

Gençlere SOSYAL MEDYA REHBERİ



İdris
Gökalp

GENÇLERE SOSYAL MEDYA REHBERİ

Önsöz

Dijital çağın eşiğinde büyüyen bir neslin çocuklarıyız. Bizden önceki kuşakların “sokak” dediği yer, bugün artık ekranın parlayan ışığında açılan sanal meydanlardır. Bir zamanlar oyunların oynandığı, dostlukların kurulduğu, sırların paylaşıldığı sokakların yerini; sosyal medya platformları, mesajlaşma uygulamaları ve dijital ağlar aldı. Artık gençler, kimliklerini bu sanal sokaklarda inşa ediyor, benliklerini bu dijital aynalarda görüyor, hatta bazen kayboluyorlar.

Bu kitabı kaleme alırken yüreğimizde bir endişe, zihnimizde bir sorumluluk vardı: Gençlerimizin dijital dünyanın esiri değil, hâkimi olmaları... Çünkü sosyal medya, bir bıçak gibidir. Usta ellerde ekmek keser, cahil ellerde can yakar. Teknoloji, insanın hayatını kolaylaştırmak için vardır; insanı köleleştirmek, mahremiyetini silmek, benliğini söndürmek için değil. Ne yazık ki bugün pek çok genç, farkında olmadan bu görünmez zincirlere bağlanıyor. Beğenilerle mutlu oluyor, takipçilerle değer görüyor, sanal alkışlarla kendini var sayıyor. Oysa insanın değeri, bir kalbin atışı, bir vicdanın ağırlığı, bir imanın gücü kadardır; ekrandaki sayılar değil.

Bu kitap, gençlerimize yol gösteren bir rehber olmak niyetindedir. Onlara “sakın sosyal medyadan uzak durun” demek için değil, bilakis “sosyal medyayı doğru kullanın, kendinizi koruyun, faydaya dönüştürün” demek için yazıldı. Zira bu mecra, yasaklarla değil bilinçle yönetilebilir. Bizim arzumuz, gençlerin ellerindeki telefonu bir bağımlılık aracı değil; bir iyilik, öğrenme ve gelişme vesilesi kılmalarıdır.

Kur'an-ı Kerim'de Rabbimiz şöyle buyurur:

“O, hanginizin daha güzel amel işleyeceğini sınamak için ölümü ve hayatı yaratandır.” (Mülk, 67/2)

Hayat gibi sosyal medya da aslında bir imtihandır. Orada da gözümüz, dilimiz, elimiz, yazımız ve hatta “paylaşımlarımız” hesaba çekilecektir. Bu yüzden her fotoğrafın, her yorumun, her mesajın ardında bir sorumluluk vardır. Mahremiyet ise sadece örtünmek değil, aynı zamanda iç dünyanı, sırlarını ve değerlerini korumaktır.

Elinizdeki bu eser, gençlerin hem ruhunu hem aklını besleyecek şekilde hazırlanmıştır. Bölümlerinde; sosyal medyanın psikolojik etkilerinden mahremiyet bilincine, siber zorbalıktan dijital bağımlılığa, İslami duyarlılıktan toplumsal sorumluluğa kadar pek çok konu ele alınmaktadır. Amacımız, gençlerin sosyal medyada **ahlakla var olmaları**, teknolojiyi köle değil araç kılmaları, kendilerini ve başkalarını incitmeden varlık göstermeleridir.

Bu yolculukta her bir gencimize şunu hatırlatmak isteriz: Siz, sosyal medyada bir takipçi sayısından ibaret değilsiniz. Siz, Allah'ın yeryüzünde halife kıldığı, iradesiyle, aklıyla ve imanıyla değerli bir varlıksınız. Unutmayın, kimliğinizin gerçek adresi ekranlar değil, kalbinizdir.

Bu kitap, işte o kalplere dokunmak için yazıldı.

1. Bölüm: Sosyal Medyanın Çekim Gücü

Dijital çağda gençleri en çok içine çeken olgu, hiç şüphesiz sosyal medyanın sahip olduğu görünmez cazibedir. Bu cazibe, tıpkı ateşe yaklaşan bir kelebeğin ışığa duyduğu tutku gibidir; hem hayranlık uyandırır hem de dikkat edilmezse yakıcı bir sonuç doğurur. Sosyal medya, bir tuşla açılan koca bir evren gibi görünür: içinde milyonlarca insan, sınırsız paylaşım, eğlence, bilgi, görüntü ve fikir vardır. Fakat bu bolluk, beraberinde gençlerin zihninde büyük bir karmaşa da oluşturur. Bu bölümde, sosyal medyanın çekim gücünü doğuran temel unsurları ve gençlerin bu cazibeye neden böylesine hızlı kapıldıklarını inceleyeceğiz.

1.1. Görünmez Bir Cazibe: Psikolojik Etki

Sosyal medya, insanın en temel ihtiyaçlarına seslenir: sevilme, değer görme, onaylanma ve ait olma... Genç bir birey için beğenilen bir fotoğraf, yüzlerce yorum veya yeni takipçiler, gerçek hayatta karşılaşamayacağı kadar yoğun bir onay hissi uyandırır. Beyinde dopamin denilen haz hormonu salgılanır ve genç, bu hissi yeniden yaşamak için tekrar tekrar paylaşım yapar. Böylece sosyal medya, yalnızca bir iletişim aracı olmaktan çıkar; bağımlılık derecesinde bir haz kaynağına dönüşür.

Kur'an'da insanın bu yönüne dikkat çekilir:

“İnsan, aceleci (hemen sonuç isteyen) olarak yaratılmıştır.”
(Enbiyâ, 21/37)

Gençlerin sosyal medyada sürekli yeni bildirimlere koşması, aslında fıtratındaki bu aceleciliğin dijital çağdaki yansımasıdır.

1.2. Kimlik İnşası ve Görünür Olma İsteği

Gençlik dönemi, kimlik arayışının en yoğun olduğu evredir. “Ben kimim, insanlar beni nasıl görüyor?” sorusu, gençlerin zihninde sürekli dolaşır. Sosyal medya ise bu soruya anlık cevaplar veren bir sahnedir. Paylaşılan bir fotoğraf, yazılan bir yorum ya da takip edilen hesaplar, gençler için adeta kimliklerini sergiledikleri bir vitrin haline gelir.

Ancak bu vitrin çoğu zaman gerçeği yansıtmaz. Genç, kendisini olduğundan farklı göstermek için filtrelerle süsler, abartılı ifadeler kullanır. Böylece gerçek kimlik ile sanal kimlik arasında fark oluşur. Bu da zamanla özgüven eksikliğine, içsel bir tatminsizliğe ve psikolojik yorgunluğa yol açar.

Peygamber Efendimiz (s.a.v.)’in şu hadisi bu duruma ışık tutar:

“Doğruluk insanı iyiliğe götürür, iyilik de cennete götürür. Kişi doğru söylemeye devam ettiği sürece Allah katında ‘sıddîk’ yazılır. Yalan, kötülüğe götürür; kötülük de cehenneme götürür.” (Buhârî, Edeb 69)

Gerçek olmayan bir kimlikle sürekli yaşamak, insanı hem ruhen hem ahlaken zayıflatır.

1.3. Sosyal Medya ve Aidiyet Hissi

Gençler için en değerli duygulardan biri, bir topluluğa ait olma hissidir. Sosyal medya, bu ihtiyacı kolaylıkla karşılar. Gruplar, topluluklar, takip zincirleri ve hashtagler, gençlere “yalnız değilim, bir parçasıyım” duygusunu verir. Ancak bu aidiyet her zaman sağlıklı değildir. Yanlış topluluklar, gençleri şiddet, nefret veya ahlaki yozlaşmaya sürükleyebilir.

Gerçekte aidiyet, sahte dijital kalabalıklarda değil; ailede, gerçek dostluklarda, ilimde ve Allah’a kullukta anlam kazanır. Nitekim Rabbimiz buyurur

“Mü’minler ancak kardeştir.” (Hucurât, 49/10)

Gerçek kardeşlik, ekranlardan değil; gönülden gönüle kurulur.

1.4. Eğlence ve Kaçış Mekânı

Birçok genç, sıkıntılarını unutmak, can sıkıntısını gidermek veya ders ve sorumluluklardan kaçmak için sosyal medyaya sığınır. Videolar, oyunlar, kısa içerikler, şarkılar... Hepsi zihni kısa süreliğine meşgul eder. Fakat bu geçici mutluluk, zamanla sorumluluklardan uzaklaştıran bir uyuşturucuya dönüşebilir.

Oysa İslam, insana oyun ve eğlencede bile ölçüyü hatırlatır. Hz. Peygamber (s.a.v.), hayatında zaman zaman eğlenmiş, tebessüm etmiş, ama hiçbir zaman ölçüyü aşmamıştır. Bugünün gençleri de eğlenceden kopmadan, ama kulluk bilincini yitirmeden bir denge kurmalıdır.

1.5. Fenomenlik ve Şöhret Arzusu

Gençler arasında en çok cazibe uyandıran unsurlardan biri, “fenomen” olma isteğidir. Yüz binlerce takipçi, sponsor anlaşmaları, herkesin konuştuğu bir isim olma hayali... Bu arzu, kimi zaman gençleri sınırları zorlamaya, mahremiyetini hiçe saymaya, sırf görünür olmak için yanlış içerikler üretmeye sevk eder.

Oysa İslam’da şöhret, tehlikeli bir imtihan olarak görülür. Efendimiz (s.a.v.) buyurur:

“Kim riya için amel işlerse, Allah onu insanların önünde rezil eder. Kim gösteriş için iş yaparsa, Allah onu açığa çıkarır.”
(Müslim, Zühd 38)

Şöhret, gençleri yücelten değil, çoğu zaman yoran ve tüketen bir tuzaktır.

Sonuç: Çekim Gücünü Bilinçle Yönetmek

Sosyal medyanın çekim gücü inkâr edilemez bir gerçek. Fakat önemli olan, bu güce kapılıp savrulmak değil; bilinçle yön vermektir. Sosyal medya, gençler için doğru kullanıldığında bilgi kaynağı, dostluk sahası ve iyilik aracı olabilir. Yanlış kullanıldığında ise mahremiyetin kaybı, kimliğin çürümesi ve zamanın heba edilmesi demektir.

Gençlerin bu süreçte unutmaması gereken şudur: Sosyal medya bir hayat değil, hayatın sadece küçük bir parçasıdır.

Kalplerimizin huzuru, ekranlardan değil; Allah'ın zikrinden gelir:

“Dikkat edin! Kalpler, ancak Allah'ı zikretmekle huzur bulur.” (Ra'd, 13/28)

2. Bölüm: Mahremiyet ve Güvenlik

Dijital çağın en büyük imtihanlarından biri, mahremiyetin hızla aşınmasıdır. Eskiden evlerin pencereleri örtülür, sırlar aile içinde kalır, özel alanın sınırları herkesçe bilinirdi. Oysa bugün, bir tuşla bütün dünya evimize girebilmekte; odamız, hayatımız, duygularımız hatta düşüncelerimiz bile ekranların ardında açık hâle gelebilmektedir. Bu bölümde, gençlerin sosyal medyada en çok dikkat etmesi gereken mesele olan **mahremiyet ve güvenlik** konusunu detaylı bir şekilde ele alacağız.

2.1. Mahremiyetin Dijital Çağdaki Anlamı

Mahremiyet, sadece bedenin örtünmesi değildir. Mahremiyet; insanın özel hayatını, sırlarını, duygularını, ilişkilerini, hatta düşüncelerini korumasıdır. Sosyal medyada paylaşılan bir fotoğraf, yazılan bir cümle, atılan bir konum bilgisi; aslında insanın mahremiyetinden bir parçayı ifşa etmektedir.

Kur'an'da Rabbimiz şöyle buyurur:

“Evlerinize, kendi eviniz olmadıkça izin almadan ve selam vermeden girmeyin.” (Nûr, 24/27)

Bu ayet bize gösteriyor ki, mahremiyet sadece mekânla ilgili değil, aynı zamanda insanın özel alanına saygı ile ilgilidir. Bugün sosyal medya, kapısı herkese açık bir ev gibidir. Eğer gençler bu kapıyı kontrolsüz açarlarsa, içeriye kimlerin girdiğini fark edemezler.

2.2. Ne Paylaşmalı, Ne Paylaşmamalı?

Her paylaşım, aslında bir “iz” bırakır. Gençler çoğu zaman fark etmez ama sosyal medyada yaptıkları paylaşımlar yıllar sonra bile karşılına çıkabilir. Okulda, işte, evlilikte veya toplum içinde geçmişteki bir paylaşım, beklenmedik şekilde gündeme gelebilir.

Paylaşırken dikkat edilmesi gerekenler:

- Aile sırları, ev içi tartışmalar, mahrem fotoğraflar paylaşılmamalı.
- Konum bilgisi anlık olarak paylaşılmamalı; bu, güvenlik riskidir.
- Duygusal anlar (ağlama, kavga, ayrılık) sosyal medyaya taşınmamalı.
- Maddi durum, mal varlığı, tatil ve lüks tüketim gösterileri paylaşılmamalı.

Peygamber Efendimiz (s.a.v.) buyurmuştur:

“Her nimetin bir hasedi vardır.” (İbn Mâce, Zühd 22)

Gereksiz gösteriş, kıskançlıkları, düşmanlıkları ve nazarı üzerine çeker.

2.3. Siber Zorbalık ve Dijital Şiddet

Sosyal medyada gençleri en çok yaralayan sorunlardan biri de **siber zorbalıktır**. Alay edilmek, hakaret görmek, iftiraya uğramak, sahte hesaplarla hedef alınmak; gençlerin psikolojisini derinden sarsar.

Unutulmamalıdır ki, sanal ortamda yazılan bir kelime de kalbe saplanan bir bıçak kadar incitebilir. İslam, bu noktada çok net bir ölçü koyar:

“Ey iman edenler! Bir topluluk diğer bir toplulukla alay etmesin; belki de onlar kendilerinden daha hayırlıdırlar.”
(Hucurât, 49/11)

Siber zorbalığa maruz kalan gençler, susmamalı; ailelerine, öğretmenlerine veya güvenlik birimlerine haber vermelidir. Çünkü suskunluk, zorbalığı daha da cesaretlendirir.

2.4. Şifreler, Gizlilik Ayarları ve Dijital Güvenlik İpuçları

Sosyal medyada güvenlik, güçlü bir şifre ile başlar. Ancak birçok genç, basit şifreler kullanır ya da şifrelerini başkalarıyla

paylaşır. Bu durum, hesapların çalınmasına ve mahrem bilgilerin ifşa olmasına yol açar.

Dijital güvenlik için tavsiyeler:

- Şifreler güçlü ve tahmin edilemez olmalı.
- Aynı şifre farklı hesaplarda kullanılmamalı.
- İki aşamalı doğrulama (two-factor authentication) aktif edilmeli.
- Tanımadığınız kişilerin takip istekleri kabul edilmemeli.
- Telefon ve bilgisayara güvenlik uygulamaları kurulmalı.

Güvenlik, yalnızca teknik değil, aynı zamanda ahlaki bir meseledir. Rabbimiz buyurur:

“Şüphesiz Allah, size emanetleri ehline vermenizi emreder.”
(Nisâ, 4/58)

Emanetlerimize sahip çıkmak, dijital bilgilerimiz için de geçerlidir.

2.5. Gizliliğin Ruh Sağlığına Katkısı

Mahremiyet, sadece güvenlik için değil, ruh sağlığı için de önemlidir. Her anını, her düşüncesini paylaşan bir genç; zamanla kendisini tüketir. Çünkü sürekli göz önünde olmak, daima izleniyor olmak, kişiyi strese sokar. Gizliliğini koruyan genç ise daha huzurlu olur, hayatını başkalarının onayına göre değil, kendi değerlerine göre yaşar.

İmam Gazâlî'nin şu sözü gençler için yol göstericidir: **“Her sırrını dostuna açma; çünkü dostun da dostuna açar. O hâlde sırrını kendinde sakla.”**

Bu söz, mahremiyetin aslında insanın huzur ve onur kaynağı olduğunu anlatır.

Sonuç: Mahremiyet İmanı Korur

Sosyal medyada mahremiyet, sadece güvenlik meselesi değil, aynı zamanda **imanı ve kişiliği koruma meselesidir**. Çünkü ifşa edilen her şey, insanın hem bu dünyada hem de ahirette karşısına çıkabilir. Bu yüzden gençler, paylaşım yaparken şu soruyu kendilerine sormalıdır:

“Bunu Allah’ın huzurunda da paylaşabilir miyim?”

Unutulmamalıdır ki, mahremiyet bir zırh, güvenlik bir kalkandır. Bu zırhı kuşanan gençler, sosyal medyanın fırtınalarında savrulmaz; aksine dimdik ayakta kalır.

3. Bölüm: Sağlıklı Kullanım

Sosyal medyanın hayatımızdaki yerini inkâr etmek mümkün değildir. Ancak asıl mesele, bu aracın bizi yönetip yönetmediği yahut bizim onu ne kadar kontrol altında tutabildiğimizdir. Sağlıklı bir sosyal medya kullanımı, insanın hayatını kolaylaştırır, öğrenmesini hızlandırır, iletişimini güçlendirir. Sağlıksız kullanım ise zaman kaybına, bağımlılığa, dikkat

dağınıklığına, hatta psikolojik ve ruhsal yorgunluğa sebep olur. İşte bu bölümde gençlerin sosyal medyayı nasıl dengeli, ölçülü ve faydalı bir şekilde kullanabileceklerini detaylıca ele alacağız.

3.1. Zaman Yönetimi: Ekran Süresi ile Mücadele

Sosyal medyanın en tehlikeli yanlarından biri, “farkında olmadan zaman çalması”dır. Gençler, “birkaç dakikalığına bakacağım” diyerek girdikleri bir uygulamada saatlerini kaybedebiliyorlar. Oysa zaman, Allah’ın insana verdiği en kıymetli emanettir.

Kur’an’da Rabbimiz şöyle buyurur:

“Asra yemin olsun ki, insan gerçekten ziyan içindedir. Ancak iman edenler, salih amel işleyenler, birbirlerine hakkı ve sabrı tavsiye edenler müstesna.” (Asr, 103/1-3)

Sosyal medyada geçirilen ölçüsüz vakit, aslında bu ayette ifade edilen “ziyan” kavramının günümüz karşılığıdır. Bu yüzden gençler, ekran sürelerini kontrol altına almalı, günlük kullanım için sınırlar koymalıdır. Telefonlarda bulunan “ekran süresi” raporları, bunun için iyi bir takip aracıdır.

Pratik öneriler:

- Sosyal medyayı günün belirli saatlerinde kullanmak.
- Ders, ibadet veya aile vakti esnasında telefonu kenara bırakmak.
- Uyumadan en az 1 saat önce ekranları kapatmak.

3.2. Dijital Detoks: Beden ve Ruh İçin Arınma

Tıpkı bedenin ara sıra oruca ihtiyaç duyması gibi, zihninin de arınmaya ihtiyacı vardır. Dijital detoks, belirli bir süre sosyal medyadan uzaklaşmak, ekranlardan kopmak ve hayatı daha doğal bir şekilde yaşamaktır. Bu, gençlerin ruh sağlığı için adeta bir “dinlenme”dir.

Hiz. Peygamber (s.a.v.) bir hadisinde buyurur:

“Bedeninin senin üzerinde hakkı vardır.” (Buhârî, Savm 51)

Bu hadis bize gösteriyor ki, bedenimiz ve zihnimiz bizden dinlenme talep eder. Sosyal medyadan sürekli gelen bildirimler, zihni yorarken ruhu da yıpratır. Bu yüzden ara ara sosyal medya orucu tutmak gerekir.

Dijital detoks önerileri:

- Hafta sonlarının bir gününü “telefonsuz gün” ilan etmek.
- Doğada vakit geçirmek, kitap okumak, spor yapmak.
- Bildirimleri kapatarak “sürekli online olma” baskısından kurtulmak.

3.3. Sosyal Medya ile Uyku, Konsantrasyon ve Başarı İlişkisi

Pek çok genç, uykusunu sosyal medya uğruna feda etmektedir. Gece geç saatlere kadar ekran başında kalmak, uyku düzenini bozar. Bu da okul başarısını, hafızayı ve dikkat gücünü olumsuz etkiler. Araştırmalar, uyumadan önce telefonla vakit geçiren gençlerin uykuya dalma süresinin uzadığını ve sabah daha yorgun uyandıklarını göstermektedir.

İslam'da uyku bile bir ibadet şuuruyla düzenlenmiştir. Hz. Peygamber (s.a.v.) gecenin bir bölümünde uyur, bir bölümünde ibadet ederdi. Bu denge, gençler için de önemlidir. Sosyal medya, derslere odaklanmayı, Kur'an okumayı, namazda huşûyu bile olumsuz etkileyebilir.

Başarı için öneriler:

- Uyumadan en az 1 saat önce ekranları kapatmak.
- Ders çalışırken telefonları odadan uzak tutmak.
- “Pomodoro tekniği” gibi odaklanma yöntemlerini denemek.

3.4. Teknolojiyi Araç, Hayatı Merkez Yapmak

Sosyal medya, bir araçtır; asla hayatın merkezi olamaz. Gençler, hayatlarını ekranlara göre şekillendirdiklerinde; aile, ibadet, dostluklar ve gerçek dünyadaki güzellikler ikinci plana düşer. Oysa İslam, insana her şeyde dengeyi öğretir:

“Yiyiniz, içiniz fakat israf etmeyiniz. Çünkü Allah israf edenleri sevmez.” (A'râf, 7/31)

Bu ayet yalnızca yemek içmek için değil, sosyal medya kullanımı için de geçerlidir. Sosyal medyada geçirilen vakit, ölçüsüz olduğunda israftır. Teknolojiyi araç kılan genç, ondan fayda görür. Fakat onu hayatının merkezi hâline getiren genç, hem vaktini hem de kimliğini israf etmiş olur.

Sonuç: Sağlıklı Kullanım Bir Ahlak Meselesidir

Sağlıklı sosyal medya kullanımı, sadece teknik bir mesele değil, aynı zamanda **ahlaki bir duruştur**. Zamanını doğru yönetmek, gözlerini ve kalbini gereksiz içeriklerden korumak, kendine ve başkalarına zarar vermemek... Bunların hepsi aslında bir ibadet şuuruyla hareket etmeyi gerektirir.

Gençlerin bu noktada unutmaması gereken temel ilke şudur: Sosyal medya sizin efendiniz değil, sizin hizmetk rınız olmalı. Siz ona h kmettiğinizde, hem dünyanızı hem ahiretinizi korumuş olursunuz.

4. Bölüm: İlişkiler ve İletişim

İnsanoğlu yaratılış itibariyle sosyal bir varlıktır. İnsan, yalnız başına yaşayamaz; daima dostluğa, muhabbete, paylaşmaya ve konuşmaya ihtiyaç duyar. İşte sosyal medya da gençlerin bu ihtiyaına modern bir cevap olarak ortaya çıkmıştır. Ancak bu mecralarda kurulan ilişkiler her zaman sağlıklı değildir. Bir yandan yeni dostluklar kurulabilirken diğer yandan sahte bağlar, kırıcı sözler ve yanlış ilişkiler de gençleri kuşatabilir. Bu bölümde sosyal medyanın gençlerin ilişkilerine olan etkisini ele alacağız.

4.1. Dijital Arkadaşlıklar ve Gerçek Dostluklar

Sosyal medya, gençlere sınırsız arkadaş edinme imkânı sunar. Tek bir tıkla dünyanın öbür ucundaki bir insanla iletişime geçmek mümkündür. Ancak bu kolaylık, dostluğu

değersizleştirir. Yüzlerce, hatta binlerce takipçi arasında genç, gerçek dostlukları unutabilir.

Gerçek dostluk; aynı sofrayı paylaşmak, aynı sıkıntıyı omuzlamak, sevincini ve derdini yürekten paylaşmaktır. Sosyal medya dostlukları ise çoğu zaman yüzeysel ve çıkar temellidir. Beğeniye, yoruma veya ortak zevklere dayalı bu bağlar, zor zamanlarda kaybolup gidebilir.

Peygamber Efendimiz (s.a.v.) buyurur:

“Kişi dostunun dini üzeredir. O hâlde kiminle dostluk ettiğinize dikkat edin.” (Ebû Dâvûd, Edeb 16)

Gençler, sanal âlemde dostluk kurarken, bu dostluğun onları hangi yöne götürdüğünü sorgulamalıdır.

4.2. Aile ile İletişimde Sosyal Medyanın Rolü

Sosyal medyanın gençlerin aile hayatına etkisi de büyüktür. Aynı evde oturan insanlar, birbirlerinin gözlerine bakmak yerine ekranlara bakar hale gelmiştir. Aile sofralarında sohbetin yerini bildirim sesleri, anne-baba nasihatlerinin yerini sosyal medya fenomenleri almıştır.

Oysa aile, Allah'ın insana lütfettiği en büyük nimettir. Genç, ailesiyle olan bağını kopardığında yalnızlaşır. Sosyal medya, anne-baba ile iletişimi zayıflatan değil; aksine güçlendiren bir araç olmalıdır. Fotoğraf paylaşmak yerine yüz yüze

gölümsemek, mesajlaşmak yerine kucaklaşmak daha değerlidir.

Kur'an'da şöyle buyrulur:

“Biz insana, anne ve babasına (iyilikle davranmasını) tavsiye ettik.” (Lokman, 31/14)

Bu tavsiye, dijital çağda da geçerlidir. Gençler, ailelerine değer vermeli, ekran süresini aile bağlarının önüne geçirmemelidir.

4.3. Sosyal Medyada Aşk, Flört ve Sınırlar

Gençlerin sosyal medyada en çok karşılaştıkları meselelerden biri de aşk ve flört kültürüdür. Sanal âlemde başlayan duygusal ilişkiler, çoğu zaman hayal kırıklığı ile sonuçlanır. Çünkü bu ilişkiler, çoğunlukla samimiyet ve güven yerine dış görünüşe, beğeniye ve yapay yakınlıklara dayanır.

İslam'da aşk, helal ölçülerde yaşanmalı; evliliğe giden temiz bir yol olmalıdır. Sosyal medya ise bu ölçüleri çoğu zaman yok eder, gençleri mahremiyeti hiçe saymaya iter. Fotoğraf paylaşımları, özel mesajlaşmalar ve sanal yakınlaşmalar; kalpleri meşgul eder, gençleri hem günaha hem de psikolojik yıpranmalara sürükler.

Efendimiz (s.a.v.) şöyle buyurmuştur:
“Hiçbiriniz, yanında mahremi olmayan bir kadınla baş başa kalmasın.” (Buhârî, Nikâh 111)

Bu hadis, sadece fiziksel mekânlar için değil; sosyal medya

mesajlaşmaları için de geçerlidir. Gençler, dijital âlemde de sınırlarını korumalıdır.

4.4. Toplumsal Duyarlılık ve Empati Geliştirmek

Sosyal medya yalnızca bireysel ilişkileri değil, toplumsal duyarlılığı da etkiler. Bir deprem, bir savaş, bir mazlumun ılığı sosyal medyada hızla yayılır. Gençler, bu yolla yardımlaşma kampanyalarına katılabilir, hayır faaliyetlerine destek olabilir, zulme karşı seslerini duyurabilirler.

Ancak bu duyarlılık, yalnızca “beğeni” ve “paylaşım” düzeyinde kalmamalıdır. Empati, sadece ekranda değil; gerçek hayatta da adım atmayı gerektirir. Mazlumların sesini paylaşmak güzeldir, ama onlara dua etmek, yardım etmek, bilinçlenmek ve bilinçlendirmek daha kıymetlidir.

Kur’an’da Rabbimiz buyurur:

“İyilik ve takva üzerinde yardımlaşın. Günah ve düşmanlık üzerinde yardımlaşmayın.” (Mâide, 5/2)

Gençler sosyal medyada bu ayetin ışığında hareket ettiklerinde, sanal ilişkilerini hakiki iyiliğe dönüştürebilirler.

Sonuç: İlişkilerde Denge ve Sağlamlık

Sosyal medya, gençlerin ilişkilerini şekillendiren güçlü bir etkidir. Ancak asıl mesele, bu ilişkilerin **sağlıklı, helal ve**

samimi olup olmadığıdır. Dijital arkadaşlıkların yanında gerçek dostluklara, sanal paylaşımların yanında aile muhabbetine, yapay yakınlıkların yanında helal dairede aşk ve evliliğe ihtiyaç vardır.

Unutulmamalıdır ki, iletişim bir nimettir; nimetin şükrü ise onu doğru kullanmaktır. Sosyal medya da iletişimin bir parçasıdır ve gençlerin bu nimeti **kalpleri birleştirmek, iyiliği yaymak ve kardeşliği güçlendirmek** için kullanmaları gerekir.

4. Bölüm: İlişkiler ve İletişim

İnsanın yaratılışında var olan en temel özelliklerden biri, başkalarıyla ilişki kurma ihtiyacıdır. İnsan yalnız yaşamak için değil, paylaşmak, konuşmak, sevinmek ve üzülmek için yaratılmıştır. Ancak modern çağda bu ilişkiler büyük oranda sosyal medya üzerinden kurulmaya başlanmıştır. Bu durum, gençlerin hayatında hem yeni imkânlar doğurmuş hem de yeni imtihanlar ortaya çıkarmıştır. Sosyal medya, ilişkileri kolaylaştırırken yüzeyselleştirmiş, yakınlaştırırken uzaklaştırmış, bağ kurdururken koparmıştır. İşte bu bölümde gençlerin sosyal medya üzerinden kurdukları iletişimin inceliklerini ele alacağız.

4.1. Dijital Arkadaşlıklar ve Gerçek Dostluklar

Gençler için sosyal medyanın en cazip yanlarından biri, sınırsız arkadaş edinme imkânıdır. Birkaç tıkla yüzlerce kişiyle tanışabilir, sohbet edebilir, fotoğraf ve düşünce

paylaşabilirler. Ancak bu kolaylık beraberinde ciddi bir tehlike getirir: Dostlukların değersizleşmesi.

Gerçek dostluk; beraber vakit geçirmek, sırdaş olmak, dertleşmek, dayanışmakla oluşur. Sosyal medyada edinilen arkadaşlıklar ise çoğu zaman beğeniye, takip etmeye veya ortak ilgi alanlarına dayanır. Bu yüzden de kırılgan ve yüzeyseldir. Gençler, “binlerce arkadaşım var” diye düşünürken en zor zamanlarında yanında gerçek dostlarını bulamayabilir.

Peygamber Efendimiz (s.a.v.) şöyle buyurmuştur:

“Kişi dostunun dini üzeredir. O halde kiminle dost olduğunuza dikkat edin.” (Ebû Dâvûd, Edeb 16)

Bu uyarı, sanal dostluklar için de geçerlidir. Çünkü yanlış kişilerle kurulan bağlar, genci iman, ahlak ve değerlerinden uzaklaştırabilir.

4.2. Aile İletişiminde Sosyal Medyanın Rolü

Sosyal medyanın en çok etkilediği alanlardan biri de aile içi iletişimdir. Bir zamanlar aile sofraları sohbetlerle dolarken, bugün çoğu evde telefon ekranları sofraların başköşesini tutmuştur. Anne, baba ve çocuk aynı masada oturup birbirleriyle konuşmak yerine sosyal medyadaki gündemle ilgilenmektedir.

Oysa aile, insanın en sağlam kalesidir. Aile bağları güçlü olan genç, dışarıdaki rüzgârlara daha dirençli olur. Sosyal medya bu bağları koparmak için değil, güçlendirmek için kullanılmalıdır. Aile fotoğraflarını paylaşmak yerine aileyle daha fazla vakit geçirmek, anne-babayı mesajla değil yüz yüze selamlamak daha kıymetlidir.

Kur'an'da Rabbimiz şöyle buyurur:

“Biz insana, anne ve babasına iyilikle davranmasını emrettik.” (Lokman, 31/14)

Bu emir, yalnızca maddi değil; duygusal ve iletişimsel bir iyiliği de kapsar. Gençler, ekran başında değil ailelerinin yanında değer bulmalıdır.

4.3. Sosyal Medyada Aşk, Flört ve Sınırlar

Gençlik, duyguların en yoğun yaşandığı dönemdir. Sosyal medya bu duyguları daha da körükler. Beğeniler, mesajlar, paylaşımlar, gençler arasında kolayca flörte dönüşebilir. Ancak bu ilişkiler çoğu zaman güvene dayalı değildir, sahte görseller ve yapay ilgiler üzerine kurulur. Neticede hayal kırıklığı, mahcubiyet ve hatta istismar gibi ağır sonuçlar doğurabilir.

İslam, aşkı yasaklamaz; bilakis onu en temiz haliyle evlilik bağına yönlendirir. Ancak sınırların aşıldığı, mahremiyetin yok sayıldığı ilişkiler gençleri hem dünyevi hem uhrevi zararlara sürükler.

Efendimiz (s.a.v.) buyurmuştur:

“Bir erkek, yanında mahremi bulunmayan bir kadınla yalnız kalmasın; çünkü üçüncüleri şeytandır.” (Tirmizî, Radâ‘ 45)

Bu uyarı, yalnızca fiziksel mekân için değil; dijital özel mesajlar için de geçerlidir. Gençler sosyal medyada iletişim kurarken ölçülerini kaybetmemeli, kendilerini koruyacak sınırları çizmelidir.

4.4. Toplumsal Duyarlılık ve Empati

Sosyal medya, bireysel ilişkilerin yanı sıra toplumsal olaylarda da önemli bir iletişim aracıdır. Bir doğal afet, bir savaş, bir mazlumun sesi saniyeler içinde milyonlara ulaşabilir. Gençler bu sayede duyarlılık kazanabilir, yardımlaşma kampanyalarına katılabilir, zulme karşı seslerini yükseltebilir.

Ancak burada dikkat edilmesi gereken nokta, duyarlılığın sadece “paylaş” butonuna basmakla sınırlı kalmamasıdır. Gerçek empati, harekete geçmeyi gerektirir. Bir mazlumun ılığını paylaşmak güzeldir, fakat ona dua etmek, yardım etmek, bilinçlenmek ve çevreyi bilinçlendirmek çok daha kıymetlidir.

Kur’an’da buyrulur:

“İyilik ve takva üzere yardımlaşın, günah ve düşmanlık üzere yardımlaşmayın.” (Mâide, 5/2)

Gençler, bu ayetin rehberliğinde sosyal medyada paylaşım yaparken de bir iyiliğin parçası olmayı hedeflemelidir.

Sonuç: İletişimde Ölçü ve Sorumluluk

Sosyal medya gençlerin iletişim biçimlerini kökten değiştirmiştir. Ancak gençlerin unutmaması gereken en önemli hakikat şudur: **Gerçek iletişim, göz göze bakarak, gönülden gönüle kurulur.** Dijital arkadaşlıklar gelip geçici olabilir, ama sağlam dostluklar, aile bağları ve helal dairede kurulan ilişkiler kalıcıdır.

İletişim Allah'ın insana verdiği büyük bir nimettir. Bu nimetin şükrü ise onu doğru, temiz, faydalı ve helal ölçüler içinde kullanmaktır. Sosyal medyadaki her söz, her mesaj ve her bağ, aslında bir sorumluluktur. Gençler, bu sorumluluğun bilincinde olurlarsa hem dijital dünyada hem gerçek hayatta huzuru bulurlar.

5. Bölüm: İslam, Ahlak ve Sosyal Medya

Sosyal medya, yalnızca bir iletişim ve paylaşım mecrası değildir; aynı zamanda ahlaki bir imtihan alanıdır. Çünkü orada atılan her mesaj, yazılan her yorum, paylaşılan her fotoğraf, kalpten çıkan bir niyetin yansımasıdır. İslam, hayatın bütün alanlarında olduğu gibi sosyal medyaya da ölçü ve disiplin getirir. Müslüman genç için sosyal medya, Allah'ın rızasını gözeterek kullanılacak bir nimettir. Bu bölümde, sosyal medya ile ahlak arasındaki ilişkiyi, İslami ölçülerle detaylı şekilde ele alacağız.

5.1. Sosyal Medyada Gıybet, İftira ve Yalan

Sosyal medyanın en çok kirletildiği alanlardan biri dildir. Hakaret, alay, gıybet, iftira ve yalan, saniyeler içinde milyonlara ulaşır. Oysa İslam, müminin dilini ve elini güvenilir kılar.

Kur'an'da Rabbimiz şöyle buyurur:

“Birbirinizin gıybetini yapmayın. Sizden biri ölü kardeşinin etini yemekten hoşlanır mı? İşte bundan tiksindiniz!”
(Hucurât, 49/12)

Gıybet, sosyal medyada “dedikodu” hesapları, ifşa kültürü, başkalarının özelini paylaşma gibi şekillerde karşımıza çıkar. Bu sadece günah değil, aynı zamanda insanların onurunu zedeleyen ağır bir ahlaksızlıktır. Müslüman genç, sosyal medyada ağzını koruduğu gibi klavyesini de korumalıdır.

5.2. Helal-Haram Duyarlılığı ile Dijital Hayat

Sosyal medya, gençlerin gözlerini ve kalplerini en çok zorlayan alanlardan biridir. Çünkü burada müstehcen görüntüler, harama teşvik eden içerikler, şüpheli ilişkiler ve israf kültürü hızla yayılır.

Efendimiz (s.a.v.) şöyle buyurur:

“Helal bellidir, haram da bellidir. İkisi arasında şüpheli şeyler vardır ki, çoğu insan onları bilmez. Kim şüpheli şeylerden sakınırsa dinini ve ırzını korumuş olur.” (Buhârî, İmân 39)

Bu hadis, sosyal medya için de geçerlidir. Şüpheli içeriklere yaklaşmak bile kalbi kirletir. Mahremiyeti korumak, harama bakmamak, vakti israf etmemek, Müslüman gencin dijital ahlakının en temel ilkelerindendir.

5.3. Peygamberimizin Mahremiyet ve İletişim Örneği

Haz. Peygamber (s.a.v.), iletişimde en güzel örnektir. O, hiçbir zaman kırıcı söz söylememiş, başkalarının kusurlarını ifşa etmemiş, insanların onurunu korumuştur. Sosyal medya kullanan bir Müslüman genç de bu örneği kendisine rehber edinmelidir.

Rasûlullah (s.a.v.) buyurur:

“Müslüman, elinden ve dilinden insanların güvende olduğu kimsedir.” (Buhârî, İmân 4)

Bugün bu ölçüyü sosyal medyaya uyarlarsak; “Müslüman, yazısından, yorumundan, paylaşımından kimsenin zarar görmediği kişidir” dememiz gerekir.

5.4. Sosyal Medyanın İyilik İçin Kullanımı: Sadaka-i Cariye Perspektifi

Sosyal medya kötülük için kullanılabildiği gibi, iyilik için de kullanılabilir. Faydalı bilgiler, eğitim içerikleri, İslami tebliğ, hayır kampanyaları, mazlumların sesi olmak... Bütün bunlar sosyal medyanın sadaka-i cariye kapısı olabileceğini gösterir.

Efendimiz (s.a.v.) şöyle buyurur:

“İnsan öldüğünde amel defteri kapanır. Ancak üç şey bundan müstesnadır: Sadaka-i cariye, faydalı ilim ve kendisine dua eden salih evlat.” (Müslim, Vasiyye 14)

Genç bir Müslüman, sosyal medyada paylaştığı bir ayet, bir hadis, bir ilim notu veya bir faydalı bilgi ile bile amel defterine sadaka-i cariye yazdırabilir. İşte bu bakış açısı, sosyal medyanın doğru kullanımını yüceltir.

5.5. Ahlaklı Paylaşımın İlkeleri

Gençler için sosyal medyada ahlaklı paylaşım şu ilkelerle mümkündür:

- **Doğruluk:** Yalan, iftira ve sahte haber paylaşmamak.
- **Nezaket:** Kırıcı, küçültücü ifadelerden uzak durmak.
- **Mahremiyet:** Kendine ve başkasına ait özel bilgileri ifşa etmemek.
- **İsraf etmeme:** Gereksiz paylaşımlar ve boş vakit harcamaktan sakınmak.
- **Niyet:** Paylaşımı Allah'ın rızasını gözeterek yapmak.

Sonuç: Ahlak ile Dijital Dünyada Var Olmak

Sosyal medya, ahlakı yok eden bir alan değildir; aksine ahlakı sınavan bir alandır. Müslüman genç, dijital dünyada da Rabbine kul olduğunu unutmamalıdır. Sosyal medya hesabı, sadece dünyaya değil, ahirete de açılan bir defterdir.

Unutulmamalıdır ki, yazdığımız her yorum, attığımız her mesaj, paylaştığımız her fotoğraf; “amel defteri”mize kaydedilmektedir. Müslüman gencin en büyük hedefi, sosyal medyayı bir günah alanı değil, bir iyilik ve hayır alanı haline getirmektir.

6. Bölüm: Bilgi ve Manipülasyon

Dijital çağda bilgi, en hızlı dolaşan ve en çabuk tüketilen değer haline geldi. Eskiden doğru bilgiye ulaşmak için kitaplar, hocalar ve güvenilir kaynaklar aranırken; bugün sosyal medya üzerinden saniyeler içinde milyonlarca içerik önümüze seriliyor. Ancak bu hızlı akışın içinde doğruyla yanlış, hakikatle yalanı ayırt etmek her zamankinden zor. Sosyal medya, bilgiyi yaymak için büyük bir fırsat olduğu kadar manipülasyon ve algı oyunlarının da en güçlü zeminidir. Bu bölümde, gençlerin bilgi kirliliği ve manipülasyon karşısında nasıl bilinçli durmaları gerektiğini ele alacağız.

6.1. Yalan Haberler ve Dezenformasyon

Sosyal medyada en sık karşılaşılan sorunlardan biri yalan haberlerdir. Bir görselin altına yazılan yanlış bir cümle, sahte bir başlık veya çarpıtılmış bir video; kısa sürede milyonlara ulaşip zihinleri etkileyebilir. İnsanlar çoğu zaman bu bilgiyi doğrulamadan paylaşır, böylece yalan büyüyerek toplumu yanıltır.

Kur'an'da bu konuda çok net bir uyarı vardır:

“Ey iman edenler! Eğer size bir fasık haber getirirse, onu iyice araştırın. Yoksa bilmeden bir topluluğa kötülük edersiniz de sonra yaptığınıza pişman olursunuz.” (Hucurât, 49/6)

Gençler bu ayetin rehberliğiyle her bilgiye sorgusuz sualsiz inanmamalı; kaynağını araştırmalı, doğrulama sitelerinden veya güvenilir kurumlardan teyit etmelidir.

6.2. Algı Yönetimi: Zihinleri Şekillendiren Güç

Sosyal medya yalnızca bilgi değil, aynı zamanda algı yönetimidir. Bir olayın nasıl sunulduğu, hangi yönünün öne çıkarıldığı, hangi başlıkla servis edildiği insanların bakış açısını tamamen değiştirebilir. Özellikle gençler, duygularına hitap eden manipülatif içeriklere kolayca kapılabilir.

Bir örnek: Bir protesto görüntüsü, “kahramanca direniş” ya da “terör eylemi” olarak sunulabilir. Aynı görüntü, farklı başlıklarla bambaşka anlamlara bürünebilir. İşte bu, algı yönetiminin gücüdür.

Bu noktada Müslüman gencin görevi, hakikati aramak, her olayda adalet terazisini elden bırakmamaktır.

“Ey iman edenler! Allah için hakkı ayakta tutan, adaletle şahitlik eden kimseler olun.” (Mâide, 5/8)

6.3. Algoritmaların Gizli Dünyası

Sosyal medyanın en dikkat çekici taraflarından biri, algoritmaların görünmez şekilde insan davranışlarını yönlendirmesidir. Kullanıcı hangi videoya daha çok bakarsa, hangi gönderide daha çok vakit geçirirse, sistem ona benzer içerikler sunar. Böylece genç, farkında olmadan bir “dijital yankı odası”nın içine hapsolür.

Bu durum, gençlerin dünyayı tek bir pencereden görmelerine sebep olur. Farklı fikirler, farklı bakış açıları onlara ulaşmaz. Yalnızca kendi hoşuna giden içeriklerle kuşatılan genç, giderek tek yönlü bir düşünce tarzına mahkûm olur.

Müslüman gencin ise bakışı geniş, ufku açık olmalıdır. Efendimiz (s.a.v.)’in şu duası burada bize yol gösterir:

“Allah’ım! Bana eşyanın hakikatini olduğu gibi göster.”
(Taberânî, el-Mu’cemü’l-Kebîr, XX, 111)

Bu dua, bilgiyle karşılaşırken hakikati arama niyetimizi diri tutar.

6.4. Fenomen Kültürü ve Taklit Tehlikesi

Sosyal medyada fenomenler, gençler üzerinde en güçlü etkiye sahip kişilerdir. Onların giyimi, konuşması, davranışları, hayat tarzları milyonlarca gence model olur. Ancak bu modellerin çoğu, İslam ahlakına ve toplumsal değerlere uygun değildir. Takipçilerini etkilemek için gösteriş yapan, israfı

normalleştiren, mahremiyeti hiçe sayan fenomenler; gençleri yanlış yönlendirmektedir.

Oysa Müslüman genç için en büyük model, Efendimiz (s.a.v.)’dir:

“Andolsun, Allah’ın Resûlü’nde sizin için; Allah’a ve ahiret gününe kavuşmayı umanlar ve Allah’ı çok zikredenler için en güzel örnek vardır.” (Ahzâb, 33/21)

Gençler, fenomenleri körü körüne taklit etmek yerine; örnek alacakları kişiyi ilim, ahlak ve hikmet ölçüsüyle seçmelidir.

6.5. Eleştirel Dijital Okuryazarlık

Gençlerin bilgi kirliliği ve manipülasyondan korunmasının yolu, **eleştirel dijital okuryazarlık** kazanmaktır. Bu, her bilgiyi sorgulama, kaynağını araştırma, doğruluğunu test etme becerisidir.

Bilinçli bir genç şunları yapmalıdır:

- Kaynağı belli olmayan içeriklere inanmamalı.
- Fotoğraf ve videoların sahte olup olmadığını kontrol etmeli.
- Sadece başlığa bakıp hüküm vermemeli, içeriği okumalı.
- Duygusal manipülasyon içeren mesajlara dikkat etmeli.

Bu bilinçle hareket eden gençler, sosyal medyada sadece bilgi tüketicisi değil, hakikati savunan bilinçli bireyler olurlar.

Sonuç: Hakikat Yolu Sabır ve Basiretle Yürünür

Sosyal medya, bilgi ve yalanın iç içe geçtiğı bir alandır. Hakikati bulmak sabır, dikkat ve basiret ister. Müslüman genç, her bilgiyi süzgeçten geçirerek kabul etmeli, manipölasyonların peşinden sürüklenmemelidir. Çünkü hakikat, Rabbimizin isimlerinden biridir; **el-Hakk**. Hakikat arayışı, aslında bir kulluk yolculuğudur.

Unutulmamalıdır ki, sosyal medya akışında hız değil; doğruluk değerlidir. Hedefimiz, “ilk paylaşan” değil, “doğruyu paylaşan” olmaktır.

7. Bölüm: Bağımlılık ve Psikoloji

Sosyal medya, insanı cezbeden bir cazibe merkezi olduğu kadar, gençlerin en çok sınıandığı bağımlılık alanıdır. Alkol, sigara veya uyuşturucu gibi klasik bağımlılıkların yanına bugün “dijital bağımlılık” eklenmiştir. Sosyal medya bağımlılığı, görünürde zararsız gibi görünse de ruh sağlığını, zihinsel dengeyi, aile ilişkilerini ve akademik başarıyı derinden etkileyen sinsi bir hastalıktır. Bu bölümde sosyal medya bağımlılığının belirtilerini, psikolojik etkilerini ve gençlerin bu girdaptan nasıl kurtulabileceklerini ele alacağız.

7.1. Dijital Bağımlılık: Belirtileri ve Etkileri

Bağımlılık, bir davranışın iradenin kontrolünden çıkması ve kişiyi yönetmeye başlamasıdır. Sosyal medya bağımlılığının gençlerdeki belirtileri şunlardır:

- Telefon elden düşmüyorsa, sürekli bildirim kontrol ediliyorsa,
- Uyumadan önce son yapılan iş sosyal medya, uyanınca ilk yapılan iş yine sosyal medyaysa,
- Derslerde, sohbetlerde veya ibadetlerde bile akıl sürekli sosyal medyadaysa,
- Sosyal medya olmadan huzursuzluk, boşluk ve sıkıntı hissediliyorsa,
o genç bağımlılığın pençesine düşmüş demektir.

Bu bağımlılık gençlerde dikkat dağınıklığı, derslerde başarısızlık, sosyal ilişkilerde zayıflık, öfke patlamaları ve zaman yönetiminde ciddi kayıplar doğurur.

Kur'an'da Rabbimiz şöyle buyurur:

“Heva ve hevesini ilah edinen kimseyi gördün mü?” (Câsiye, 45/23)

Sosyal medya bağımlılığı da aslında insanın hevesini hayatının merkezine koymasıdır.

7.2. Sosyal Medyanın Benlik Saygısına Etkisi

Gençlik dönemi, “Ben kimim? Değerim neye bağlı?” sorularının sorulduğu kritik bir evredir. Sosyal medya, bu sorulara sahte cevaplar sunar: “Ne kadar çok beğeni alırsan o kadar değerlisin, ne kadar çok takipçin varsa o kadar önemlisin.”

Ancak bu anlayış, gençlerin benlik saygısını zedeler. Beğeni almadığında kendini değersiz hissetmek, takipçi kaybedince özgüvenini yitirmek, sosyal medyanın en yıkıcı psikolojik etkilerindendir.

Oysa İslam, insanın değerini yaratılışına ve takvasına bağlar: **“Şüphesiz Allah katında en değerli olanınız, O’na karşı en çok takva sahibi olanınızdır.”** (Hucurât, 49/13)

Genç, değerini dijital beğenilerde değil, Allah katındaki kulluğunda aramalıdır.

7.3. Kıyas Kültürü: Başkalarının Hayatına Takılıp Kalmak

Sosyal medyanın en sinsi psikolojik tuzaklarından biri “kıyas”tır. Gençler, başkalarının paylaştığı mutlu anları, tatilleri, hediyeleri, başarılarını gördükçe kendi hayatlarını eksik hissetmeye başlarlar. Oysa çoğu zaman bu paylaşımlar gerçeğin tamamını yansıtmaz; filtrelenmiş, abartılmış ve süslenmiş görüntülerdir.

Bu kıyas, gençlerde yetersizlik duygusu, kıskançlık, tatminsizlik ve depresyona yol açar. Halbuki Kur’an’da şöyle buyrulur: **“Allah’ın sizi birbirinizden üstün kıldığı şeyleri kıskanmayın.”** (Nisâ, 4/32)

Kıyas, nimetin şükrünü öldürür. Müslüman genç, başkalarının vitrinine değil, kendi hakikatine bakmalıdır.

7.4. Sosyal Medya ve Depresyon: Görünmeyen Yara

Sosyal medyada “herkes mutlu, herkes başarılı, herkes güzel” algısı gençlerin ruh dünyasını zedeler. Kendini bu resmin dışında gören genç, depresyona sürüklenebilir.

Araştırmalar, sosyal medya kullanımının özellikle ergenlerde kaygı bozukluklarını, yalnızlık duygusunu ve depresyonu artırdığını göstermektedir. Çünkü sosyal medya, “sürekli çevrimiçi olma” baskısı oluşturur ve genç kendini asla yeterince iyi hissetmez.

Efendimiz (s.a.v.) şöyle buyurmuştur:

“Gerçek zenginlik mal çokluğu değil, gönül zenginliğidir.”
(Buhârî, Rikâk 15)

Bu hadis, sosyal medyanın oluşturduğu sahte zenginlik ve mutluluk tablolarına karşı en büyük ilaçtır.

7.5. Bağımlılıktan Kurtulma Yolları

Gençlerin sosyal medya bağımlılığından kurtulmaları mümkündür. Bunun için:

- Kullanım sürelerini sınırlandırmak,
- Bildirimleri kapatmak,
- Günün belirli zamanlarını telefonsuz geçirmek,
- Gerçek sosyal ilişkileri güçlendirmek,
- İbadet, spor, sanat ve okumaya vakit ayırmak gerekir.

Tasavvufun güzel bir öğüdü vardır: **“Kalbi meşgul eden her şey puttur.”** Eğer sosyal medya kalbi Allah’tan alıkoyuyorsa, genç bilinçli bir şekilde bu bağımlılığı kırmak zorundadır.

Sonuç: zgrleşmek için irade

Sosyal medya bağımlılığı, gençlerin özgürlüğünü ellerinden alan görünmez zincirlerdir. Bu zincirleri kırmanın yolu irade, sabır ve bilinçtir. Gerçek zgrlk, ekranın esiri olmamak; zamanı, duyguları ve hayatı kontrol altına almaktır.

Müslüman genç, sosyal medyada hr olduğunu, iradesinin güçlü olduğunu hissetmeli ve kendisini Allah’a kul, ekrana değil. Çünkü ekran köleliği, çağın modern esaretidir.

8. Bölüm: Fırsatlar ve Gelecek

Sosyal medyanın sadece risklerle dolu bir alan olmadığını, aynı zamanda gençler için çok büyük fırsatlar sunduğunu görmek gerekir. Tıpkı bir bıçak gibi, sosyal medya da kullanıldığı yere göre ya zarar verir ya da fayda sağlar. Gençlerin önünde duran asıl mesele, bu mecrayı kendi gelecekleri için nasıl değerlendirecekleri, hayatlarına nasıl yn verecekleridir. Bu bölümde sosyal medyanın sunduğu olumlu yönleri, fırsat alanlarını ve geleceğe dair açabileceği ufukları ele alacağız.

8.1. Sosyal Medyayı Kariyer için Doğru Kullanmak

Artık iş dünyası, sosyal medya hesapları üzerinden de insanları değerlendiriyor. Bir gencin sosyal medya profili, onun dijital kimliği hâline geliyor. Profesyonel hayata hazırlanırken sosyal medya, kendini tanıtma, iş ağı oluşturma ve mesleki gelişim için güçlü bir araç olabilir.

LinkedIn gibi platformlar, gençlerin kariyer adımlarında etkili olurken; YouTube, Instagram veya blog yazıları gibi mecralar da kişisel portföy oluşturmada kullanılabilir. Ancak burada önemli olan ölçü, paylaşımların **ciddiyet, ahlak ve kalite** çerçevesinde yapılmasıdır.

Kur'an'da bu bilinç şu şekilde öğütlenir:

“İyilikle emret, kötülükten sakındır ve başına gelene sabret.”
(Lokman, 31/17)

Bu ayet, kariyer de dâhil her alanda paylaşımların sorumluluk bilinciyle yapılması gerektiğini hatırlatır.

8.2. Eğitimde ve Öğrenmede Dijital Araçların Avantajları

Sosyal medya, doğru kullanıldığında gençler için eşsiz bir eğitim kaynağıdır. Alanında uzman kişilerin ders anlatımları, bilimsel içerikler, motivasyon konuşmaları ve eğitim toplulukları; gençlere sınırsız öğrenme imkânı sunar.

Bugün milyonlarca öğrenci, sosyal medya aracılığıyla yeni diller öğrenmekte, kodlama, sanat, müzik veya kişisel gelişim alanlarında ilerleme kaydetmektedir. Sosyal medya, bilgiye ulaşmayı kolaylaştırarak gençlerin eğitim yolculuğunu hızlandırır.

Efendimiz (s.a.v.) buyurur:

“İlim talep etmek her Müslümana farzdır.” (İbn Mâce, Mukaddime 17)

Sosyal medya, bu farzı yerine getirmenin modern bir aracıdır; yeter ki doğru içerikler seçilsin.

8.3. Genç Girişimcilik ve Dijital Dünyada Üretim

Sosyal medya, gençlere girişimcilik için benzersiz fırsatlar sunar. Küçük bir işletme, el emeği ürünler, sanatsal çalışmalar ya da yazılım projeleri; sosyal medya aracılığıyla binlerce kişiye ulaşabilir. Bu da gençlerin kendi işlerini kurmalarına, bağımsız bir gelecek inşa etmelerine kapı aralar.

Dijital girişimcilik, yalnızca maddi kazanç değil; aynı zamanda özgüven ve üretkenlik kazandırır. Tüketen değil, üreten genç, hem kendi geleceğini hem de ümmetin geleceğini inşa eder

Rabbimiz Kur'an'da şöyle buyurur:

“İnsan için ancak çalıştığının karşılığı vardır.” (Necm, 53/39)
Gençlerin sosyal medyada üretici bir rol üstlenmeleri, bu ilahi kanunun çağımızdaki tezahürüdür.

8.4. Sanal Alemde Tebliğ ve İyilik Hareketleri

Sosyal medya, İslam'ın mesajını yaymak için güçlü bir araçtır. Bir ayeti paylaşmak, bir hadisi hatırlatmak, bir hayır kampanyasına destek olmak; sosyal medya üzerinden milyonlara ulaşabilir. Bu yönüyle sosyal medya, **tebliğin ve sadaka-i cariyenin modern yollarından biridir.**

Efendimiz (s.a.v.) şöyle buyurmuştur: **“Sizden biriniz bir hayra vesile olursa, onu yapan kadar sevap kazanır.”** (Müslim, İmâre 133)
Bir gencin paylaştığı faydalı bir içerik, binlerce kalbe dokunabilir ve ona ummadığı bir ecir kazandırabilir.

8.5. Geleceğin Dünyasında Sosyal Medya

Gelecek, dijital dünyada şekillenecek. Yapay zekâ, artırılmış gerçeklik, sanal evren (metaverse) gibi kavramlar sosyal medyanın daha da derinleşeceğini gösteriyor. Gençlerin görevi, bu geleceğe hazırlıklı olmak ve teknolojinin kölesi değil, yönlendiricisi olmaktır.

Bu bağlamda gençler:

- Teknolojiyi öğrenmeli,
- Yeni beceriler kazanmalı,
- Dijital okuryazarlıklarını geliştirmeli,
- Ahlaki ilkelerinden taviz vermeden bu dünyada var olmalıdır.

Çünkü teknoloji değişse de Müslüman gencin sorumluluğu değişmez: Hakikati savunmak, iyiliği yaymak ve kimliğini korumak.

Sonuç: Fırsatları Fırsata Çevirmek

Sosyal medya, gençlere zarar verebileceği gibi, onları büyük başarılarla da taşıyabilir. Buradaki en kritik nokta, gencin iradesi ve yönelişidir. Kötülüğe kullanılan sosyal medya, fitne olur; iyiliğe kullanılan sosyal medya, hayra vesile olur.

Unutulmamalıdır ki, sosyal medya yalnızca bugünün değil, geleceğin de en güçlü arenasıdır. Müslüman genç, bu arenada **imaniyla, ahlakıyla ve üretkenliğiyle** yerini almalıdır.

9. Bölüm: Aile ve Toplumun Rolü

Sosyal medya, gençlerin bireysel hayatını etkilediği kadar, aile ve toplum bağlarını da doğrudan etkileyen güçlü bir olgudur. Çünkü genç, tek başına dijital bir evrende yaşamaz; ailesi, okulu, arkadaş çevresi ve toplumuyla iç içedir. Dolayısıyla gençlerin sosyal medyayı sağlıklı kullanabilmeleri için ailelerin, öğretmenlerin ve toplumun rehberliği büyük önem taşır. Bu bölümde, gençlerin dijital dünyada yalnız bırakılmamaları gerektiğini; aile, okul ve toplumun nasıl bir sorumluluk taşıdığını ele alacağız.

9.1. Ailelerin Çocuklarını Sosyal Medyada Koruma Yöntemleri

Aile, çocuğun ilk ve en güçlü eğitim merkezidir. Anne ve baba, çocuklarının sosyal medya kullanımlarına kayıtsız kalmamalı, fakat onları baskı ve yasaklarla değil, bilinç ve sevgiyle yönlendirmelidir.

Ailelerin yapması gerekenler:

- Çocuklarının sosyal medya hesaplarını kontrol etmekten çok, onlarla güvene dayalı bir iletişim kurmak.
- Kullanım süreleri konusunda sınırlar koymak, ama bu sınırları izah ederek öğretmek.
- Mahremiyetin önemini küçük yaşlardan itibaren anlatmak.
- Çocuklarını sürekli yasaklamak yerine, “doğru içerik seçmeyi” öğretmek.

Kur’an’da Rabbimiz buyurur:

“Ey iman edenler! Kendinizi ve ailenizi, yakıtı insanlar ve taşlar olan ateşten koruyun.” (Tahrîm, 66/6)

Bu ayet, dijital çağda ailelerin çocuklarını tehlikeli içeriklerden koruma sorumluluğunu da kapsar.

9.2. Öğretmenlerin ve Okulun Rehberliği

Okul, gencin sosyal medya bilincini şekillendiren ikinci büyük alandır. Öğretmenler, sadece ders anlatan değil; aynı

zamanda gençlere dijital dünyada nasıl var olacaklarını öğreten rehberlerdir.

Okulda yapılabilecekler:

- Dijital okuryazarlık dersleri ve seminerleri düzenlemek.
- Öğrencilere doğru bilgi ile yanlış bilgiyi ayırt etmeyi öğretmek.
- Siber zorbalığa karşı bilinç kazandırmak.
- Sosyal medyada nezaket ve ahlak ilkelerini işlemek.

Hz. Ali (r.a.)'ın şu sözü burada anlam kazanır:

“Çocuklarınızı yaşadığınız zamana göre değil, yaşayacakları zamana göre yetiştirin.”

Öğretmenler, gençleri dijital çağın imtihanlarına hazırlamakla yükümlüdür.

9.3. Devlet, Hukuk ve Dijital Haklar

Sosyal medya sadece bireysel değil, toplumsal bir meseledir. Devletler, gençleri dijital tehlikelerden korumak için yasalar çıkarmakta, siber güvenlik tedbirleri almakta ve çocukların istismarını önlemek için platformları denetlemektedir.

Gençlerin de hakları vardır:

- Özel hayatın gizliliği,
- Güvenli internet kullanımı,
- Kötüye kullanım ve istismara karşı korunma,

- Yanlış bilgiye karşı bilinçlendirilme.

İslam da kul hakkını en hassas şekilde korur. Sosyal medyada gizliliğin ihlali, ifşa, hakaret gibi davranışlar aynı zamanda birer kul hakkıdır.

9.4. Sağlıklı Toplum İçin Dijital Ahlak

Toplumun bütün bireyleri, dijital dünyada sorumluluk sahibidir. Sadece gençler değil, yetişkinler de paylaşımlarında ölçülü ve ahlaklı olmalıdır. Çünkü gençler, büyüklerini taklit eder.

Bir toplumda dijital ahlak zayıflarsa; nefret söylemleri, iftiralar, hakaretler çoğalır. Oysa toplumu ayakta tutan şey, güven ve merhamettir. Sosyal medya da toplumsal barışın ya inşasında ya da yıkımında rol oynar.

Rabbimiz buyurur:

“Şüphesiz Allah adaleti, iyiliği, akrabaya yardım etmeyi emreder; hayasızlığı, fenalığı ve azgınlığı yasaklar.” (Nahl, 16/90)

Bu ilahi ölçü, dijital dünyada da geçerlidir.

9.5. Aile ve Toplumun Ortak Görevi: Gençlere Rehber Olmak

Aile, okul ve toplumun ortak görevi; gençleri yasaklarla değil, bilinçle yetiştirmektir. Onlara güvenmek, sevgiyle yaklaşmak ve rol model olmak; en etkili eğitim yöntemidir. Genç, anne-

babasını, öğretmenini ve toplum büyüklerini sosyal medyada sorumlu davranırken gördüğünde, kendisi de bu bilinci kazanır.

Sonuç: Dayanışma ile Dijital Nesil Yetiştirmek

Sosyal medyada gençlerin yalnız bırakılması, onları dijital fırtınalarda savrulmaya mahkûm eder. Oysa aile, öğretmenler ve toplum el ele verdiğinde; gençler hem mahremiyetini korur, hem güvenliğini sağlar, hem de dijital dünyada ahlaklı bireyler olarak yetişir.

Unutulmamalıdır ki, gençler sadece bugünün değil, yarının da taşıyıcılarıdır. Onların sosyal medyada sağlam durabilmesi, bir toplumun geleceğini güvence altına almak demektir.

10. Bölüm: Kendi Dijital Manifestonu Yaz – Gençler İçin Rehber İlkeler

Her gencin dijital dünyada sağlam durabilmesi için kendi ilkelerine, kendi prensiplerine ihtiyacı vardır. Nasıl ki bir ülke anayasasız yaşayamaz, bir insan da prensipsiz yaşayamaz. Sosyal medya, fırtınalı bir deniz gibidir; pusulası olmayan genç, bu denizde kaybolur. Oysa pusulası olan genç, hangi dalga gelirse gelsin yolunu bulur. İşte bu pusula, bir **“dijital manifesto”**dur. Bu bölümde gençlerin kendilerine rehber edinebileceği, ahlaki, İslami ve insani değerlerle yoğrulmuş bir manifesto hazırlıyoruz.

10.1. Ben Kimim? Dijital Dünyadaki Kimlik

Genç önce şunu hatırlamalıdır

Ben, takipçi sayısından, beğeni oranından, algoritmalarından ibaret değilim. Ben Allah'ın kuluyum, O'nun halifesiyim. Sosyal medyada da bu kimlikten ödün vermem.

10.2. Manifestonun Maddeleri

1. **Doğruluk ilkesidir.** Yalan haber, iftira ve sahte içerik paylaşmam. Hakikati araştırır, doğrulamadan hiçbir bilgiye güvenmem.
2. **Mahremiyetim emanettir.** Kendime ve aileme ait özel bilgileri ifşa etmem. Başkasının mahremiyetine de saygı duyarım.
3. **Kul hakkını gözetirim.** Paylaşımlarımda kimseyi kırmam, incitmem, küçük düşürmem. Hakaret, gıybet ve alaydan uzak dururum.
4. **Zamanımı ziyan etmem.** Sosyal medyayı ölçülü kullanır, ibadet, ders, aile ve dostlukları ekranların önüne koyarım.
5. **Harama gözlerimi kapatırım.** Müstehcen, ahlaksız ve değerlerime aykırı içeriklere yönelmem, onları paylaşmam.
6. **Sadaka-i cariye için paylaşıyorum.** Faydalı bilgiler, güzel sözler, ayet ve hadisler paylaşarak amel defterime iyilik yazdırırım.
7. **Nezaketi elden bırakmam.** Sosyal medyada da yüz yüze konuşur gibi kibar, nazik ve saygılı olurum.

8. **Kendi kimliğime sadık kalırım.** Sahte profillerin, yalan kimliklerin arkasına saklanmam. Olduğum gibi görünürüm.
9. **Kıyas tuzağına düşmem.** Başkalarının hayatıyla kendi hayatımı ölçmem; Allah'ın bana verdiği nimetlerin şükrünü yaparım.
10. **Algı oyunlarına kapılmam.** Duygusal manipölasyonlara değil, akıl ve iman terazisine kulak veririm.
11. **Ailemle bağımı korurum.** Sosyal medya hiçbir zaman anne-babamın duasının, ailemin sevgisinin önüne geçmez.
12. **Fenomenleri değil, peygamberleri örnek alırım.** Hayat tarzımı İslam ahlakına göre şekillendiririm.
13. **İsraf etmem.** Gereksiz paylaşımlar, boş tartışmalar ve faydasız içeriklerle vaktimi harcamam.
14. **Empati kurarım.** Sosyal medyada birini eleştirmeden önce kendimi onun yerine koyarım.
15. **Unutulmaz defterimi hatırlarım.** Her yazımın, her paylaşımımın Levh-i Mahfuz'a kaydedildiğini unutmam.

10.3. Dijital Manifesto: Bir Gençten Dünyaya Mesaj

Genç kardeşim, bu manifestoyu kendi kalbinle yaz, kendi vicdanınla imzala. Çünkü bu maddeler, sadece bir kurallar listesi değil; senin geleceğini, ahiretini ve şahsiyetini inşa edecek bir yol haritasıdır. Sosyal medyada nasıl var olmak istiyorsan, o ölçüleri bugünden koy.

Unutma: Sosyal medya geçici, ahiret kalıcıdır. Paylaşımların da sözlerin de Allah katında karşına çıkacaktır. Sen dijital âlemde

bir iz bırakıyorsun. O iz, seni ya cennete götürecek bir nur, ya da cehenneme sürükleyecek bir yük olacaktır.

Sonuç: Ben Varım, Ama Mahremiyetimle ve Ahlakımla

Bu manifesto, gençlere şunu haykırır:

Ben sosyal medyada varım. Ama bedenimle değil, ahlakımla...

Takipçilerimle değil, Rabbime olan sadakatimle...

Beğenilerle değil, takvamlı değerliyim.

Ve ben, dijital dünyada köle değil; kulum.

Son Söz

Bir kitabın sonuna gelmek, aslında yeni bir yolculuğun başına varmaktır. Seninle birlikte çıktığımız bu yolculuk, sosyal medyanın karanlık ve aydınlık yüzlerini, tehlikelerini ve fırsatlarını, imtihanlarını ve nimetlerini birlikte görmemize vesile oldu. Belki sayfalar boyunca okudukların sana bazen öğüt, bazen uyarı, bazen de rehberlik gibi geldi. Ama bil ki bütün bu sözlerin özü, seni hayat yolculuğunda yalnız bırakmamak içindi.

Genç kardeşim, sen çağın en büyük imtihanlarından birinin tam ortasındasın. Elindeki telefon, bir kılıç gibi; ya hakkın yanında savaşıyor ya da seni hakikatten uzaklaştırır. O yüzden unutma: Sosyal medya senin kaderini yazmaz, senin iraden onu yönlendirir.

Bu kitap boyunca defalarca söyledik: Sen, takipçi sayısından ibaret değilsin. Senin değerini “kaç beğeni aldığında” değil, **Allah katında kim olduğunda** saklıdır. Senin gerçek kimliğinin filtreli fotoğraflarda değil, secdedeki huzurunda, annenin duasında, babanın tebessümünde, dostunun samimi selamında gizlidir.

Kur’an’da Rabbimiz buyurur:

“Kim zerre kadar hayır işlerse onu görür; kim de zerre kadar şer işlerse onu görür.” (Zilzâl, 99/7-8)

İşte bu ayet, sosyal medyada attığın her adımın, yazdığın her kelimenin, yaptığın her paylaşımın da kaydedildiğini hatırlatır.

Senin kalbin, Allah’ın nurunu taşıyan bir emanettir. O kalbi kirli içeriklerle karartma, haram bakışlarla zedeleme, boş vakitlerle heba etme. Sosyal medyada iz bırak; ama bu iz, ardında dua bıraksın, iyilik bıraksın, umut bıraksın.

Bir gün bu dünyadan ayrıldığında ekranların ışığı değil, yaptığın hayırların nuru yolunu aydınlatacak. Seninle aynı çağda yaşayan milyonlar unutulacak, ama Allah için yazdığın bir cümle, paylaştığın bir hakikat, öğrettiğin bir ilim sadaka-i cariye olarak kalacak.

Öyleyse kardeşim, kendine bir söz ver:

Ben sosyal medyada varım, ama mahremiyetimle, ahlakımla, imanımla varım.

Ben dijital dünyanın kölesi değil, Allah'ın kuluyum. Benim hedefim takip edilmek değil, **Allah'a yaklaşmak**.

Ve son sözüm bir dua olsun:

Rabbim! Bu çağın gençlerini, sosyal medyanın karanlık girdaplarından koru. Kalplerine takva, zihinlerine basiret, dillerine doğruluk, gözlerine haya ver. Onları hem dünyada hem ahirette izzetli kıl.

Âmin.

İdris GÖKALP