teknolojilerin yaşamın her alanına nüfuz etmesiyle birlikte, bireylerin karar verme, kimlik inşası ve benlik algısı gibi temel psikolojik süreçlerinde derin dönüşümler yaşanmaktadır. Bu dönüşümler, yalnızca teknoloji kullanım sıklığıyla açıklanamayacak kadar çok katmanlı olup, özellikle algoritmaların bireyin dijital davranışlarını yönlendirme biçimiyle yakından ilişkilidir. Bu bağlamda çalışmada, literatürde henüz yeterince tanımlanmamış olan algoritmik yabancılaşma kavramı kuramsal bir çerçeveye ele alınmaktadır. Çalışmanın amacı, bireylerin dijital ortamdaki deneyimlerinin algoritmalar tarafından nasıl şekillendirildiğini ve bunun sonucunda benlik, özgürlük ve karar verme yapılarında nasıl bir yabancılaşma yaşandığını açıklamaktır. Kavram ilk olarak Kanbay ve arkadaşları tarafından gerçekleştirilen nitel bir çalışmada önerilmiş ve bu çalışmada kuramsal temelleriyle geliştirilmiştir. Kavram dört temel boyutta ele alınmaktadır: özgürlük algısının zayıflaması, kimlik bulanıklığı, karar verme mekanizmalarının aşınması ve duygusal yabancılaşma. Bu derlemede algoritmik yabancılaşma, dijital bağımlılık, tükenmişlik ve gözetim kapitalizmi gibi benzer kavramlardan ayrıştırılmış; psikolojik, bilişsel ve toplumsal etkileri çok boyutlu olarak analiz edilmiştir. Sonuç olarak algoritmik yabancılaşma, dijital çağda bireyin kendisine, seçimlerine ve benliğine yabancılaşmasını açıklayan özgün ve bütüncül bir kuramsal öneri olarak literatüre sunulmuştur.

Anahtar sözcükler: Algoritmik yabancılaşma, dijital benlik, karar verme mekanizmaları

ABSTRACT

With the pervasive integration of digital technologies into all aspects of life, profound transformations have occurred in core psychological processes such as decision-making, identity construction, and self-perception. These transformations are multilayered and cannot be solely explained by the frequency of technology use; instead, they are closely related to how algorithms shape individuals' digital behaviors. This paper presents a theoretical framework for algorithmic alienation, which has not yet been sufficiently defined in the literature. This study aims to explain how algorithms shape individuals' experiences in digital environments and how this process leads to alienation regarding selfhood, freedom, and decision-making mechanisms. The concept was initially introduced in a qualitative study by Kanbay et al., and it is developed here with its theoretical foundations. Algorithmic alienation is discussed across four key dimensions: the weakening of the perception of freedom, identity ambiguity, the erosion of decision-making mechanisms, and emotional alienation. This review distinguishes algorithmic alienation from similar concepts such as digital addiction, burnout, and surveillance capitalism and analyzes its psychological, cognitive, and social effects in a multidimensional manner. In conclusion, algorithmic alienation is proposed as a unique and holistic theoretical construct that explains how individuals in the digital age become alienated from themselves, their choices, and their sense of self.

Keywords: Algorithmic alienation, digital self, decision-making mechanisms

Giriş

Dijitalleşme, yalnızca bireylerin günlük yaşamlarını dönüştürmekle kalmayıp, aynı zamanda düşünme, hissetme ve karar verme biçimlerini de radikal bir şekilde yeniden yapılandırmaktadır (Turkle 2011, Zuboff 2019). Günümüzde bireyler, dijital ortamda gerçekleştirdikleri eylemleri giderek daha az sorgulamakta; ne izlediklerine, neyi tükettiklerine, hatta neyi düşündüklerine dair kararlar, çoğu zaman görünmeyen algoritmik sistemler aracılığıyla şekillenmektedir (Gillespie 2014, Bucher 2018). Bu yapı, bireyin yalnızca dijital deneyimini değil, aynı zamanda benlik, özgürlük ve kimlik algısını da doğrudan etkilemektedir.

Teknolojik evrim sürecinde algoritmalar, kullanıcıların dijital davranışlarını analiz eden, öngören ve yönlendiren araçlara dönüşmüştür (Eslami ve ark. 2015, Sundar 2020). Her tıklama, izlenme ya da duraksama anı, kullanıcıya özel bir dijital evren inşa ederken; birey farkında olmadan kendi özgünlüğünü yitirme riskiyle karşı karşıya kalmaktadır (Pariser 2011, Sunstein 2017). Bu durum, bireyin yalnızca dışsal bir manipülasyonla değil, içsel bir dönüşümle de karşı karşıya olduğunu göstermektedir. Kullanıcılar, zamanla dijital platformların onlara sunduğu içeriklerle özdeşleşmekte, kendi değerlerini, ilgilerini ve seçimlerini bu görünmez yapıların belirlediği çerçevede yeniden tanımlamaktadır (Couldry ve Mejias 2019, Zuboff 2019).

Bu kapsamda literatürde dijital bağımlılık (Kuss ve ark. 2013), sosyal medya tükenmişliği (Syvertsen 2020), çevrimiçi kimlik dağılması (Marwick ve Boyd 2011) ve algoritmik gözetim (Pasquale 2015) gibi kavramlar yer almaktadır. Ancak tüm bu kavramlar, algoritmaların bireyin içsel yaşantısı üzerindeki çok boyutlu etkilerini açıklamakta yetersiz kalmaktadır. Özellikle bireyin dijital ortamda yaşadığı seçimsizlik hissi, kararlarının dışsallığı, kimlik bulanıklığı ve duygusal kopukluk gibi süreçlerin bütüncül olarak ele alındığı kuramsal bir çerçeve eksiktir.

Bu eksiklikten hareketle, Kanbay ve arkadaşları (2025) tarafından bireylerin dijital ortamlarda algoritmalar tarafından yönlendirilen içerik, tercih ve karar süreçleri sonucunda yaşadıkları yabancılaşma deneyimlerini keşfetmek amacıyla yapılan odak grup görüşmesine dayalı bir nitel araştırma sonucunda "Algoritmik Yabancılaşma" kavramı ortaya atılmıştır. Bu nitel çalışmada, dijital ortamda içerik tüketen bireylerin bu içeriklerin "kendi seçimi" olup olmadığını sorguladıkları, zamanla kendilerini "başka birinin oluşturduğu benlik" içinde buldukları, seçimlerinin yönlendirme sonucu oluştuğu ve duygusal olarak boşluk yaşadıkları tespit edilmiştir. Bu bulgular doğrultusunda geliştirilen "Algoritmik Yabancılaşma" kavramı, bireyin dijital ortamdaki deneyimlerinin bilişsel, duygusal ve kimliksel boyutta yabancılaşma yarattığı bir yapıyı tanımlar.

Algoritmik yabancılaşma kavramı, literatürdeki iki temel kuramsal kaynaktan beslenmektedir. İlk olarak, yabancılaşma kavramı Marx'ın (2023) üretim süreçleri üzerinden geliştirdiği ve bireyin kendi emeğine, kendine ya da topluma yabancılaşmasını ifade eden kuramsal çerçevesine dayanmaktadır. Bu yaklaşım daha sonra Fromm'un (1955) bireyin toplumsal beklentilerle uyum sağlama çabası sırasında özgünlüğünü kaybetmesine odaklanan psikolojik yorumlarıyla ve Seeman'ın (1959) anlam kaybı, normsuzluk, güvensizlik, güçsüzlük ve kendine yabancılaşma boyutlarını tanımlayan çalışmalarıyla zenginleşmiştir. İkinci olarak, algoritmik yapı kavramı bireyin dijital dünyadaki davranışlarının matematiksel formüller aracılığıyla yönlendirilmesi, sınıflandırılması ve şekillendirilmesi sürecini ifade eder (Bucher, 2018). Bu iki kuramsal eksen bir araya geldiğinde, algoritmik yabancılaşma; bireyin dijital ortamda özgürlük algısının zayıflaması, kimlik bulanıklığı ve benlikten uzaklaşma, karar verme mekanizmalarının aşınması ve duygusal kopukluk gibi süreçleri aynı anda deneyimlediği yeni bir psikolojik dönüşüm biçimini tanımlar. Böylelikle kavram, yalnızca dijital içerikler tarafından manipüle edilmeyi değil, aynı zamanda bu içeriklerin bireyin içsel dünyasında yarattığı yapısal kırılmaları da açıklamayı hedefler.

Bu derleme çalışmasının amacı, algoritmik yabancılaşma kavramını kuramsal temelleriyle detaylandırmak, literatürdeki benzer kavramlarla ilişkisini ve farklarını açıklamak, kavramın birey üzerindeki etkilerini çok boyutlu olarak ele almak ve gelecekte yapılacak ampirik çalışmalara teorik zemin oluşturmaktır. Ayrıca çalışmada, algoritmik yabancılaşmanın psikolojik ve toplumsal sonuçları da tartışılarak, birey-teknoloji ilişkisine dair daha bütüncül bir anlayış geliştirilmesi hedeflenmektedir.

Teorik Arka Plan: Yabancılaşma ve Algoritmik Yönlendirme Arasında

Yabancılaşma Kavramının Kuramsal Temelleri

Yabancılaşma kavramı ilk kez Karl Marx'ın (2023) Ekonomik ve Felsefi çalışmalarında, bireyin kendi emeğiyle ve üretim süreciyle olan ilişkisinin bozulması üzerinden tanımlanmıştır. Marx'a göre, kapitalist üretim ilişkilerinde birey, kendi yarattığı ürünle arasında mesafe oluştuğunda, kendisine de yabancılaşmaya başlar. Fromm (1955) ise yabancılaşmayı psikolojik bir süreç olarak ele almış, bireyin toplumsal beklentilerle uyum kurmaya çalışırken kendi özgünlüğünü kaybetmesini bu bağlamda değerlendirmiştir. Seeman (1959) ise yabancılaşmayı; anlam kaybı, normsuzluk, güvensizlik, güçsüzlük ve kendine yabancılaşma olmak üzere beş boyutta tanımlar. Bu klasik teoriler, bireyin toplumsal veya ekonomik düzenle ilişkisini merkeze alırken, dijital çağın gerçekliği bireyin yabancılaşma deneyimini yeni biçimlerde ortaya koymaktadır: özgürlük algısının sarsılması, benlik inşasında dışsallık, karar mekanizmalarında otomatikleşme ve duygusal temassızlık gibi çok katmanlı psikososyal süreçlerle karakterize edilen yeni bir yabancılaşma biçimi gündemdedir.

Algoritmik Yapılar ve Öznellik Kırılması

Günümüzde bireyler, tercih ettiklerini düşündükleri içerikleri gerçekte algoritmaların yönlendirdiği dar çerçevede seçmektedirler. Bu durum, seçim illüzyonu kavramıyla örtüşmektedir (Pariser 2011). Gillespie'ye (2014) göre algoritmalar yalnızca veri sıralayan sistemler değil, aynı zamanda toplumsal gerçekliği düzenleyen normatif araçlardır. Bucher (2018) ise bu algoritmik yapıları "görünmez bir güç biçimi" olarak tanımlar ve bireyin kendi yaşam pratiklerine dair algılarını belirlediğini ileri sürer. Bu bağlamda birey, kendi seçimlerini yaptığına inanırken, aslında dışsal bir sistemin sunduğu içerikler arasında yönlendirilmektedir (Couldry ve Mejias 2019, Zuboff 2019).

Kimlik ve Benlik Üzerine Algoritmik Etkiler

Erikson'un (1968) kimlik kuramı, bireyin sosyal bağlam içinde kendilik algısını yapılandığı bir süreç olarak tanımlanır. Ancak dijital çağda bu yapı giderek algoritmalarla yönlendirilmekte, birey kendi değerlerinden çok, sistemin "görünürlük ekonomisi" içinde değerli kıldığı unsurları içselleştirmektedir (Marwick ve Boyd 2011). Turkle (2011), dijital ortamlarda bireyin "kendisiyle yalnız" kaldığını; benlik deneyiminin otantik bağlamlardan uzaklaştığını ve "dijital maskeler" yoluyla inşa edilen bir kimlik performansına dönüştüğünü ileri sürmektedir. Bu süreç, algoritmaların bireyin ilgi alanlarını yeniden şekillendirmesi, duygusal tepkilerini yönlendirmesi, kimlik bileşenlerini yeniden yazması yoluyla işlemektedir. Sonuç olarak birey, zamanla kendi tercihleri, değerleri ve arzuları ile bağ kurmakta zorlanmakta; bu durum kimlik bulanıklığı ve içsel kopuşa neden olmaktadır.

Kavramsal Şema: Algoritmik Yabancılaşma Süreci

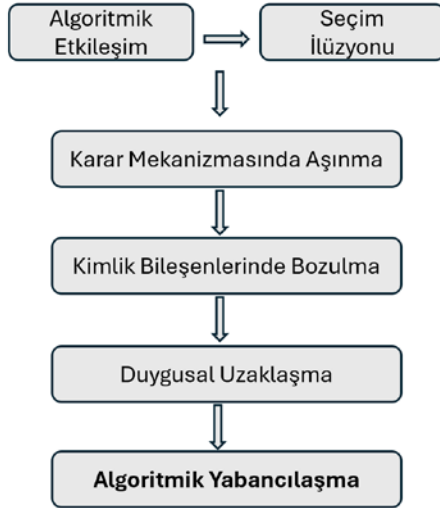
Aşağıdaki kavramsal şema, algoritmik yabancılaşma sürecini kuramsal temellere dayalı olarak bütünsel biçimde ortaya koymaktadır. Bu yapı, bireyin dijital ortamdaki davranışlarının nasıl katman katman bir içsel kopuşa dönüştüğünü betimler. Bu yalnızca teknolojik bir sonuç değil, aynı zamanda psikolojik ve toplumsal bir kırılmadır. Algoritmik yabancılaşma sürecinin aşamaları Şekil 1'de verilmiştir.

Algoritmik Yabancılaşmanın Kuramsal Yapısı

Algoritmik yabancılaşmanın kuramsal yapısı, bireyin deneyimlerini farklı düzeylerde etkileyen çok katmanlı bir yapı sergilemektedir. Epistemolojik düzeyde birey, gerçeklikle olan ilişkisini kaybetmekte ve bilgiye erişim süreçlerinde algoritmaların yönlendirmesi altında, nesnel gerçeklik ile öznel algısı arasındaki sınırlar bulanıklaşmaktadır. Psikolojik düzeyde, bireyin kendi davranışlarını ve seçimlerini kontrol etme kapasitesi zayıflamakta; Bandura'nın (1997) ifade ettiği öz-yeterlik algısı giderek aşınarak bireyin içsel kontrol duygusunun yerini dışsal yönlendirmelere bırakmaktadır. Toplumsal düzeyde ise birey, Bauman'ın (2007) vurguladığı gibi aidiyet bağlarını kaybederek toplulukla olan ilişkilerinde yalnızlaşmakta ve toplumsal

çözülme deneyimlemektedir. Dijital kültür düzeyinde ise algoritmaların yönlendirici gücü, bireyi “tüketici özne”ye indirgemekte ve Zuboff’un (2019) tanımladığı gözetim kapitalizmi bağlamında, bireyin kimliği büyük ölçüde piyasa değerleri ve tüketim mantığı çerçevesinde yeniden inşa edilmektedir.

Bu dört düzey birlikte değerlendirildiğinde, algoritmik yabancılaşmanın yalnızca bireysel bir psikolojik kırılma olmadığı; bilgiye ulaşma biçimlerinden toplumsal aidiyetlere, kültürel temsillerden bireyin öznel benlik algısına kadar geniş bir yelpazede etkiler yarattığı anlaşılmaktadır. Dolayısıyla kavram, modern dijital kültürün hem bireysel hem de toplumsal düzeyde yol açtığı dönüşümleri anlamak için bütüncül bir çerçeve sunmaktadır.



Şekil 1. Algoritmik yabancılaşma süreci

Algoritmik Yabancılaşma Kavramı ve Boyutları

Algoritmik yabancılaşma kavramı, yalnızca teorik bir öneri olarak değil, aynı zamanda bireylerin dijital ortamdaki somut deneyimlerinden beslenen çok boyutlu bir olgu olarak ele alınmalıdır. Bu kavramın daha iyi anlaşılabilmesi için, hem kavramsal tanımın açık bir şekilde yapılması hem de kavramın hangi boyutlar üzerinden bireyde karşılık bulduğunun ayrıntılı biçimde ortaya konulması önemlidir. Bu bölümde önce algoritmik yabancılaşmanın tanımı yapılmış, ardından özgürlük algısının zayıflaması, kimlik bulanıklığı ve benlikten uzaklaşma, karar verme mekanizmalarının aşınması ve duygusal yabancılaşma olmak üzere dört temel boyutu incelenmiştir. Böylece kavramın hem bireysel hem de toplumsal düzeyde yarattığı etkiler bütüncül bir bakış açısıyla tartışılmıştır.

Kavramın Tanımı

“Algoritmik Yabancılaşma” kavramı, Kanbay ve arkadaşlarının (2025) yürüttüğü nitel saha araştırmasından elde edilen bulgular ışığında önerilmiştir. Bu kavram, bireylerin dijital ortamlarda algoritmalar tarafından yönlendirilen içerik akışlarıyla etkileşimleri sonucu; özgün benliklerinden, seçimlerinden ve kimlik bileşenlerinden uzaklaşmaları sürecini ifade eder. Katılımcıların görüşleri, sıklıkla “gerçekten ben mi seçtim?”, “bu içerik bana neden bu kadar tanıdık geliyor?” ve “artık ne izlemek istediğimi bile bilemiyorum” gibi sorgulayıcı ifadelerle şekillenmiştir. Bireyler, seçimlerinin giderek algoritmik yönlendirmeler tarafından belirlendiğini fark etmekte; ancak bu yönlendirmelere karşı direnç geliştirmekte zorlanmaktadır. Bu bağlamda, algoritmik yabancılaşma; dijital çağın birey üzerindeki görünmez psikolojik ve kimliksel etkilerini kavramsallaştıran çok boyutlu bir olgu olarak literatüre önerilmektedir.

Algoritmik Yabancılaşmanın Temel Boyutları

Algoritmik yabancılaşma, bireylerin dijital ortamlardaki deneyimlerini yalnızca yüzeysel tercihler ya da kullanım alışkanlıklarıyla açıklamaktan öte, daha derin psikolojik ve toplumsal süreçlerle ilişkilendiren bir

olgudur. Bu bağlamda kavramın kuramsal çerçevesini somutlaştırmak için dört temel boyut öne çıkmaktadır. Özgürlük algısının zayıflaması, kimlik bulanıklığı ve benlikten uzaklaşma, karar verme mekanizmalarının aşınması ve duygusal yabancılaşma biçiminde ortaya çıkan bu boyutlar, algoritmaların birey üzerindeki etkilerini çok yönlü olarak anlamayı mümkün kılmaktadır.

Özgürlük Algısının Zayıflaması

Bireyler, dijital platformlarda seçim yaptıklarını düşünseler de bu seçimlerin çoğu, algoritmalar tarafından sunulan sınırlı içerik kümesi içinde gerçekleşmektedir. Bu durum bireyin özgür irade algısını zayıflatmakta, seçim yapma süreçlerini bir "özgürlük illüzyonuna" dönüştürmektedir (Pariser 2011, Bucher 2018). Bu süreç, bireyin kendi yaşamı üzerindeki kontrol duygusunu aşındırmakta ve dışsal bir yapı tarafından yönlendirildiği hissini tetiklemektedir.

Kimlik Bulanıklığı ve Benlikten Uzaklaşma

Algoritmalar bireylerin ilgi alanlarını, değer yargılarını ve kimlik bileşenlerini sistematik olarak dönüştürmektedir (Turkle 2011, Zuboff 2019). Birey, kendisine ait olduğunu düşündüğü içerik tercihleriyle dijital ortamda biçimlendirilen kimlik arasında bir uyumsuzluk hissetmektedir. Bu, "bu ben değilim" düşüncesiyle ifade edilen içsel bir kopuştur.

Karar Verme Mekanizmalarının Aşınması

Sürekli algoritmik önerilere maruz kalma, bireylerin karar alma süreçlerinde refleksif, otomatik ve düşünülmeden yapılan davranış kalıplarını güçlendirmektedir. Bu durum, "karar vermek yerine sunulana teslim olma" şeklinde bir zihinsel otomatikleşmeye neden olmaktadır (Syvertsen 2020).

Duygusal Yabancılaşma ve Rahatsızlık

Algoritmaların yönlendirmesiyle içerik tüketen bireyler, zamanla bu deneyimden duygusal bir rahatsızlık duymaya başlamaktadır. Birey, seçimlerinin kontrolsüz olduğunu fark ettiğinde huzursuzluk, suçluluk, kayıtsızlık gibi duygular yaşamaktadır. Bu süreç, bireyin dijital ortamdaki benliğine karşı duygusal bir yabancılaşma geliştirmesine neden olur (Zuboff 2019, Syvertsen 2020). Algoritmik yapının birey üzerindeki etkisinin nasıl katman katman derinleşerek psikolojik bir yabancılaşmaya dönüştüğü Şekil 2'de gösterilmiştir.



Şekil 2. Kavramsal yapı: boyutlar arası ilişki şeması

Benzer Kavramlardan Ayırımı

Algoritmik yabancılaşma kavramının özgünlüğünü ortaya koyabilmek için, literatürde sıklıkla tartışılan benzer kavramlarla arasındaki sınırların netleştirilmesi önemlidir. Dijital bağımlılık, dijital tükenmişlik, algoritmik gözetim, filtre balonları, eko odaları, sosyal medya anksiyetesi ve FOMO gibi olgular, bireylerin dijital ortamlarla ilişkisini açıklamaya çalışsa da algoritmik yabancılaşmayı tam olarak karşılamamaktadır. Bu kavramların her biri belirli yönleriyle dijital deneyime ışık tutarken, algoritmik yabancılaşma bireyin

benlik algısında, özgürlük hissinde, karar verme süreçlerinde ve duygusal dünyasında ortaya çıkan çok boyutlu kırılmaları odak noktasına alır (Şekil 3).

Kavram	Odak Noktası	Algoritmik Yabancılaşmadan Farkı
Dijital Bağımlılık	Kullanım Sıklığı / Kontrol Kaybı	Davranışsal düzey, içsel dönüşüm yok
Dijital Tükenmişlik	Duygusal Yorgunluk / Uzaklaşma	Aşırı maruziyet var ama içerikle duygusal bağ yok
Gözetim Kapitalizmi	Veri Kontrolü / Ekonomik Yapı	Bireysel benlik sürecini kapsamıyor
Filtre Balonu / Eko Odası	Bilgi Çeşitliliği Kaybı	Yönlendirme fark edilse de öznel kopuş yok
Sosyal Medya Anksiyetesi	Kaçırma Korkusu / Dışlanma	Sosyal görünürlük odaklı, Kimliksel dönüşüm yok

Şekil 3. Algoritmik yabancılaşmanın diğer kavramlardan farkı

Dijital Bağımlılık

Dijital bağımlılık, bireyin internet, sosyal medya, oyun ya da dijital cihaz kullanımına karşı kontrolünü yitirmesi, bu kullanımın gündelik yaşamı olumsuz etkileyecek düzeye ulaşması durumudur (Kuss ve ark. 2015). Dijital bağımlılık çalışmaları genellikle davranışsal boyuta odaklanır; ne kadar kullanıldığına ve kullanımın kişinin işlevselliğini nasıl bozduğuna ilişkin değerlendirmeler yapar. Algoritmik yabancılaşma ise, dijital ortamın kullanım sıklığına değil, bireyin dijital içerikler aracılığıyla benlik algısının, karar yapısının ve duygusal bütünlüğünün bozulmasına odaklanır. Bağımlılık göstergesi olmayabilir; birey platformları kontrollü kullansa da içerik akışlarının kimliğini şekillendirmesi mümkündür.

Dijital Tükenmişlik

Dijital tükenmişlik, bireyin dijital içeriklere ve ekran maruziyetine karşı zamanla ilgisinin azalması, zihinsel yorgunluk ve duygusal aşırı yüklenme yaşamasıyla tanımlanır (Syvertsen 2020). Birey dijital etkileşime karşı fiziksel veya duygusal geri çekilme yaşayabilir. Algoritmik yabancılaşma ise yalnızca aşırı maruziyetle değil; daha az ancak yönlendirici maruziyetle de ortaya çıkabilir. Buradaki mesele içeriklerin niceliği değil, bireyin öznel gerçekliği üzerindeki yönlendirici etkisidir. Dijital tükenmişlikte içerikten uzaklaşma varken, algoritmik yabancılaşmada içerikle sahte bir yakınlık ve içsel çelişki vardır.

Algoritmik Gözetim / Gözetim Kapitalizmi

Gözetim kapitalizmi (Zuboff 2019), bireylerin dijital davranışlarının analiz edilerek ekonomik değere dönüştürülmesini ve bu süreçte kullanıcıların rızalarının dışındaki veri akışlarının kontrol edilmesini ifade eder. Bu yaklaşım, daha çok makro düzeydeki sistemik manipülasyonlara odaklanır. Algoritmik yabancılaşma ise bireyin mikro düzeyde yaşadığı içsel dönüşüm sürecidir. Gözetim kapitalizmi dışsal bir egemenlik yapıyken, algoritmik yabancılaşma bireyin iç dünyasında gerçekleşen benliksel bir çözülmeyi tanımlar.

Filtre Balonu ve Eko Odaları

Filtre balonu kavramı, dijital platformların kullanıcıya yalnızca onun önceki tercihlerine benzeyen içerikler göstermesiyle bilgi çeşitliliğinin kaybolmasını anlatır (Pariser 2011). Eko odaları ise yalnızca benzer görüşlerin tekrarlandığı dijital ortamlardır. Bu yapılar içeriksel tek yönlülüğü açıklarken, algoritmik yabancılaşma bireyin içeriklere verdiği tepkiyle ilgilidir. Kişi filtre balonunun farkında bile olmayabilir, ama zamanla ilgi alanlarının değiştiğini, eski benliğinden uzaklaştığını hisseder. Yani bu yapıların sonucu olarak bireyin dönüşümünü tanımlar.

Sosyal Medya Anksiyetesi ve FOMO

Sosyal medya anksiyetesi (Social Media Anxiety) ve FOMO (Fear of Missing Out), bireyin dijital platformlarda yeterince görünür olamama, bir şeyleri kaçırma ya da sosyal etkileşimden dışlanma korkularını tanımlar (Przybylski ve ark. 2013). Bu durumlar dijital var olma baskısıyla ilgilidir. Oysa algoritmik yabancılaşma, var olduğumuz dijital ortamın bizi kim haline getirdiğiyle ilgilidir. Kişi sürekli paylaşmak zorunda kalabilir, ancak bir noktada bu paylaşımların artık kendi benliğini yansıtmadığını fark eder.

Algoritmik Yabancılaşmanın Olası Sonuçları

Algoritmik yabancılaşma, bireylerin dijital ortamlardaki deneyimlerini çok boyutlu biçimde etkileyen bir olgudur ve sonuçları yalnızca bireysel düzeyde değil, aynı zamanda toplumsal, kültürel ve politik alanlarda da kendini göstermektedir. Algoritmaların görünmez yönlendirmeleri, bireylerin benlik algılarını zayıflatmakta, duygusal dengelerini bozmakta, bilişsel işlevlerini aşındırmakta ve toplumsal çeşitliliği tehdit eden homojenleşme süreçlerine yol açmaktadır. Bu nedenle algoritmik yabancılaşmanın psikolojik, duygusal, sosyolojik, bilişsel, kültürel ve politik düzeylerde doğurduğu olası sonuçlar sistematik olarak ele alınmalıdır. Bununla birlikte, algoritmaların yalnızca olumsuz değil, kimi zaman öğrenme, sağlık ya da günlük yaşamı kolaylaştırıcı olumlu işlevler taşıyabileceği de göz ardı edilmemelidir.

Psikolojik Etkiler: Benlik Bütünlüğünde Bozulma

Algoritmik yabancılaşma, bireyin özgün benliğine yönelik farkındalığını kaybetmesi ve karar süreçlerinin otomatikleşmesi sonucunda benlik bütünlüğünde parçalanmaya yol açmaktadır. Turkle (2011), dijital ortamların bireyin "kendisiyle baş başa kalma" kapasitesini yok ettiğini vurgular. Bu bağlamda birey, kararlarının ve arzularının kendi içinden değil, dışsal bir sistemden kaynaklandığını fark ettiğinde içsel çatışmalar yaşar. Bireyin benliği ile dijital kimliği arasındaki uyumsuzluk; kendine yabancılaşma, kendilik bulanıklığı ve zamanla benlik değeri düşüklüğü gibi psikolojik sonuçlar doğurabilir.

Duygusal Sonuçlar: Huzursuzluk, Suçluluk ve Tükenmişlik

Sürekli yönlendirilmiş içeriklerle karşılaşmak, bireyde kararsızlık, duygusal yorgunluk ve rahatsızlık hissi yaratmaktadır. Kullanıcıların yönlendirmeyi fark etmesine rağmen karşı koyamaması, bilişsel çelişki (cognitive dissonance) durumunu tetikler. Bu da zamanla suçluluk, boşluk ve duygusal körelme ile sonuçlanır. Bu süreç, sosyal medya yorgunluğundan farklıdır; çünkü birey platformdan sıkılmakla kalmaz, aynı zamanda kendi dijital davranışlarına da yabancılaşır.

Sosyolojik Sonuçlar: Toplumsal Temsilde Homojenleşme

Algoritmalar, bireyleri benzer içeriklere maruz bırakarak kültürel homojenleşmeyi teşvik etmektedir (Bozdağ 2013, Sunstein 2017). Bu durum, yalnızca bireyin değil, toplumun da çeşitliliğini kaybetmesine, kültürel tek tipleşmeye ve simgesel şiddete neden olabilir. Toplumsal düzeyde, farklılıkların silikleştiği, bireysel öznelliğin bastırıldığı ve dijital sistemin biçimlendirdiği bir "standart kimlikler dünyası" oluşur.

Bilişsel Sonuçlar: Karar Yorgunluğu ve Seçim Otomatikleşmesi

Karar verme mekanizmalarının sürekli algoritmalar tarafından devre dışı bırakılması, karar yorgunluğu (decision fatigue) denilen duruma yol açar. Birey, artık düşünmeden seçim yapar, çünkü düşünmek "gereksiz hale gelir". Bu otomatikleşme, bilişsel işlevleri tembelleştirir; bireyler zamanla eleştirel düşünme, alternatif üretme ve kendi arzularını ayırt etme yetilerini kaybedebilir.

Kültürel ve Politik Yansımalar: Öznelliğin Kolonizasyonu

Zuboff'un (2019) ifade ettiği gibi, algoritmik sistemler yalnızca bilgiye değil, bireyin psikolojisine de erişmektedir. Bu durum, öznelliğin dijital kolonizasyonu anlamına gelir. Artık bireyin ne düşüneceğini ne hissedeceğini, hatta neye inanacağını belirleyen sistem algoritmik bir çerçevedir. Bu durum politik düzeyde

bireylerin özerk yurttaşlar olmaktan çıkıp yönlendirilen tüketici varlıklara dönüşmesine neden olabilir (Couldry ve Mejias 2019).

Etkilerin Katmanlı Yapısı

Algoritmik yabancılaşma birey üzerinde özgürlük algısının zayıflaması, kimlik bulanıklığı ve karar mekanizmalarının aşınması gibi olumsuz etkiler yaratsa da algoritmaların olumlu işlevleri de göz ardı edilmemelidir. Özellikle öğrenme süreçlerinde kişiselleştirilmiş içerik önerileri, bireylerin bilgiye daha hızlı ve etkili biçimde erişmesine katkı sağlayabilmekte; eğitim ortamlarında destekleyici öğrenme teknikleri geliştirilmesine zemin hazırlayabilmektedir. Günlük yaşamda kullanıcı dostu tasarımlar, kişisel ilgi ve ihtiyaçlara uygun öneriler bireyin zamanını daha verimli kullanmasını sağlayarak yaşamı kolaylaştırabilmektedir. Sağlık, ulaşım ve eğitim gibi alanlarda algoritmik sistemlerin bireylere yol gösterici işlev görmesi, teknolojinin yalnızca yabancılaştırıcı değil aynı zamanda destekleyici ve güçlendirici bir potansiyel taşıdığını göstermektedir. Bu nedenle algoritmik yabancılaşma kavramı, yalnızca olumsuz sonuçlar üzerinden değil, birey-teknoloji ilişkisinin ikili ve çelişkili doğasını yansıtacak şekilde değerlendirilmelidir. Algoritmik yabancılaşmanın olası sonuçları Şekil 4'te gösterilmiştir.



Şekil 4. Algoritmik yabancılaşmanın etkileri

Öneriler ve Gelecek Araştırmalar

Algoritmik yabancılaşma, dijital çağın birey üzerindeki etkilerini açıklayan yeni ve çok boyutlu bir kavram olmakla birlikte, bu alanda yapılacak müdahaleler ve gelecek araştırmalar kavramın daha iyi anlaşılması açısından büyük önem taşımaktadır. Bu bağlamda, yalnızca bireylerin dijital ortamlarda karşılaştıkları risklere dikkat çekmek değil, aynı zamanda bu riskleri azaltacak eğitimsel, psikolojik ve toplumsal stratejiler geliştirmek de gereklidir. Ayrıca kavramın kuramsal temellerinin ampirik bulgularla desteklenmesi, farklı yaş gruplarında ve disiplinler arası bakış açılarıyla incelenmesi büyük bir araştırma alanı sunmaktadır. Bu bölümde, dijital farkındalık ve okuryazarlığın güçlendirilmesi, psikolojik dayanıklılığın artırılması, dijital platformlarda şeffaflık ve etik düzenlemelerin sağlanması, gelecekte yapılabilecek deneysel ve uygulamalı araştırmaların yönlendirilmesi ve multidisipliner yaklaşımların geliştirilmesi gibi öneriler ele alınmaktadır.

Dijital Farkındalık ve Okuryazarlığın Güçlendirilmesi

Algoritmik sistemler, bireyin kendi kararlarını verdiğini düşündüğü noktalarda bile yönlendirici olabilir. Bu nedenle dijital okuryazarlığın sadece teknik araç kullanımından ibaret olmadığı; aynı zamanda algoritmik sistemlerin doğasını, sınırlarını ve manipülasyon kapasitesini tanımayı da içermesi gerekmektedir (Gillespie

2014, Bucher 2018). Eğitim sisteminde erken yaşlardan itibaren eleştirel dijital farkındalık kazandırılmalı ve bireylerin "seçim illüzyonu"na karşı bilinçli hale gelmeleri sağlanmalıdır.

Psikolojik Dayanıklılık ve Özgürlük Algısının Geliştirilmesi

Bireylerin benlik yapıları üzerindeki dijital etkiyi tanımları, yalnızca bilişsel farkındalık değil, aynı zamanda psikolojik dayanıklılık da gerektirir. Özellikle kimlik gelişim sürecinde olan bireylerde, algoritmik yönlendirmelerin benlik oluşumu üzerindeki etkisi daha derindir (Turkle 2011). Bu nedenle bireylerin özgürlük algılarını güçlendirmeye ve içsel seçim kapasitelerini fark etmeye yönelik psikoeğitim programları geliştirilmelidir.

Dijital Platformlara Yönelik Şeffaflık ve Etik Düzenlemeler

Algoritmik sistemlerin birey üzerindeki etkilerinin azaltılabilmesi için platform düzeyinde şeffaflık sağlanmalıdır. Kullanıcılara öneri sistemlerinin nasıl çalıştığına dair bilgi sunulmalı, kullanıcılar içerik akışlarını kontrol edebilecek araçlara erişebilmelidir. Ayrıca etik ilkeler çerçevesinde, kullanıcı özerkliğini gözetan algoritma tasarımları teşvik edilmelidir (Pasquale 2015, Zuboff 2019).

Gelecek Araştırmalar İçin Kavramsal ve Uygulamalı Öneriler

Algoritmik Yabancılaşma, literatürde nitel temellere dayalı olarak tanımlanmış çok katmanlı bir kavramdır. Bu kavramın daha da derinleştirilmesi için şu alanlarda araştırmalar önerilmektedir:

1. DeneySEL Çalışmalar: Algoritmik yönlendirmeye maruz kalan bireylerin psikolojik ve davranışsal tepkileri ölçülmelidir.
2. Yaş Grupları Arası Karşılaştırmalar: Genç, yetişkin ve yaşlı bireylerde algoritmik yabancılaşma farklı biçimlerde ortaya çıkabilir.
3. Disiplinler Arası Yaklaşımlar: Psikoloji, sosyoloji, medya çalışmaları, bilişim ve etik gibi alanlarda kavramın çok yönlü incelenmesi.

Dijital Terapi ve Müdahale Programlarının Geliştirilmesi

Klinik psikoloji alanında, algoritmik yabancılaşma yaşayan bireyler için özel müdahale programları geliştirilebilir. Bu bireylerde görülebilecek benlik dağılması, seçim kaygısı ve duygusal çöküntü gibi belirtiler, terapötik süreçlerde ele alınmalı ve dijital farkındalık modülleriyle desteklenmelidir.

Multidisipliner Yaklaşım

Algoritmik yabancılaşma kavramının yalnızca kuramsal değil, günlük yaşam ve eğitim bağlamlarında da somut karşılıkları bulunmaktadır. Bireylerin sosyal medya, haber ve alışveriş gibi alanlarda farkında olmadan algoritmaların sunduğu sınırlı seçeneklere yönelmesi, özgürlük algısında zayıflamaya ve yaşam doyumunun azalmasına yol açabilmektedir. Bu nedenle günlük yaşamda bireylerin dijital farkındalık geliştirmeleri ve alternatif bilgi kaynaklarına yönelmeleri, eğitim alanında ise algoritmik okuryazarlık programlarının müfredata dahil edilerek öğrencilerin eleştirel düşünme ve özgür iradeyi koruma becerilerinin güçlendirilmesi önemlidir. Ayrıca disiplinler arası bir yaklaşım benimsenerek psikoloji, sosyoloji, eğitim, etik, hukuk ve bilişim bilimlerinin katkılarıyla kavramın çok boyutlu doğası daha iyi anlaşılabilir. Nörobilimsel açıdan ise algoritmik yönlendirmelerin dopamin temelli ödül sistemini harekete geçirerek bireylerin seçimlerini otomatikleştirdiği, prefrontal korteksteki eleştirel düşünme ve öz-denetim mekanizmalarını zayıflattığı bilinmektedir. Bu bağlamda algoritmik yabancılaşma, psikososyal olduğu kadar nörobiyolojik bir kırılma olarak da ele alınmalı; gelecekte nörogörüntüleme yöntemleriyle karar verme süreçlerindeki yansımaları incelenmelidir.

Sonuç

Bu derleme çalışması, dijital çağın birey üzerindeki psikososyal etkilerini anlamlandırmak amacıyla önerilen

algoritmik yabancılaşma kavramını kuramsal ve kavramsal düzeyde ele almıştır. Literatür taraması, kavramın klasik yabancılaşma kuramlarıyla olan ilişkisini kurarken, dijital kültür bağlamında bireyin benliğiyle, kararlarıyla ve duygularıyla olan ilişkisinde meydana gelen kırılmalara dikkat çekmiştir.

Algoritmik yabancılaşma, yalnızca dijital içeriklerin birey üzerindeki yüzeysel etkilerini değil; aynı zamanda bireyin kendilik algısında, karar verme süreçlerinde ve duygusal yapısında meydana gelen derinleşmiş dönüşümleri açıklamak için önerilen çok boyutlu bir kavramdır. Bu kavram, mevcut literatürde yer alan dijital bağımlılık, tükenmişlik, gözetim kapitalizmi ve sosyal medya kaygısı gibi olgulardan farklılaşarak, bireyin içsel psikolojik deneyimlerine ve özne inşasına odaklanmaktadır.

Çalışma süresince tanımlanan dört temel boyut olan özgürlük algısının zayıflaması, kimlik bulanıklığı, karar verme mekanizmalarının aşınması ve duygusal yabancılaşma bireyin dijital deneyiminde meydana gelen katmanlı çözölmeyi bütünsel bir şekilde açıklamaktadır. Bu boyutlar, hem bireysel düzeyde benlik bütünlüğü kaybına, hem de toplumsal düzeyde kültürel tek tipleşmeye ve öznenin kolonizasyonuna yol açabilecek güçlü yapısal etkilere işaret etmektedir. Bu bağlamda algoritmik yabancılaşma, bireylerin ne izlediği, neye inandığı ya da ne hissettiği konusunda artan bir dışsallıkla karşı karşıya kaldığı, bu dışsallığın ise içselleştirilmiş bir yönlendirme biçimi olarak işlediği bir süreci tanımlar. Bireyler zamanla kendilerine değil, kendilerine sunulana dönüşürler; bu da dijital çağın özgürlük vaadini, yönlendirilmiş bir benlik inşasına dönüştürmektedir.

Sonuç olarak, dijital çağda bireyin yalnızca teknolojiye erişimini değil, teknolojiyle olan ilişkisini; yalnızca ne yaptığını değil, kim haline geldiğini sorgulayan bir kavramsal çerçeveye ihtiyaç duyulmaktadır. Algoritmik yabancılaşma kavramı, bu ihtiyaca yanıt veren, çok boyutlu, psikolojik ve sosyolojik derinliği olan bir öneri olarak literatüre sunulmuştur.

Kaynaklar

- Bandura A (1997) *Self-efficacy: The Exercise of Control*. New York, W H Freeman.
- Bauman Z (2007) *Liquid Times: Living in an Age of Uncertainty*. Cambridge, Polity Press.
- Bozdag E (2013) Bias in algorithmic filtering and personalization. *Ethics Inf Technol*, 15:209-227.
- Bucher T (2018) *If... Then: Algorithmic Power and Politics*. Oxford, Oxford Univ Press.
- Couldry N, Mejias UA (2019) *The Costs of Connection: How Data is Colonizing Human Life and Appropriating It for Capitalism*. Redwood City, CA, Stanford University Press.
- Erikson EH (1968) *Identity: Youth and Crisis*. New York, W W Norton.
- Eslami M, Rickman A, Vaccaro K, Aleyasen A, Vuong A, Karahalios K et al. (2015) "I always assumed that I wasn't really that close to [her]": Reasoning about invisible algorithms in news feeds. *CHI '15: Proceedings of the 33rd Annual ACM Conference on Human Factors in Computing Systems*, 33:153-162.
- Fromm E (1955) *The Sane Society*. New York, Rinehart&Co.
- Gillespie T (2014) The relevance of algorithms. In *Media Technologies: Essays on Communication, Materiality, and Society* (Eds Gillespie T, Boczkowski PJ, Foot KA): 167-194. Cambridge, MIT Press.
- Kanbay Y, Akçam A, Arkan B. (2025) Algoritmalarla benlik: Algoritmik yabancılaşma üzerine nitel bir inceleme. 16. Uluslararası Bilimsel Çalışmalar Kongresi, 29-30 Mayıs Türkiye.
- Kuss DJ, van Rooij AJ, Shorter GW, Griffiths MD, van de Mheen D (2013). Internet addiction in adolescents: Prevalence and risk factors. *Comput Human Behav*, 29:1987-1996.
- Marwick AE, Boyd D (2011) I tweet honestly, I tweet passionately: Twitter users, context collapse, and the imagined audience. *New Media Soc*, 13:114-133.
- Marx K (2023) Economic and philosophic manuscripts of 1844. In *Social Theory Re-Wired*, (Eds C Reitz):142-147. London, Routledge
- Pariser E (2011) *The Filter Bubble: What the Internet Is Hiding from You*. New York, Penguin Press.
- Pasquale F (2015) *The Black Box Society: The Secret Algorithms That Control Money and Information*. Cambridge, MA, Harvard University Press.
- Przybylski AK, Murayama K, DeHaan CR, Gladwell V (2013) Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Comput Human Behav*, 29:1841-1848.
- Seeman M (1959) On the meaning of alienation. *Am Sociol Rev*, 24:783-791.

- Sundar SS (2020) Rise of machine agency: A framework for studying the psychology of human-AI interaction (HAI). J Comput Mediat Commun, 25:74-88.
- Sunstein CR (2017) Republic: Divided Democracy in the Age of Social Media. Princeton, NJ, Princeton Univ Press.
- Syvertsen T (2020) Digital Detox: The Politics of Disconnecting. Bingley, UK, Emerald Publishing.
- Turkle S (2011) Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other, New York, Basic Books.
- Zuboff S (2019) The Age of Surveillance Capitalism: The Fight for a Human Future at the New Frontier of Power. New York, PublicAffairs.

Yazarların Katkıları: Çalışmaya önemli bir bilimsel katkı sağlandığı ve makalenin hazırlanmasında veya gözden geçirilmesinde yardımcı olduğu tüm yazar(lar) tarafından beyan edilmiştir.

Danışman Değerlendirmesi: Dış bağımsız

Etik Onay: Bu çalışma bir derleme yazısı olduğu için etik onaya gerek yoktur.

Çıkar Çatışması: Çıkar çatışması bildirilmemiştir.

Finansal Destek: Bu çalışma için finansal destek alındığı beyan edilmemiştir.

Authors Contributions: The author(s) have declared that they have made a significant scientific contribution to the study and have assisted in the preparation or revision of the manuscript

Peer-review: Externally peer-reviewed.

Ethical Approval: This review study does not require ethical clearance.

Conflict of Interest: No conflict of interest was declared.

Financial Disclosure: No financial support was declared for this study..