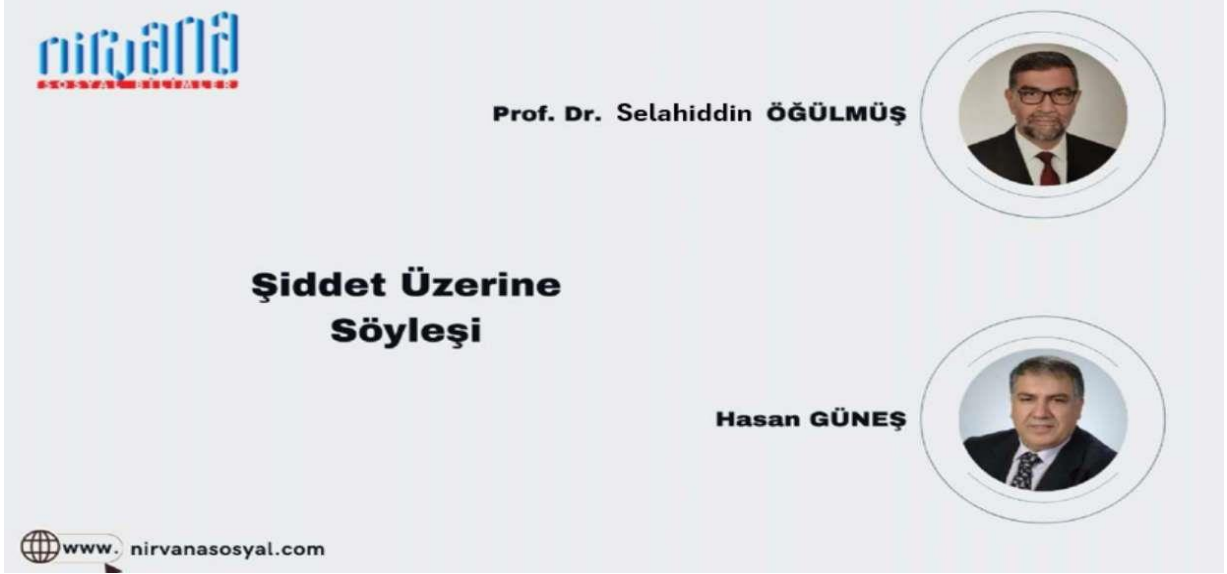


Şiddet Üzerine Söyleşi¹

Prof. Dr. Selahiddin Öğülmüş - Hasan Güneş



Kişi saldırganlık ve şiddet yoluyla hangi amaçlara ulaşır?

Saldırganlık, tanımı gereği, başkalarına kasıtlı olarak zarar vermek niyetiyle yapılan davranışları ifade eder. İnsan, neden başkalarına zarar vermek niyetiyle davranışta bulunur? Bu soru bizim saldırganlığın işlevleri ve kişiye sağlayabileceği kazançların neler olduğu üzerinde düşünmemizi gerektirir.

Evrimsel bakış açısına göre özellikle hayvanlar yiyecek elde etmek, kendi yaşam alanını korumak, çiftleşerek kendi neslini devam ettirebilmek, kısaca canlı varlığını (kendisini) korumak ve yaşamını devam ettirmek için saldırgan davranışlar sergiler. Dolayısıyla saldırganlıkla yiyecek elde etme, çiftleşme, kendi mekanını koruma, gücünü ve kuvvetini sergileyerek üstünlük kurma ve yaşamının devamını sağlama gibi amaçlara ulaşır.

İnsanlar normal koşullarda bu ihtiyaçlarını saldırganlık içermeyen yol ve yöntemlere başvurarak karşılarlar. Ancak engellenme, rahatsız edilme veya saldırıya uğramaları halinde saldırganlık duygusu hisseder ve bu duygu da bazı koşullarda saldırgan davranışlara neden olur. Örneğin saldırgan davranışları çağıştıran uyarıların bulunduğu, saldırganlığın onaylandığı, pekiştirildiği, saldırgan davranışların kişiye yarar sağladığı durumlarda kişi saldırgan davranışlar gösterebilir. Böylece kendini koruma, yaşamak için gerekli olan kaynaklara sahip olma, güç kazanma, statü elde etme, ait olduğu grubun onayını kazanma gibi amaçlara ulaşır. Örneğin akran

¹ Prof. Dr. Selahiddin Öğülmüş ile yapılan bu söyleşi, 5 Mayıs 2025 tarihinde ilk olarak <https://www.nirvanasosyal.com/h-2444-siddet-uzerine-soylesi.html> adresinde yayınlanmıştır.

zorbalığının liselerdeki yaygınlığı bu şekilde açıklanabilir. Zorbalık davranışları, ergenin grubu tarafından kabul edilmesini sağlıyor olabilir. Son olarak, saldırganlık kişilerin yoğun duygularını düzenlemesi için bir araç olabilir. Saldırgan eylemler, bireylerde duygusal boşalma (katarsis) sağlayarak rahatlamalarını mümkün kılabilir. Ancak insanlar eğitimle bütün bu amaçlarını saldırganlık içermeyen yöntemlerle de gerçekleştirmenin mümkün olduğunu öğrenebilirler ve bunun için gerekli yaşam becerilerini geliştirebilirler.

Kişinin var olma gücünün olmaması ile şiddet arasında ne gibi bir bağ vardır?

İnsan, diğer canlılardan farklı olarak, kendi varoluşuna katkıda bulunan tek varlıktır. Bunu da kendi tercihleri ve seçimleri ile yapar. İnsan, kendi varoluşun nasıl katkıda bulunur? Bu soruya cevap vermek için, öncelikle insanın dikkat alanının ve dikkat odağının sınırlı olduğunu hatırlamamız gerekiyor. İnsan belli bir anda çevresindeki sayısız uyarıcı arasından sadece az bir kısmına dikkat edebilir ve sadece dikkat odağına aldığı bu uyarıcılara olumlu veya olumsuz tepki verebilir. O halde çevrenizdeki sayısız uyarıcıdan hangilerine dikkat edeceğiniz ve tepki vereceğiniz sizin seçiminize bağlıdır. Örneğin bir kimse yeni bir güne başlarken havanın yağışlı olduğuna, yolların kaygan ve kötü olduğuna, sürücülerin yayalara saygısızca araç kullandıklarına ve üzerlerine çamurlu su sıçratmamak için özenli davranmadıklarına odaklanabilir ve bu düşünceler de kişide öfke ve kızgınlık gibi olumsuz duygulara yol açabilir.

Aynı gün ve saatlerde evden çıkan başka bir kişi, havanın yağışlı olmasına, yağın yağmurların caddelerde adeta küçük dereler oluşturduğuna ve kentin içme suyunun sağlandığı baraj gölünün bu yağışlardan sonra doluluk oranının artacağına, böylece bu sene içme suyu sorunu olmayabileceğine, yağışlı havalarda barınabileceği bir yeri olduğu için kendisinin şanslı olduğuna, ... odaklanabilir ve güne keyifle başlayabilir. Bu örneklerden de anlaşılabilir gibi, insan ne düşüneceğini, ne hissedeceğini, nasıl davranacağını büyük ölçüde kendi seçimleriyle yine kendisi belirler. Bu da kişinin varoluşuna kendisinin katkıda bulunması demektir. Yani insan, rüzgarın önünde oraya buraya savrulan bir yaprak gibi değildir. Bu açıklamalardan sonra artık şunu söyleyebiliriz: İnsan eğer kendi varoluşuna katkıda bulunduğu, bu güce sahip olduğu gerçeğini fark etmez ise, yani kendini rüzgarın önünde savrulan bir yaprak gibi edilgen bir varlık olarak algılayarsa, o zaman zayıf bir benlik algısına, yaşamda anlam bulamamasına, olaylar ve çevre üzerinde etkisinin olmadığı düşüncesine kapılır. Kişi kendi yaşamı ve çevresinde meydana gelen olaylar üzerinde kontrolü olmadığını düşünür, kendini amaçsız ve değersiz hisseder. Artık kişinin şiddete başvurmasını önleyebilecek bütün setler yıkılmış demektir. Dahası bireyin hissettiği bu anlamsızlık, amaçsızlık, değersizlik, olayları ve yaşamı kontrol edememe duygusunun yarattığı boşluğu doldurmak için şiddet önemli bir araç haline gelebilir. Yani “bu dünyada ben de varım” feryadı olabilir.

Kişinin kendini onaylamamasının şiddet ile ne gibi bağı vardır?

Onay arama veya onaylanma insanların psikolojik ihtiyaçlarından biridir. Bu ihtiyaın anlamı, yani bunun normal bir ihtiyaç mı yoksa nevrotik bir ihtiyaç mı olduğu kltrden kltre farklılaşabilir. Kişinin kendini onaylaması, başkalarından onay aramaktan farklıdır. Her insan kendini değerlendirir ve bu değerlendirme sonunda olumlu bir yargıya varmayı bekler. Aksi halde kendisiyle barışık olamaz. O halde kişinin kendi özelliklerini, benliğini, kişiliğini, duygularını, düşüncelerini, davranışlarını, amaçlarını, değerlerini, beklentilerini değerlendirmek ve bu değerlendirme sonucunda olumlu bir algıya sahip olmak, psikolojik sağlık ve esenlik için oldukça önemlidir. Bu değerlendirme olumsuz sonuçlandığında, başka bir deyişle kişi kendini onaylamadığında ve olumsuz bir benlik algısına sahip olduğunda duygularını düzenlemekte güçlük yaşayabilirler. Değersizlik ve yetersizlik duygusu ile birlikte yaşanan öfke duygusu, çeşitli saldırganlık ve şiddet davranışlarına yol açabilir. Hatta böyle bir durumda şiddette başvurmayı kendi benliği ile uyumlu bir davranış olarak görür ve bu davranışından dolayı rahatsızlık bile duymaz.