

MENEKŞE TOKYAY • Yeni Yalnızlar

MENEKŞE TOKYAY Galatasaray Üniversitesi Uluslararası İlişkiler Bölümü'nden mezun oldu. Belçika'daki Katolik Louvain Üniversitesi'nde Avrupa Birliği alanında yüksek lisansını tamamlayarak yüksek onur derecesiyle mezun oldu. Marmara Üniversitesi Avrupa Birliği Enstitüsü'nde çocuk hakları alanında doktora çalışmasını tamamladı. Lise yıllarından itibaren öykü ve deneme yarışmalarında kazandığı ödüllerle edebiyata adım atan Tokyay'ın 2003 yılından bu yana İngilizce ve Fransızcadan yirmi adet roman çevirisi bulunuyor. Uzmanlık alanı olan sosyal politikalar ve eşitsizlikleri edebiyatla buluşturduğu köşe yazıları, son on beş yıldır çeşitli medya mecralarında düzenli olarak yer alıyor. Ücretsiz okul yemeği hakkını odağına alan ilk kitabı *Karnım Zil Çalıyor*, 2025 yılında; dijital dünyada çocukların karşı karşıya kaldığı tehlikeleri ve çocuk haklarını ele aldığı *Yeni Yalnızlar: Dijital Çağın Çocukları* ise 2026 yılında İletişim Yayınları tarafından yayımlandı. Ona çocukların dünyasının kapılarını aralayan Defne'nin annesidir.

İletişim Yayınları 3740 • Bugünün Kitapları 315

ISBN-13: 978-975-05-4030-1

© 2026 İletişim Yayıncılık A.Ş. / 1. BASIM

1. Baskı 2026, İstanbul

EDİTÖR Melike Işık

KAPAK Suat Aysu

UYGULAMA Hüsnü Abbas

DÜZELTİ Funda Dörtkaş

BASKI Ayhan Matbaası • SERTİFİKA NO. 44870

Mahmutbey Mahallesi, 2622. Sokak, No. 6/41

Bağcılar 34218 İstanbul · Tel: 212.445 32 38

CİLT Güven Mücellit • SERTİFİKA NO. 45003

Mahmutbey Mahallesi, 2622. Sokak, No. 6

Bağcılar 34218 İstanbul · Tel: 212.445 00 04

İletişim Yayınları • SERTİFİKA NO. 40387

Cumhuriyet Caddesi, No. 36, Daire 3, Seyhan Apartmanı,

Harbiye Mahallesi, Elmadağ, Şişli 34367 İstanbul

Tel: 212.516 22 60-61-62 • Faks: 212.516 12 58

e-mail: iletisim@iletisim.com.tr • web: www.iletisim.com.tr

MENEKŞE TOKYAY

Yeni Yalnızlar

Dijital Çağın Çocukları



*Canımın içi kızım Defne'ye, dünyanın tüm çocuklarına
ve bütün dijital yalnızlara...*

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ • MÜJDAT ATAMAN.....	9
SUNUŞ • BURAK DALGIN.....	13
Söze Başlarken...	17
BİRİNCİ BÖLÜM	
Yalnızlık Salgını	31
İKİNCİ BÖLÜM	
Çocuklar Nasıl Yalnızlaştılar?	71
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM	
Dijital Yalnızlık Bir Tercih Değil, Hak İhlalidir	131
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM	
Dijital Yalnızlığın Bedeli	157
BEŞİNCİ BÖLÜM	
Başka Türüsü Mümkün	203
ALTINCI BÖLÜM	
Sokak Nereye Gitti?	229
YEDİNCİ BÖLÜM	
Her Şey Evde Başlar	251
Sonuç Niyetine	285
KAYNAKÇA	293

ÖNSÖZ

Sevgili Menekşe'nin kitabını heyecanla okumaya başladım; dijital yalnızlığı anlattığı ve örnekleri peş peşe sıraladığı satırlarda, oturduğum koltukta göğüs kafesimin sıkıştığını hissettim. Arkama yaslandım ve derin bir soluk aldım. Cep telefonlarının belimizde ya da cebimizde olmadığı, çevirmeli telefonların sadece haberleşmek için kullanıldığı günlerde çocuk olmanın ne güzel olduğunu geçirdim içimden. Bildiğim bir çocukluğun, sokakların bitmek bilmeyen oyun alanım olduğu zamanların, terleyip sokak çeşmesinden kana kana su içtiğim anların, ağaçların dallarından meyve yediğim günlerin ne bulunmaz zamanlar olduğunu anımsadım. Teknolojinin henüz çığırından çıkmış bir hızda ilerlemediği günlerde çocukluğumu yaşamış olmanın böylesi büyük kazanımları olacağını hayal edemezdim.

Sokakta, tanımadığın ama oyun oynayabileceğin akranlarına yaklaşıma telaşı, oyuna katılma isteğini dile getirme zorluğu, oyuna dahil olma mutluluğu, oyundaki kurgusal rolüne bağlılık, çekişme, çatışma ve dayanışmanın yaşattığı heyecan... Ve bütün bunlar, beraberinde çoklu bir beceri setinin gelişimine destek oluyordu. Her yeni gün, kurulan her yeni oyunla, adına “iletişim” denilen becerinin zorlu, keyifli birçok

yanını deneyimliyordum. Bu deneyimin, içindeyken fark etmediğim ama yetişkin günlerimde oyun üstüne düşünmeye başlayınca anlam kazanan güçlü bir yanı daha vardı: Duygularımızı tanıma ve onları ifade ediş biçimimiz. “Hayır, sen oynamıyorsun!” denildiğinde yaşadığımız hayal kırıklığı, birinin fiziksel bir özelliğimizle dalga geçtiğinde ortaya çıkan öfkemiz, “Sen bizim takımdasın!” denilip seçildiğinde yaşadığın gurur, karşı mahallenin çocuklarının sahanı ele geçirmek için saldırdıklarında yaşadığın korku, oyuna ara verip cebindeki üç-beş lira ile aldığın dondurmanın verdiği mutluluk...

Çok hızlı değişti her şey. Evdeki tek kanallı televizyonların tek ekran olduğu günlerden, başımızı çevirdiğimiz her yerde ekran gördüğümüz günlere geldik. Yaşadığımız zamanlar, distopik bir dünya kurgusuna geçişin hızlı adımlarına benziyor. Bu hızlı geçişin sosyal yaşamı etkileyen, insanların iş yapma alışkanlıklarını değiştiren, kültüre derin etkileri olan yüz binlerce farklı sonucu sıralanabilir. Bu sonuçlar farklı bakış açılarıyla analiz edilebilir ve değerlendirilebilir.

Bu teknolojik değişimde annemi düşünüyorum: Ev işçisi olan annemin dedeme, babaanneme ve bize bakımverdiği günlerdeki yorgunluğunu ve yoğunluğunu... Eve alınan tam otomatik çamaşır makinesinin bizim yaşamımızda bir anlamı yoktu fakat annem için sanırım bambaşka bir konforun habercisiydi. Yine aynı zaman aralığında, yani tek kanallı televizyonun olduğu günlerde, televizyonda izlenecek iyi bir içerik yoksa ailenin ortak sohbet zamanları çoğalıyordu; ilişkiler ve iletişim daha gerçekte; bireysel bir yolculuktan daha çok kolektif bir yaşamın içindeydik. İçinden geçerek büyüdüğümüz başka zamanların penceresinden bakarak, yaşanan günlere dair söz söylemek kolay ama anlamlı mı? “Günün çocukları, günün gençleri” ile başlayan ve yeni neslin ne kadar da bozulduğunu ifade eden kuşak üstencililiği dolu cümleleri sıklıkla duyuyoruz. Birçok değişkeni göz ardı ederek yeni nesille ilgili yargılarda bulunmak pek de anlamlı değil.

Ülkenin değişen sosyolojik yapısı, ekonomik zorluklar ve peşi sıra gelen gelecek kaygısı, kentlerdeki yaşamın sıkışmışlı-

ğı, çocuğun şekillendiğı çevreyi de etkiledi. Özellikle salgın günlerinde altı çizilen sosyal mesafe kavramı yeni gerçeklik olmaya başladı. Salgın günlerinde çocuk olmak ekrana en üst seviyede maruz kalmak ve dört duvar arasına sıkışmak demektir. Bir de bu yaşantıya sosyal medya ve haber kanallarından sürekli yayılan şiddet, öfke, acı, ölüm ve korku dalgaları eklenmeye başladı. Anne ve babalar için çocuğunu korumak öncelikli gündem oldu. Koruma duygusu neredeyse tüm anne ve babaların “helikopter ebeveynliğe”¹ evrilmesine neden oldu. Oyun parkında bile çocuğunun özgürce oynamasına kalbi dayanmayan, onun bir adım ötesinde, tüm anlarını izleyen ve yaşadığı en ufak zorluğa, çatışmaya müdahil olan anne ve babalar ortaya çıkmaya başladı. Çocukluk gibi anne-babalık da değişti. “Akşam hava kararmadan evde ol” denilen güçlü bir özgürlük kokusunun içine çekildiğı bir çocukluktan, yanından bir metre uzaklaşamayan, endişenin sürekli hissedildiğı çocukluğa geçtik.

Çocuğun sosyal çevreye katıldığı ve bağımsızlaşma yolculuğunun ilk büyük adımı okul... Erken çocukluk yıllarında okulla tanışan ve bireysel yolculuklarına başlayan çocuklar için sosyal-duygusal öğrenmeye en çok bakmamız gereken yer de okul... Ve ne yazık ki yarıştıran ve eleyen ülke eğitim sistemi, sert akademik bir rüzgârın etkisi altında. Şu an herhangi bir okula gittiğinizde, herhangi bir öğrenciyle ilgili bulacağınız kayıt sadece akademik değeri olan notlardan ibaret olacaktır. Ne yazık ki okulların elindeki büyüteç sadece çocuğun akademik yolculuğunu izliyor, oysa sağlıklı bir büyümenin izleri sosyal-duygusal yaşantılarda gizli. Evde akranı olmayan çocuk, ekrandan başını kaldırmıyor, yemek yerken bile önünde açık tablet var. Bu çocuk için sosyalleşme adımı okulda; kötü haber şu ki, çocuk okulda da akıllı tahta karşısında, ar-

1 Helikopter ebeveynlik, çocuğun üzerinde sürekli ve aşırı kontrol kuran ebeveynlik tutumunu tanımlar. Literatürde bu yaklaşım yüksek düzeyde kontrol ve aşırı derecede ilgi, düşük özerklik alanı ve çocuğun sorun çözme süreçlerinin ebeveyn tarafından üstlenilmesiyle tanımlanır. Ebeveyn, hayatının odak noktasına koyduğu çocuğu adına sürekli program yapar, onu yönetir ve ona müdahale eder.

kadaşının ensesini görecek şekilde oturarak saatler geçiriyor. Kısa on dakikalık teneffüslerde ise tuvalete mi gitsin, bir sonraki ders için araç gereç mi hazırlasın, su mu içsin, bahçeye mi çıksın? Okullar, çocukların elinden, ders adı altında çocukluklarını yaşama şanslarının olduğu zamanlarını çalıyor. Evde iletişim ve ilişki anlamında zorlanan çocuk için okul da benzer bir yapıya evriliyor.

Dijital yalnızlık gerçeği tüm soğukluğuyla çocukluğumuzu üşütüyor. Louise Glück, “Eve Dönüş” şiirini “*Dünyaya sadece bir kez bakarız, çocukluğumuzda / Gerisi hatıra*” diyerek bitiriyor. Bir uzak hatıra gibi duran çocukluğumuzu çocuklarımıza yeniden armağan etmemiz ve bunun için de mücadele etmemiz gerekiyor. Emek verdiğimizde bir şeyleri değiştirebiliriz.

MÜJDAT ATAMAN
Eğitimci, yazar