



Siber Kimliklerin Kişiliğe Yansımaları: Proteus Etki (Tanımı, Nedenleri ve Önlenmesi)

Fuat TANHAN¹, Özlem ALAV²

Öz: Hayatın vazgeçilmez bir parçası haline gelmiş olan teknoloji ve internet bireyi ve toplumu farklı yönlerden etkisi altına alabilmektedir. Teknoloji ve internet sanal çevre diye bilinen yeni bir sosyal dünyanın oluşmasına neden olmuştur. Sanal dünya, sınırları neredeyse çizilemeyen bir çevre sunmakta ve bu çevre içinde bulunan bireyleri, kurumları etkilemekte ve dönüştürmektedir. Söz konusu etki, kimi yönlerden olumlu, kimi yönlerden ise olumsuzlaşmaktadır. Sanal dünyadaki ilişkiler, kimlikler, etkilenmeler, saldırganlıklar, suçlar vb. durumlar da farklılaşmaktadır. Sanal dünyanın etkisi, bireylerin gelişim dönemleri açısından da çeşitlilik göstermektedir. Kimlik ediniminin söz konusu olduğu erinlik ve ergenlik dönemlerindeki bireyler üzerinde sanal dünya daha yoğun ve olumsuz etkilere neden olabilmektedir. İnternet tabanlı sanal arkadaşlıklar üzerinden veya bilgisayar alt yapısı üzerine kurulmuş oyun programları ile oynanabilen oyunlar, sanal oyun bağımlılığı olarak bilinen yeni bir bağımlılık türüne de yol açmaktadır. Ortaya çıkan bu bağımlılık, kişi üzerinde farklı görünümlere, etkilere neden olabilmektedir. Söz konusu etkilerden biri de Proteus Etkidir (Proteus Effect). Bu çalışmanın amacı sanal dünyada gerçekleşen sanal oyunlar üzerinden açığa çıkan ve bireylerin sanal kimliklerinin gerçek kimliklerinin dönüşmesine, farklılaşmasına neden olan Proteus Etki'nin okuyucuya tanıtılmasıdır. Tanımı, nedenleri ve önlenmesi boyutlarında ele alınan Proteus Etki ulaşılabilen literatür bağlamında betimlenmeye çalışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Proteus etkisi; proteus; avatar; sanal çevre; kimlik; kişilik, algı

¹ Yüzüncü Yıl Üniversitesi, PDR Anabilim Dalı, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik, mail: fuad65@gmail.com

² Yüzüncü Yıl Üniversitesi, İngiliz Dili ve Edebiyatı Bölümü, mail: ozlem.alav@gmail.com

The Effect of Ciber Personalities on Personality: Proteus Effect (Definition, Causes and Prevention)

Abstract: Technology and the Internet, a part of life can affect individual and society in various ways. Technology and the Internet have created virtual environment as known a new social world. Virtual world provides an environment whose borders nearly cannot be drawn, and this environment affects individuals and institutions, and converts them. The effect is both positive and negative. In Virtual world relationships, identity, influences, aggressiveness, crime and so on are varied. The impact of virtual worlds vary in terms of development periods. In the case of identity acquisition puberty and adolescence, a virtual world may cause more intense and the negative effects on individuals. Games by Internet-based virtual friendships or game programs based on computer give rise to a new kind of addiction known as virtualgaming addiction. This addiction can cause different effects and causes. One of the effects is the Proteus Effect. The purpose of this study is to introduce the Proteus Effect occurring in virtual world by virtual games, and causing the virtual identities to be convert real identities to readers. The Proteus Effect was tried to describe in the context of the definition, causes and prevention dimension in the context of accessible literature.

Keywords: The proteus effect; proteus; avatar; virtual environment; identity; personality; perception

Giriş

Teknoloji, insan ve toplum üzerinde önemli etkilere sahiptir. bu bağlamda teknoloji sosyal, ekonomik, siyasal, kültürel yapıyı değiştiren ve dönüştüren bir olgu olarak görmek mümkündür (Bal, 2010). Üretim tekniklerini, bilgisayarları, bilgi teknolojilerini içine alan teknoloji insanların yaşam tarzlarını etkilemektedir (Aksoy, 2012). Yaygın olarak olumlu etkilerine karşın, yoğun teknoloji kullanımının olumsuz etkileri de söz konusudur (Rogers ve Mynatt, 2003). Tek bir tuşla dünyanın herhangi bir ülkesine para transferini gerçekleştirebildiğimiz gibi; farklı kültür ve ülkelerdeki insanlarla, mesafeleri dikkate almaksızın, tanışarak bilgi paylaşımı ve olumlu kültürel etkileşimler de kurabilmekteyiz. Buna karşın, söz konusu etkileşimler olumsuzlaşa bilmekte, kişiye ve topluma önemli zararlar verebilmektedir.

Geçtiğimiz yüzyılla kıyaslanmayacak biçimde teknolojinin, ulaşım, iş, iletişim, sağlık ve eğlence gibi alanlarda yaşantımızın birçok yönüne derinden etkiler bıraktığı

görülmektedir (Rogers ve Mynatt, 2003). Günümüz dünyasında kişilerarası iletişimin çoğu mobil telefonlar veya internet tabanlı teknolojiyi kullanan programlar üzerinden gerçekleşebildiği gibi alış verişlerimizin de önemli bir kısmı teknoloji aracılığıyla sanal çevrelerde gerçekleşebilmekte (Howard-Jones, 2011) ve bu durum gittikçe de yaygınlaşmaktadır. Bunun ileride bireye ve topluma tam olarak nasıl etki edeceği tam olarak kestirilememektedir (Wilcox ve Stephen, 2012).

Günümüz toplumu, teknoloji ve sanal çevreyle sarmalanmış durumdadır. Bu durumun kişilikler üzerinde olumlu ya da olumsuz etkileri söz konusudur. Bu nedenle sanal ağlar ilgili daha fazla çalışmaya ihtiyaç vardır ve dünya yazınına bakıldığında da son yıllarda çalışmaların teknoloji ve sanal çevrenin etkilerine odaklandığı söylenebilir. Bu çalışmalardan biri de Proteus Etki'dir. Proteus Etki'yle ilgili çalışmalar, avatar ve sanal oyunların, kişilerin kendilerine yönelik algılarını değiştirdiğini göstermektedir. Bu nedenle hayatın bir parçası haline gelmiş sanal çevreyi tanımak bu hususta ehemmiyet arz etmektedir. Fakat yabancı yayınlarda "The Proteus Effect" diye geçen Proteus Etki'yle ilgili Türkçe yazında bir çalışma bulunmamaktadır. Bu nedenle, Proteus Etki'nin Türkçe okuyan okuyucuya erişebilir hale getirmek gerekmektedir. Çalışmanın amacı sanal dünyada gerçekleşen sanal oyunlar üzerinden açığa çıkan ve bireylerin sanal kimliklerinin gerçek kimliklerinin dönüşmesine, farklılaşmasına neden olan Proteus Etki'nin okuyucuya tanıtılmasıdır. Tanımı, nedenleri ve önlenmesi boyutlarında ele alınan Proteus Etki ulaşılabilen literatür bağlamında betimlenmeye çalışılmıştır.

Bilişim Teknolojileri ve Toplum

Aydınlanma Çağıyla birlikte teknoloji ve teknoloji tabanlı gelişmeler, umut dolu bir gelecek vaat etmesine rağmen teknolojinin sebep olduğu çevresel felaket ve yıkımlar da 21. Yüzyılın başlarında teknolojinin etkileri olarak görüldü (Vergragt, 2006). Buna rağmen teknoloji hızla ve yaygın olarak hayatımızdaki etkisi gittikçe artırmaya devam etmektedir. Neredeyse teknolojisiz bir yaşamın nasıl olacağına ilişkin öngörülerimizi kaybetmiş durumdayız. Bu açıdan teknoloji yoğunluklu yaşam tarzlarının en ufak sekteye uğradığı durumlarda, örneğin mobil telefonumuzu evde unuttuğumuzda, bir süreliğine internet kesintisiyle karşılaşıldığında, kaygılı ve de öfkeli bireyler haline çabucak dönüşebilmekteyiz. Buradan hareketle özellikle internet tabanlı teknolojilerin birey üzerindeki olumsuz

etkilerinin incelenmesi ve doğru bir biçimde tanımlanarak gerekli önlemlerin alınması neredeyse artık kaçınılmaz bir durumdur.

Teknolojinin pek çok formu mevcut olduğu söylenebilir. Bunlardan en belirgin olanlarına bilgisayar, internet ve oyunları örnek olarak verilebilir. Fakat bilgisayar, internet ve oyunlar da kendi içerisinde geniş bir yelpazeye sahiptir. Bugün akıllı telefonlar, internet tabanlı oluşlarıyla ve bilgisayar destekli olmalarıyla bireylere oyun oynama imkânında sunmaktadır. Boş zaman aktivitesi, eğlencenin çoğu, internet ve video oyunları ile karşılanmaktadır ve cep telefonlarımız iletişim ve günlük organizasyonlarımızın gerekli bir parçası haline geldiği söylenebilir. Bunların yanı sıra internet tabanlı oyunlar bağımlılık derecesinde birçok insanın hayatında yer almaktadır (Howard-Jones, 2011).3D kurulumlu oyunlar her geçen gün gelişerek masaüstü bilgisayarlardan telefon ve tabletlere, CD ve DVD'lerden flash disklere hatta telefon kabloları ve internet aracılığıyla hayatın merkezine girmiş durumdadır. Bunun yanı sıra her geçen gün piyasaya çıkan telefonlar oyun olanaklarıyla müşteri çekmeyi başardığı varsayılabilir. Ders aralarında, hatta ne yazık ki kimi zaman derste, yolculukta en az birinin telefonuyla oyunlar oynadığını görmek mümkündür. Bunların yanı sıra Facebook, Myspace, Twitter gibi sosyal paylaşım sitelerinden en az birinde hesabı olmayan birini bulmak neredeyse artık çok zor olduğu söylenebilir. Bütün bu formlar teknolojinin farklı görünümüleri olarak karşımıza çıkmaktadır.

Bilgisayar, internet, internet tabanlı oyunlar kişilerarası iletişimde etkili olan yeni iletişim yolları olarak karşımızda durmaktadır (O'Donoghue, 2012). Fakat bu iletişim araçları yeni olanaklar sunuyor olsa da yakın, yüz yüze ve duygu içerikli iletişimleri azaltmaktadır. Bu yönüyle de teknoloji tabanlı iletişim süreçleri oldukça olumsuz olabilmektedirler. Oysaki derin paylaşımı olan kişilerarası iletişim, yalnızlık, depresyon ve izole edilmiş olma hissini ortadan kaldırarak bireylere daha kaliteli bir yaşam sunmaktadır (Rogers ve Mynatt, 2003).

Yaşamın farklı evrelerinde geçen insan, sosyal bir varlık oluşuyla diğer insanlarla etkileşime geçmek zorundadır ve kişinin gelişim evrelerini, sosyalleştiği diğer bireyler etkilemektedir. Bugüne kadar aile, arkadaş, okul gibi farklı sosyal çevrelere (Senemoğlu, 2010, s. 10) sahip olan birey şu an sanal çevre (virtual environment) diye bilenen yeni bir çevreye sahiptir ve bu yeni çevre olumlu ya da olumsuz bir şekilde kişiye ve dolayısıyla

kişinin gelişim evrelerine de etki edebilmektedir. Fakat çalışmaların birçoğu, sanal çevrenin bireye tam olarak nasıl ve ne şekilde etki ettiğini ortaya koymaktan uzaktır (Wilcox ve Stephen, 2012). Fakat teknolojinin de tıpkı sahip olunan diğer çevreler gibi bireye olumlu ve olumsuz etkilerinin olduğu söylenebilir (Slany, 2010).

Çocuklar, evde ve okulda sürekli olarak teknolojiyle iç içe bulunurlar. Televizyon, DVD, internet ve akıllı telefonların hepsi çocukların gelişim döneminde şekillendirici bir rol oynar. Aynı zamanda gelişim psikologları, “kim olduğumuzu” deneyimlerimiz tarafından belirlendiğini söyler. Teknolojiyi de tıpkı gıdalar gibi düşünmek mümkündür. Hangi gıdayı nasıl ve ne kadar aldığımız bilişsel ve fiziksel olarak üzerinizde etkisini gösterecektir. Benzer şekilde nasıl ve ne tür bir teknolojik forma ne kadar süreyle maruz kaldığınızda bilişsel ve fiziksel olarak sizi etkileyecektir (Bavelier, Green ve Dye, 2010). Bugün kimi uzmanlar teknolojiyle/internetle uzun zaman geçiren bireylerin gittikçe ayna nöronlarını kaybedeceklerini ve böylelikle empati becerilerinden mahrum olacaklarını söylemektedir (Greenfield 2010).

Online sosyal ağlar her gün yüzlerce kişi tarafından ziyaret edilmektedir; fakat onların davranışları üzerindeki etkileriyle ilgili çok az şey bilinmektedir (Wilcox ve Stephen, 2012). Çalışmalar, kendini yalnız hisseden ve yas yaşayan insanların internette girdiğini ve Facebook gibi internet siteleri aracılığıyla acılarını paylaşmaya başladığını göstermektedir (Wandel, 2009). Bu durum bizlerin ne kadar çok teknolojiye ve internete gömüldüğümüzü göstermektedir. Özellikle üniversite öğrencilerinin interneti, eğlence, sosyal etkileşim amaçlarıyla kullanmaları problemleri internet kullanımı açısından risk taşımaktadır (Ceyhan, 2011). Uzun süre devam eden internet bağımlılığı beyinin dikkatle ilgili yapılanmasına zarar verebilmektedir. Özellikle kronik Dikkat Eksikliği artırdığı bilinmektedir (Yuan, Qin, Wang, Zeng, Zhao, Yang, Liu, Liu, Sun, von Deneen, Gong, Liu ve Tian, 2011).

21. yüzyılın başında bireyler oyun kuşağı olarak yetişiyor. Onlar, artık oyunsuz ve internetsiz bir dünya düşünmez durumdadır (Rooji, 2011). Her online oyuncunun, oyunları oynama durumu, yaşı, motivasyonu, cinsiyetine göre farklılık gösterebilmektedir (Yee, 2007). Fakat oyun bağımlılığının etkisi, aileye ve ikili ilişkilere olumsuz olarak yansımaktadır. Yakın ilişki özel bir ilgi ister; fakat oyun bağımlılığı ilişkinin ihmal edilmesine sebep olmaktadır. Evliliğe ve gerçek yaşam ilişkilerine zarar verebilmektedir. Oyun ve internet

bağımlılığı olan ailelerde boşanma ve okulu bırakma gibi olumsuz sonuçlar gözlenebilmektedir (Young, 2009).

Proteus Etki

Birçok yetişkin için oyun, eğlenceli boş zaman aktivitesidir. Bugün birçok ergen ve çocuğun da yetişkinler gibi online/sanal oyun oynadıkları bilinen bir durumdur. Fakat, uzun süre ve yoğun olarak sanal oyunlara vakit ayırmak, oyun bağımlılığına sebebiyet vermektedir (Kuss ve Griffiths, 2012). Bugünün dijital dünya, her bireye kendini göstermenin birçok yolunu sunuyor (Yee, 2007). Sanal ortam, belirgin bir şekilde kişilerin kendi kimliklerini değiştirmelerine olanak sağlamaktadır. Daha da önemlisi, birçok çalışma, Proteus Etki diye bilinen ve kişilerin sanal ortamdaki profillerine göre kendilerine kimlik seçmeye başladıkları bir duruma işaret etmektedir (Yee, Bailenson ve Ducheneaut, 2009). Proteus Etkinin ortaya çıkışını açıklayan iki teori vardır; Kendini algılama teorisi (Self-Perception Theory) ve kimlik belirsizliği teorisi (Deindividuation Theory).

Kendini Algılama Teorisi: Kendini Algılama Teorisi'ni ilk ortaya koyan Daryl Bem göre, kişi, kendi duygularını, tutumlarını ve inançlarını yine kendi davranışlarını ve davranışlarını ortaya koyduğu koşullarda inceleyerek anlar. Kendini Algılama Teorisine göre, kişi kendi duygu veya tutumlarından emin olmadığı ya da bu konuda belirsizlik yaşadığı zaman bu duygu ya da tutumu, davranışı ve bağlamı inceleyerek çıkarsama yapmaya çalışır (Bulut, 2012). Başka bir deyişle, kişi kendini, kendi davranışlarını ve tutumlarını gözlemler. Bu teoriye göre, birey kendini üçüncü bir kişiyi gözüyle yine kendisi değerlendirir (Yee, Bailenson ve Ducheneaut, 2009).

Bem'e (1972) göre, insanlar kendi tutumlarını, duygularını, davranışlarını ve diğer durumlarını bir başkasını inceler gibi inceler ve kendi davranışlarından yola çıkarak kendisiyle ilgili bazı çıkarsamalar yapar. Örneğin, bir kişi acıktığında, "Ben acıktım", der, Bu insan acıktığını nasıl anlar? Bu bir gözlem midir?, Bir çıkarsama mıdır?, Direk bir bilgi midir?, Kişi yanılıyor mu yoksa bunu tanımlaması imkansız mıdır?". Bu tür sorulardan yola çıkarak, kişinin kendisiyle ilgili üçüncü bir kişinin gözüyle kendine yönelik algı oluşturmasına örnek veren Bem, kendi algılama teorisini kişinin kendi davranışlarından yola çıkarak kendini algılamaya çalışmasına dayandırır. Davranışçılığa göre tasarlanmış kendini

algılama teorisi, davranışçılıktan farklı olarak davranışın meydana geldiği durumu ve sosyal çevreyi de önemser. Davranışı, sosyal çevre içerisinde değerlendirir. Diğer bir deyişle, kişi kendi davranışlarını sade bir gözlemlerle ele almaz, davranışın ortaya çıktığı sosyal durumu da göz önünde bulundurarak kendine yönelik bir algı geliştirir. Kendini algılama teorisine göre kişinin duruma yönelik kendini gözlemlemesi, kendi davranışının değişkenlerini kontrol etmesinin ortaya çıkışıdır. Kendini, algılama teorisine göre kendi davranışlarını gözlemeyen birey, kendi davranışlarına yönelik bir algı oluşturur ve kendi davranışlarını değiştirir (Fazio, Zanna ve Cooper, 1977).

Kendini Algılama Teorisinden doğan (Fox, Bailenson ve Tricase, 2012) Proteus Etki, kişinin, avatarına göre davranış ve tutumlar geliştirmesi ve bu tutum ve davranışlarını da doğru bulmasıdır. Çalışmalar, Proteus Etkinin sanal ortamda belirgin olduğunu göstermektedir (Yee ve Bailenson, 2007). Proteus Etki, bireyin, kendini algılama şekline bağlı olarak avatarının fiziksel görünümüne göre istediği davranışları ortaya koyması durumudur. Örneğin, uzun boylu avatara sahip bireyler, gerçekte uzun boylu olmasalar da sanal ortamda daha fazla özgüven davranışı sergiler ya da kısa boylu avatar kullanıcıları daha az öz güven davranışı ortaya koyarlar (Yee ve Bailenson, 2007; Yee, Bailenson ve Ducheneaut, 2009; Fox, Bailenson ve Tricase, 2012).

Kendini algılama teorisinden anlaşılacağı üzere kişi, kendini dışarıdan birini gözlemliyormuş gibi gözlemler ve davranışlarına göre kendi tutum ve duygularına yönelik bir algı oluşturur ve sanal çevrede, kişinin avatarını dışarıdan görüp ve ona göre kendine yönelik bir algı oluşturması daha kolaydır (Yee ve Bailenson, 2007). Bu nedenle Proteus Etki meydana geldiği zaman, kişi kendi fiziksel özelliğine benzemeyen avatarın görünümüne yönelik kendi içinde tutum ve inançlar geliştirir ve kişi, kendi gerçek görünüşüne göre değil avatarın görünüşüne göre kişilik geliştirir (Fox, Bailenson ve Tricase, 2012). Kısacası, kişi, avatarın görünümüne göre kılık değiştirir ve aslında kendisine görünüm olarak benzemeyen avatara göre bir kişilik oluşturur. Örneğin, kişi gerçekte kısa boylu ama girdiği sanal çevrede uzun boylu avatarı seçiyorsa bir süre sonra uzun boylu biri olarak kendini algılar ve ona göre bir kişilik özelliği sergiler. Kullanıcı, sosyal çevrede kendi asıl görünümüne göre değil; avatarının görünümüne uygun tutum ve inanç sergiler. Örneğin, çekici bir avatar kullanıcısı, aslında kendi gerçek görünümünü çekici bulmasa da kendi asıl görünümünü yok sayarak

sanal çevrede avatarının görünümüne göre bir algı geliştirir ve kendini çekici olarak algılar bu yüzden de diğer insanlara karşı daha açık bir kişilik sergiler ve diğerlerine daha yakın davranır (Yee ve Bailenson, 2007).

Kimlik Belirsizliği Teorisi: Kimlik Belirsizliği Teorisine göre, birey, sanal ortamda gerçek ismini sakladığında (anonymity), kimlik belirsizliği (deindividuation), kişinin bireysel kimliğini onun kendi bireysel kimliğine uydurmaktan ziyade toplumun kimliğine uydurur. Başka bir deyişle, kişi, girdiği sosyal grubun kimliğine bürünür. Bu durum, Kimlik Belirsizliği Etkisinin Sosyal Kimlik Modeli (The Social Identity Model of Deindividuation Effects) olarak adlandırılır. Bu açıdan, kimlik belirsizliğinin son basamağı, kendini algılama teorisine bir hayli benzemektedir. Kişi kimlik belirsizliği yaşadığında, kendi giyiminden kişiliğiyle ilgili ipuçlarını içeren yerel kontekstin sosyal normlarıyla ilişkili davranışlarını onaylar. Örneğin, hemşire kıyafetinde kimliği belirsizleşen bireyler, hemşirelerin sosyal rolünü onaylamaya başlar (Yee, Bailenson ve Ducheneaut, 2009). Kimlik Belirsizliği Teorisine göre, kimlik belli bir grupta ya yok olur ya da engellenir. Kimlik belirsizliğinde, kişi, öz-düzenlemesi yokmuş gibi davranır (Reicher ve Postmes, s. 167-168)

Kimlik belirsizliği, kendini algılamayı açıklayabilmektedir. İlk bakışta birbirlerine benzeseler de aslında her ikisi de birbirinden farklı kavramlardır. Kendini algılama teorisi, kendini gözleme dayanırken; kimlik belirsizliği teorisi, bireyin kişiliği (the self) silindiğinde ortaya çıkar (Yee, Bailenson ve Ducheneaut, 2009).

Proteus Etki, birey, başka insanların beklentisini varsayarak bilinçli bir şekilde davranışlarını değiştirdiğinde ortaya çıkar (Sherrick, Hoewe ve Waddell, 2014). Bu nedenle sanal çevrede, kişi kimlik belirsizliği yaşarak içinde bulunduğu sanal çevreye göre bir kimlik seçer ve davranışlarını bu doğrultuda sergiler. Ayrıca, kişi kendini üçüncü birinin gözüyle ve içinde bulunulan çevrenin özelliğiyle algılayabilir. Bu da sanal çevrede kullanılan avatarla daha kolaydır. Bu nedenle sanal çevre kişiye kolay bir şekilde olmak istediği kimliğe bürünme olanağını sunar (Yee, 2007; Yee, Bailenson ve Ducheneaut, 2009). Avatarın karakter özelliği kişiye etki eder ve kişi kendi avatarının özelliğini sergiler (Yee, Bailenson ve Ducheneaut, 2009).

Proteus Etki: Tanım

Proteus ismi, Yunan Mitolojisindeki bir tanrının adıdır. Yunan Mitolojisindeki, Proteus Tanrısı, İngilizcede sıfat olarak kullanılan "protean" kelimesinden türemiştir (Yee ve Bailenson, 2007). Bu kelimenin, Türkçe karşılığı; çok yönlü, değişken, dönecek anlamlarına gelmektedir (Tureng). Yunan Mitolojisindeki tanrılardan biri olan Proteus Tanrısı, birçok farklı kimliği, özü temsil edebilme yeteneğine sahiptir (Yee ve Bailenson, 2007). Bir diğer deyişle, birden çok kimliğe, kişiliğe bürünebilmektedir. Yunan Mitolojisinde, Proteus Tanrısı, denizlerin, nehirlerin ve okyanusların tanrısıdır ve bu tanrı kılıktan kılığa girerek şekil değiştirebilmektedir (Stoltzfus, 2014).

Yunan mitolojisinde, kolaylıkla kılık değiştirme özelliğine sahip Proteus tanrısından gelen Proteus Etki, Yee'nin 2007 yılına ait olan "Proteus Etki: Behavioral Modification Via Transformation of Digital Self-Representation" adlı doktora tezine dayanmaktadır. Proteus Etki, sıradan insanların sanal çevrede kolaylıkla kimlik değiştirmesi manasında kullanılmaktadır. Sıradan biri olan kişi, sanal çevrede istediği avatari seçebilmektedir ve kişi, sanal çevrede seçtiği avatarın dış görünümüne bağlı olarak davranışlar sergilemektedir. Örneğin, kadın avatar seçen bir erkek daha feminen, erkek avatari seçen bir bayan ise maskülen davranışlar sergilemektedir. Fakat kişi sanal çevrede tek bir tuşla istediği avatari seçebilmekte ve böylelikle de şekil değiştirdiği gibi de kimlik de değiştirebilmektedir (Yee ve Bailenson, 2007; Sherrick, Hoewe ve Waddell, 2014).

Proteus Etki: Nedenler

Sanal oyun ve internet tabanlı sayfaların kişiye sunduğu avatar Proteus Etkinin ortaya çıkmasında başat role sahiptir. Avatar, kelimesi köken olarak Hint mitolojisinden gelmektedir. Hint mitolojisine göre, tanrılar, yeryüzüne insan kılığına bürünerek inmektedirler (Vikipedi, 2014). Tanrıların insan kılığına girerek yeryüzüne inmesine, bir başka deyişle tanrının insan vücudunda şekil bulmasına avatar denir (Tureng). Bilgisayar işlemciliği ve internet için de kullanılmaya başlanılan avatar kelimesi, kişinin sanal ortamda kendini tanımlamak için seçtiği resim ya da simgelerdir. Kişilerin avaturları, resim olabildiği gibi grafik şeklinde de olabilmektedir (Yee, Bailenson ve Ducheneaut, 2009). Bireyleri, özel olarak tasarlanmış ya da kendilerinin oluşturdukları avatar, bilgisayar oyunlarında temsil

etmektedir (Yee, 2009). Kişi, eğer isterse kolaylıkla avatarını tek bir tuşla şekilden şekle sokabilmektedir (Yee, 2007).

Avatar, Proteus Etkini açıklamak için kullanılmaktadır ve avatarlar, Proteus Etkinin oluşmasında temel faktördür. Çalışmalara göre, avatar, bireyin kişiliğinin değişmesine etki etmektedir. Avatarımız, etkileşime girdiğimiz diğer insanlara göre kimliğimizi değiştirebilmektedir. Çalışmalara göre, birden farklı avatar kullanan bireylerin davranışları değişebilmektedir (Yee, Bailenson ve Ducheneaut, 2009).

Kişiler, avatarındaki çekici bir fotoğrafın insanlara etki edeceğini düşünmektedirler. Kişilerin, sanal ortamda kullandıkları avatarların görünümü, kendilerini algılama şekillerine bağlı olarak davranışlarına etki eder. Başka bir deyişle, kullanıcılar kendi avatar görünümünden, kendi davranış ve tutumlarını oluşturabiliyorlar (Yee, Bailenson ve Ducheneaut, 2009). Bu da ProteusEtkisi'in kendini algılama teorisiyle olan ilişkisinin bir parçasıdır. Çünkü, kendi davranışlarından çıkarsama yaparak kendi davranışını değiştiren bireyin durumuna vurgu yapan kendini algılama teorisi, bu durumun sanal çevrede avatarlar aracılığıyla daha kolay olduğunu gösterir. ProteusEtkisi'in ortaya çıkmasına etki eden durum da budur. Çünkü, sanal çevrede birey, avatarının görünümünden yola çıkarak kendine yönelik bir algı oluşturur ve bu algı doğrultusunda davranış sergiler (Fox, Bailenson ve Tricase, 2012).

Proteus Etkinin Olumsuz Sonuçları

İnsan, yaşamı boyunca sürekli bir değişim geçirir (Atak, 2011) ve bu değişim boyunca, bazı gelişim görevlerini yerine getirmek zorundadır. İnsanın yaşamı boyunca geçirdiği evrelere ve bu evrelerin özelliklerine değinen Erikson gibi kuramcılar, gelişim dönemlerine kimi noktalarda benzer kimi noktalarda da farklı açıklamalar getirilerde kuramcılarının gelişimle ilgili ortak görüşlerinin ortak bir noktası vardır (Burger, 2006). Gelişimle veya kişilikle ilgili yorum yapan kuramcılara göre, yaşamın dönemlerinde bireyin yaşamsal görevini yerine getirmesi gerekir ve her dönemde bireyin yerine getirmesi gereken gelişimsel görevler vardır (Senemoğlu, 2010). Eğer, birey gelişim görevlerini zamanında yerine getirmez ya da kazanması gereken özellikleri kazanmazsa yaşamın sonraki evrelerinde bazı sorunlarla karşılaşabilir. Örneğin, Erikson'a göre insanlar Ergenlik

Döneminde, yoğun olarak kimlik arayışı yaşarlar. Bu dönem Erikson'a göre "kimlik kazanımına karşı rol karmaşası" evresidir. Eğer birey bu dönemde kimlik kazanımını sağlayamazsa ileriki dönemlerde kimlik karmaşası yaşar (Senemoğlu, 2010; Erden ve Akman, 2012; Burger, 2006).

Sosyal medyanın temel taşlarından biri olan kimlik ise insanların bir sosyal medya platformu içerisinde kendilerini belli ölçüler doğrultusunda ortaya koyma durumlarıdır. Kullanıcıların, kimliklerini ortaya koyma yarayan bilgiler arasında isim, yaş, cinsiyet, meslek, yaşadıkları yer vardır. Bunlara ek olarak, kişiler, sevdikleri, sevmedikleri ve ilgi duydukları şeyleri de kimlik bilgileri arasında paylaşırlar (Anadolu Üniversitesi, 2013, s., 16). Teknoloji sayesinde birden fazla sosyal çevreye girebilen birey, farklı kimlik profiline sahip olabilmektedir. Bu bağlamda, son zamanlarda kullanımında artış gösteren sosyal ağ siteleri hem bireyin hem de toplumun üzerinde önemli ve temel bir etkiye sahiptir (Wilcox ve Stephen, 2012). Sanal çevrenin bir etkisi olan "Proteus Etki", kişilerin sanal ortamdaki avatarlarına göre kendilerine kimlik seçmeye başladıkları bir duruma işaret etmektedir (Yee, Bailenson ve Ducheneaut, 2009).

Avatarın fiziksel özelliklerine göre davranışlar sergileyen kişi bu davranışlarını sosyal ortamın dışındaki gerçek hayatta da devam ettirmektedir (Yee, 2007; Fox, Bailenson ve Tricase, 2012). Çalışmalar, avatarını, dışarıdan üçüncü bir kişinin gözüyle inceleyen bireylerle ilgili iki özelliği ortaya koymaktadır;

- o Uzun boylu avatara sahip kişiler, daha fazla özgüven sergilemişlerdir.
- o Çekici avatara sahip bireyler, daha arkadaş canlısı davranmıştır (Yee ve Bailenson, 2007; Yee, Bailenson ve Ducheneaut, 2009).

Sanal ortamda en yaygın olarak kullanılan avatlardan biri olan kadın avatari, (Fox, Bailenson ve Tricase, 2012) seçen bireyler, sanal çevrede kadınsı davranışlar sergilemişlerdir (Sherrick, Hoewe ve Waddell, 2014). Başka bir çalışmada ise, uzun boylu ve çekici avatari seçen kişilerin oyunda daha yüksek seviyelere geçtikleri bulunmuştur (Yee, Bailenson ve Ducheneaut, 2009).

Proteus Etki, kendini en fazla çoklu online oyun sitelerinde gösterir. Kişi, bu sitelerde mimiklerini kullanabilmekte ve istediği gibi hareket edebilmektedir. Bu yüzden, kolaylıkla

seçtiği avatarın kimliğine bürünmektedir (Janssen, 2015). Kişi, birden fazla siteye girip birden fazla avatara sahip olabilmektedir ve çalışmalar, avatarın, kişinin davranışına etki ettiğini göstermektedir. Örneğin, ırka dayalı avatari seçen bireylerin, ırka bağlı davranışlar sergilediği görülmüştür (Stoltzfus, 2014). Bunlar da kimlik edinimine olumsuz olarak yansiyabilir. Kimlik karmaşasının yoğun bir şekilde yaşandığı evrede ergenin kimlik edinimine geciktirebilir, kimlik edinimin sağlıklı oluşmasına engel olabilir ve bireyin kendine ve kimliğine yönelik olumsuz algıya sahip olmasına sebebiyet verebilir.

Proteus Etki ve Akademik Başarı: Sanal çevrede, kendi çevre oluşturan birey sanal dünyada fazla vakit geçirerek derslerini ihmal etmekte ve bu da akademik başarıda düşüşe sebep olmaktadır. Çalışmalar, sosyal ağı çok kullanan çocukların akademik başarısında düşüşlerin gözlemlendiğini göstermektedir (Greenfield, 2012).

Oyunda, olumsuz puan alan ya da oyunu kaybeden öğrenciler, kendine yönelik olumsuz düşünce geliştirirler ve özgüvenleri zedelenir. Bu durum çocuğun akademik yaşantısına olumlu olarak yansımaz (Young, 2009).

Proteus Etki ve Sosyal İlişkiler: Algı, bireylerin çevrelerini anlamlandırabilmek adına, duyuumsal izlenimlerini düzenleme ve yorumlama süreçlerine verilen isimdir (Robbins ve Judge, 2013, s. 168). Anlaşılacağı üzere, algının oluşmasında çevre temel faktördür. Kişinin algısı, içinde bulunduğu çevreye bağlı olarak şekillenir. Buradan hareketle, kişinin gerçeğe yönelik oluşturduğu algı sosyal çevresinin ürünüdür. Sosyal gerçeklik, demokrasi ya da birey hakkında gerçek olarak söylenen şeylerin, insanlar arasında, o toplumda ya da o kültürde inşa edilip üretilmesidir. Sosyal gerçeklik, insanlar arasında üretilen anlamdır ve insanlar bu anlam üzerinden açıklama yapıp uygular ve bunları aynı anlam üzerinden sergiler. Kısacası, kişinin içinde bulunduğu sosyal çevre neyse kişinin gerçeği odur (Arkonaç, 2012, s. 44). Bu yüzden, sosyal çevre değiştiğinde kişinin gerçeklik algısı da değişiklik gösterir. Bu durumda, kişinin gerçeklik algısı girdiği çevreyle çeşitlenir. Sosyal gerçekliğin bir ürünü olan kimlik ve kişilik ve kimliğe karşı algı da çevrenin bir ürünü olur. Bilindiği gibi, kişilikte gen önemli olsa da sosyal çevre genetik özelliklerin ortaya çıkmasına yardım eder. Bu nedenle sosyal bir gerçeklik olarak kabul edilen kişiliğin genetik özellikleri da kişinin içinde yer aldığı sosyal grup içerisinde şekillenip ortaya çıkar. Yani, kişiliği, sosyal çevre oluşturur. İnsanlar öfkelenmeyi, kibar olmayı, şüpheyi, kendini

yüceltmeyi ve gurur gibi karakteristik özellikleri, bu davranışları yönlendiren diğer insanlara bağlı olarak sergiler. Bir diğer deyişle, kişiyi, kişi yapan kişilik özellikleri sosyal çevre tarafından şekillenir. Buna bağlı olarak, gerçeklik algısı, sosyal çevreyle benzer anlamdaysa kişinin gerçeklik algısı ve gerçeklik algısının bir parçası olan kimliği çevrenin ortak algısıdır (Allport, s. 127-128; Burger, 2006).

Proteus Etki ile yapılan çalışmalar, kişinin girdiği grubun normunu aldığıdır. Birey, grup tarafından reddedilmemek için onların sahip olduğu normu benimser (Van Der Heide, vd., 2012). Daha öncede değinildiği gibi Proteus Etki sanal dünyada ortaya çıkan bir durumdur. Birey, internet ve gelişen teknoloji sayesinde hızlı ve kolay bir şekilde birçok gruba girebilir. Bu kolaylık kişinin sosyal ilişkilerinin bozulmasına neden olabilir.

Proteus Etkinin Önlenmesi

Kimlik edinim evresi olan ergenlik dönemi, bireyler için oldukça zor bir dönemdir. Kişi bu dönemde, dış görünümüyle her zamankinden fazla ilgilenir. Gelişim dönemindeki bireysel farklılıklar göz önüne alındığında, görünümüyle ilgili olumsuz algılara sahip kişi, hayalindeki görünüme sanal çevrenin sağladığı avatarla sahip olmaya çalışabilir. Proteus Etkiyle ilgili yapılan çalışmalar, kişinin sanal çevrede kendine yönelik oluşturduğu algı sanal çevreden ayrıldığında da devam etmektedir. Sanal çevrede kendi temsil etmek için çekici bir avatar seçen kişi sanal çevreden ayrıldıktan sonra da seçtiği avatarın etkisinde kalarak kendi çekici olarak algılamaya devam eder (Yee, 2007). Bu durum bireyin kendine yönelik algılarına zarar verebilir. Çünkü bireyler, bir süre sonra, sahip oldukları avatarın görünümünde olduğunu düşünmeye başlayabilirler. Bu nedenle anne-babalara önemli görevler düşmektedir. Çocuğuna ergenlik dönemi ve Proteus Etkinin özellikleriyle ilgili bilgi vermelidir. Çocuğun seçeceği avatarın kendi cinsiyetine ve gerçekte sahip olduğu görünümde veya görünüme yakın avatar seçmeleri noktasında bilgilendirici olmalıdırlar. Örneğin erkek ve kısa boylu bireyin, erkek ve kısa boylu avatarı seçmesi teşvik edilmelidir. Çünkü kişinin kendi cinsiyetine uygun avatarı seçmesi, kabul gören bir durumdur (Fox, Bailenson ve Tricase, 2013).

Bireyler, girdikleri çevreye göre sosyal gerçeklik oluştururlar (Arkonaç, 2012). Bugünün insanı için yeni bir çevre olan internet, bireyin kendine özgü sosyal bir gerçeklik

oluşturmasına sebebiyet verebilir. Nitekim Proteus Etki bunun bir örneğidir (Yee, 2007). Buradan hareketle internette, milyonlarca siteye, giren ergen ve çocuklar girdikleri çevrede kendilerine uygun olmayan sosyal gerçekliğe sahip olabileceği ve bu sosyal gerçekliğin onların gerçek çevreleriyle uyumunu bozabileceği söylenebilir. Bu nedenle, anne-babalar mümkün olduğu kadar çocuklarının yüz yüze etkileşimin fazla olduğu çevrelere girmesini sağlanmalıdır. Çünkü Sosyal Öğrenme Kuramına göre, kişi sosyalleşmeyi ve toplum içinde hayatında ona yardımcı olacak bilgileri, sosyal çevresini gözlemleyerek öğrenir (Bayrakçı, 2007).

Eğer bireyler Proteus Etkinin davranış üzerindeki etkilerini bilirse, kullanıcı onlarla ilgili bilince sahip olacaktır; çünkü Proteus etki argümanları, davranış seçilmeden önce kişi üçüncü bir kişinin onayını/hayranlığını kazanmak için davranış sergilediğini söyler (Sherrick, Hoewe ve Waddell, 2014). Bu sebeple eğitimciler hem öğrencileri hem de anne-babaları Proteus Etkiyle ilgili bilgilendirmelidir. Proteus Etkinin nasıl ve neden ortaya çıktığını öğrencilere anlattıklarında öğrencinin durumla ilgili farkındalığı oluşacaktır. Böylelikle Proteus Etkinin çıkması engellenmiş olur. Çünkü Proteus Etki, kişinin sanal ekranda kendi seçtiği avatarda görür ve kendi davranışlarını üçüncü bir kişinin gözünden bakarak seçmesiyle ortaya çıkar. Yani kendini bir başkasına beğendirmeye çalışır. Eğitimciler, bunu öğrencileriyle paylaştıkları zaman kişi, davranışlarını bir başkasına beğendirmek için seçtiğini fark eder ve bu konuda bilinçli olacağından Proteus Etki önlenmiş olacaktır.

Problemleri olan bireylerin, daha sık sanal oyun oynadıkları bilinmektedir (Kuss ve Griffiths, 2012). Eğitimciler, oyun bağımlılığı olduğunu düşündükleri öğrencileri ya da internette yoğun olarak vakit geçiren öğrencilerle yakından ilgilenmeleri, gözlemledikleri durumları anne-babalarla paylaşarak işbirliği içerisinde öğrenciye gerekli destek verilmelidir. Bu tür öğrencilerin neden internette ya da sanal oyunlarda daha fazla vakit geçirdiğini tahlil ederek soruna yönelik gerek bireysel gerek grupsal destek sağlanmalıdır.

Proteus Etki gibi sanal ortamın neden olduğu kavramlar, bilimsel yayın yapan çevreler tarafından Türkçe yazınına kazandırılmalı alınması gereken önlemler konuyla ilgili uzmanlarla paylaşılmalıdır. Örneğin, Proteus Etki ve sanal çevrenin özellikleri ve etkileri Milli Eğitim desteğiyle öğretmenlere gerek seminerler gerekse workshoplar aracılığıyla

anlatılmalıdır. Özellikle okulda rehberlik görevi sunan öğretmenlere, bu konuda yönetici roller verilmesi faydalı olabilir.

Bireyin, kişilik oluşumunda önemli bir etkiye sahip olan okul (Senemoğlu, 2010, s. 39) çocuk için önemli bir koruyucu faktördür. Okulun koruyucu görevini yerine getirmesinde öğretmenlerin rolü önemlidir. Öğretmenler, bu koruyucu görevlerini internetin olumsuz etkilerini önlemede de yerine getirebilirler. Öğrencilere, sanal çevrenin olası etkilerini örnekler vererek anlatmaları faydalı olabilir. Bunun yanı sıra öğretmenlerin, Proteus Etki'yle ilgili velileri bilgilendirmeleri faydalı olabilir.

Yukarıda sayılanların geliştirilebilmesi ve daha etkili sonuçların alınabilmesi büyük ölçüde araştırmalara düşmektedir. Çünkü bugün kişilerarası iletişimin çoğu ve alış veriş gibi günlük ihtiyaçlarımızın önemli bir kısmı teknoloji aracılığıyla sanal çevrelerde gerçekleşebilmekte (Howard-Jones, 2011) ve bu durum gittikçe de yaygınlaşmaktadır. Bunun ilerde bireye ve topluma tam olarak nasıl etki edeceği tam olarak kestirilememektedir (Wilcox ve Stephen, 2012). Bu sebeple araştırmacıların yapacağı çalışmalar hem öğretmenlere hem de eğitimin diğer paydaşlarına büyük destek sağlayabileceği düşünülmektedir.

Sonuç, Tartışma ve Öneriler

Kişinin kimlik ediniminde sosyal çevre oldukça önemlidir (Erden ve Akman, 2012, s. 39). Bireyin, kişiliği aile, akran ve okul gibi çevreler vasıtasıyla oluşur (Senemoğlu, 2010, s. 10). Bugün, sanal dünya diye bilinen yeni bir sosyal olgu aile, akran ve okul gibi sosyal çevreye eklenmiştir. Bu yeni olgu, tıpkı aile ve akran gibi kişinin, kişilik gelişimine şekil vermektedir. Bu nedenle, bu sosyal çevrenin nasıl bir alan olduğunun bilinmesi gerekmektedir. Sosyal ağla ilgili yapılan birçok çalışma, son zamanlarda kullanımında artış gösteren sosyal ağ sitelerinin, hem birey hem de toplum üzerinde önemli ve temel bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir (Wilcox ve Stephen, 2012). Yapılan çalışmalar, internet kullanımının birey üzerinde olumlu ve olumsuz etkileri olduğunu vurgulamaktadır (Yuan, vd., 2011). Sanal çevrenin olumsuz etkilerinden biri olan Proteus Etki de bu açıdan aileler ve eğitimciler tarafından tanınmalıdır. Bireyin kendine yönelik algılarını değişme durumu olarak tarif edilen Proteus Etki, son zamanlarda popülerite kazanan online destekli oyunlar ve diğer sosyal ağlar ve avatar kullanımı sunan 3G'li video oyunları yaygın bir hal

almıştır (Fox, Bailenson ve Tricase, 2012; Yee, 2007). Fakat bu duruma, Rogers'ın benlikle ilgili görüşleri göz önünde alınarak bakıldığında Proteus Etkisi'in tanınması ve bu yönde önlemlerin alınması gereklilik kazanır. Benlik algısının sosyal çevreyle oluştuğunu belirten Rogers, kişinin benlik kavramının onun yaşantılara bağlı olduğunu ifade eder (Erden ve Akman, 2012, s. 99). Buradan hareketle, kişinin kendine yönelik gerçekçi bir algı oluşturması için ProteusEtkisi'in yerini yüz yüze etkileşimler almalıdır. Bunun içinde kişinin sanal alemde geçirdiği süre kontrol altında olmalıdır; çünkü kişinin sosyal ağda geçirdiği süre de bireyin, sosyal ağ denilen çevreden ne kadar etkileneceğini belirleyecektir (Bavelier, Green ve Dye, 2010).

Sanal çevrede çok fazla zaman harcayan ergenler, internetin sağladığı kolaylık nedeniyle birbirinden farklı gruplara katılabilir ve her bir grubun normuna uygun avatar seçebilir (Yee, 2007). Bu duruma Sosyal Kimlik Teorisinden bakıldığında, Sosyal Kimlik Teorisi, insanların kendilerini belli bir grubun özelliğiyle tanımlayabildiklerini ve kendilerini de içinde yer aldıkları sosyal grubun özelliğine sahip bir kişi olarak gördüklerini söyler; bu bağlamda kişinin yer aldığı sanal çevre, kişinin kişiliğinin belirsizleşmesine sebebiyet verebilir. Bu durum henüz kimlik arayışında olan genç için bir tehlikedir; çünkü sanal çevre, kişinin, birbirinden farklı gruplarda yer alabilmesini kolaylaştırır ve bunu yanı sıra sanal çevre bireye bazı programların yardımıyla istediği kılığa ve görünümüne girebilme imkânını da sunar (Yee, 2007; Arkonaç, 2012, s. 196; Yee ve Bailenson, 2007). Bilişim teknolojilerinin olmadığı bir dünya hayali yersizdir. Sonuç olarak, bu teknolojilerle yaşamayı öğrenmeyi ve kendimizi, çocuklarımızı korumayı mümkün kılacak yolları bulmayı başarmalıyız. Bu çalışma bu yönlü bir çabanın sonucu olarak ortaya konmuştur.

Kaynakça

- Aksoy, B. (2012). Bilgi teknolojileri ve yeni çalışma ilişkileri. *Ege Akademik Bakış*, 12, 3, 401-414.
- Allport, F. H. (1923). *Sosyal Psikoloji 1. (Çev. Birsen Yalçın)*. Ankara: Yeryüzü Yayınevi.
- Arkonaç, S. A. (2012). *Sosyal Psikolojide İnsanları Anlamak: Deneysel ve Eleştirel Yaklaşımlar (2. Basım)*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Atak, H. (2011). Kimlik gelişimi ve kimlik biçimlenmesi: Kuramsal bir değerlendirme. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*; 3(1), 163-213.

- Bal, O. (2010). Teknolojinin sosyo-ekonomik yapıya etkileri. *Akademik Bakış Dergisi*, 20, 1-23.
- Bavelier, D., Green, C. S. ve Dye, W. M. G. (2010). Children wired: For beter and worse. *Neuron*, 67, 692-701.
- Bayrakçı, M. (2007). Sosyal öğrenme kuramı ve eğitimde uygulanması. *SAÜ Eğitim Fakültesi Dergisi*, 198-210.
- Bem, D. J. (1972). *Self-Perception Theory*. New York ve Londra: Academic Press.
- Budak, S. (2012). *Kendini algılama teorisi*. <http://www.termbank.net/psychology/3988.html> adresinden 04.02.2015 tarihinde erişilmiştir.
- Cacioppo, J. T., Fowler, J. H. ve Christakis, N. A. (2009). Alone in the crowd: The structure and spread of loneliness in a large social network. *Journal of Personality and Social Psychology*, 97(6), 977-991.
- Ceyhan, A. A. (2011). University students' problematic internet use and communication skills according to the internet use purposes. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 11(1), 69-77.
- Erden, M. ve Akman, Y. (2012). *Eğitim Psikolojisi: Gelişim, Öğrenme, Öğretme* (20. Basım). Ankara: Arkadaş Yayınevi.
- Erhat, A. (1978). *Mitoloji Sözlüğü* (2. Basım). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Fazio, R. H., Zanna, M. P. ve Cooper, J. (1977). Dissonance and self-perception: An integrative view of each theory's proper domain of application. *Journal of Experimental Social Psychology*, 13, 464-479.
- Fox, J., Bailenson, J. N. ve Tricase, L. (2013). The embodiment of sexualized virtual selves: The Proteus effect and experiences of self-objectification via avatars. *Computers in Human Behavior*, 29, 930-938.
- Janssen, C. (2010). *Proteus Effect*. <http://www.techopedia.com/definition/29631/proteus-effect> adresinden 04.02.2015 tarihinde erişilmiştir.
- Kuss, D. J. ve Griffiths, M. D. (2012). Adolescent online gaming addiction. *Education and Health*, 30, 1, 15-17.
- Murdock, N. L. (2013). *Psikolojik Danışma ve Psikoterapi Kuramları*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- O'Donoghue, Z. (2012). *"Friend Me": The Impacts of Technology on Human Interaction*. Running Head: Technology and Human Interaction.
- Senemoğlu, N. (2010). *Gelişim, Öğrenme ve Öğretim: Kuramdan Uygulamaya* (16. Basım). Ankara: Pegem Akademi.

- Sherrick, B., Hoewe, J. ve Waddell, T. F. (2014). The role of stereotypical beliefs in gender based activation of the Proteus effect. *Computers in Human Behavior*, 38, 17-24.
- Howard-Jones, P. (2011). The impact of digital technologies on human wellbeing. www.nominettrust.org.uk adresinden 04.02.2015 tarihinde erişilmiştir.
- Stoltzfus, J. (2014, 10 Ocak). 5 weirdwaystechnology is changingourbehavior. <http://www.techopedia.com/2/29648/personal-tech/gadgets/5-weird-ways-technology-is-changing-our-behavior> adresinden 04.02.2015 tarihinde erişilmiştir.
- Reicher, S. D., Spears, R. ve Postmes, T. (1995). A social identity model of deindividuation phenomena. *European Review of Social Psychology*, 6 (1), 161-198.
- Rogers, W. A. ve Mynatt, E. D. (2003). How can technology contribute to the quality of life of older adults?. *The Technology of Humanity: Can Technology Contribute to the Quality of Life?*, 22-30.
- Rooji, A. J. V. (2011). Online Video Game Addiction Exploring A New Phenomenon. Doktora tezi, Erasmus University Rotterdam, Rotterdam, Hollanda.
- Yee, N. (2007). *The Proteus Effect: Behavioral Modification via Transformations of Digital Self-Representation*. Yayınlanmamış doktora tezi, Stanford Üniversitesi, Stanford.
- Yee, N. (2009, Ekim). The Proteus Effect. <http://www.healthgamesresearch.org/our-publications/research-briefs/the-proteus-effect> adresinden 04.02.2015 tarihinde erişilmiştir.
- Yee, N., Bailenson, J.N. ve Ducheneaut, N. (2012). The proteus effect implications of transformed digital self-representation on online and offline behavior. *Communication Research*, 36 (2), 285-312.
- Yee, N. (2007). Motivations of Play in Online Games. *Journal of Cyber Psychology and Behavior*, 9, 772-775.
- Young, K. (2009). Understanding online gaming addiction and treatment issues for adolescents. *The American Journal of Family Therapy*, 37, 355-372.
- Yuan, K., Wang, G., Zeng, F., Zhao, L., Yang, X. ve Liu, P. vd. (2011). Microstructure abnormalities in adolescents with internet addiction disorder. *PlosOne*, 6(6), 1-8.
- Tuncer, A. S. (2013). *Sosyal medyanın gelişimi*. F. Z. Özata (Ed.). *Sosyal medya (1.Baskı)*, 3-5, 15-16. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Web-Ofset Tesisleri
- Tureng. *Avatar*. <http://tureng.com/search/avatar> adresinden 03.02.2015 tarihinde erişilmiştir.
- Van Der Heide, H., Schumaker, E. M., Peterson, A. M. ve Jones, E. B. (2012). The proteus effect in dyadic communication: examining the effect of avatar appearance in computer-media teddyadic interaction. *Communication Research*, 40(6), 838-860.

Vikipedi (2014). *Avatar*. <http://tr.wikipedia.org/wiki/Avatar> adresinden 03.02.2015 tarihinde erişilmiştir.

Wandel, T. L. (2009). Online Empathy: Communicating via Facebook to bereaved college students. *Journal of New Communications Research*, 4(2), 42-53.

Wilcox, K. ve Stephen, A. T. (2013). Are close friends the enemy? Online social networks, self-esteem, and self-control. *Journal of Consumer Research*, 40, 90-103.