

# Şiddet ve Spor

## Violence and Sports

Dr. Elif KARAGÜN<sup>a</sup>

<sup>a</sup>Rekreasyon ve Spor Turizmi AD,  
Kocaeli Üniversitesi Beden Eğitimi ve  
Spor Yüksekokulu,  
Kocaeli

Yazışma Adresi/Correspondence:  
Dr. Elif KARAGÜN  
Kocaeli Üniversitesi Beden Eğitimi ve  
Spor Yüksekokulu,  
Rekreasyon ve Spor Turizmi AD,  
Kocaeli, TÜRKİYE  
elif.karagun@gmail.com

**ÖZET** Spor, doğası gereği rekabete dayalı saldırgan bir oyundur. Saldırganlığın en ileri boyutu olan şiddetin spordaki yansımaları, yönetici, antrenör, sporcu ve seyirci açısından görülse de, medyadaki yansımalarından dolayı seyirci şiddeti daha çok ön plana çıkar. Literatüre bakıldığında sporda ortaya çıkan şiddet, farklı kuramlara dayandırılarak açıklanmıştır. Bu yazıda, sosyal öğrenme ve engellenme kuramı açısından sporda şiddeti ele alan çalışmalardan söz edilmiştir. Ayrıca kimlik yitimi ve benlik sunumu açısından değerlendiren çalışmalardan kesitler sunulmuş; cinsiyet değişkeni ve medyanın etkisi gözden geçirilerek, şiddetin sonuçlarıyla baş etmede sporun kullanımı ile ilgili değerlendirmelere yer verilmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Benlik kavramı; şiddet; sporlar; seyirci etkisi ; iletişim araçları

**ABSTRACT** Sport is a naturally aggressive game that depends on rivalry. Reflection of violence on sports that is the highest dimension of aggression is considered from the angle of managers, trainers, sportsmen and bystanders. However, what is highlighted more by the mass-media is the violence brought about by the bystanders. In literature, violence in sports was evaluated depending on various theories. In this study, the studies those refer violence in sports from the angle of social learning and prevention theories were mentioned. We also made use of researches which have considered the problem from the angle of the concept of violence as a sign of depersonalization and personality introduction. Gender variant and media influence on violence in sports were also analyzed. Evaluations about the use of sports to prevent violence were made.

**Key Words:** Self concept; violence; sports; bystander effect; communications media

Türkiye Klinikleri J Psychiatry-Special Topics 2011;4(2):79-85

## ŞİDDET, SALDIRGANLIK VE SPOR

Dünya sağlık örgütü şiddeti, “bireyin kendisine, başkasına, belirli bir topluluk veya gruba yönelik yaralama, ölüm, fiziksel ve duygusal zarar, bazı gelişim bozuklukları veya yoksunluklar ile sonuçlanabilen, tehdit ya da fiziksel güç kullanma” olarak tanımlamıştır.<sup>1</sup> Şiddet ve saldırganlık farklı birer olgu gibi değerlendirilse de, çalışmalar incelendiğinde, şiddet ve saldırganlığın birbirinden tamamen bağımsız kavramlar olmadığı görülür. Şiddet, insanda doğal olarak var olduğu kabul edilen saldırganlık eğiliminin bireysel ya da toplumsal boyutta, ancak diğerine zarar verecek biçimde dışa vurulması, diğer bir deyişle saldırganlığın insan iradesini hiçe sayan en ileri boyutu olarak tanımlanır.<sup>2,3</sup>

Sporda saldırganlık, bir sporcunun, ilgili spor dalına ait kurallar dışına taşarak, karşısındakine zarar vermek niyet ve kası ile davranışta bulunma eğilimidir. Küfür etmek gibi sözel saldırganlığın yanı sıra; yakın temas gerektiren bireysel mücadele sporlarında ortaya çıkan; çelme takma, tekme, yumruk atma, spor aletleriyle vurma gibi bedeni saldırganlıktan da söz edilmiştir. Yine en ileri boyutu intihar olan kendine yönelik saldırganlık ve saldırının sporcu dışında; hedef rakip oyuncu, antrenör, hakem veya takım arkadaşlarından birisi veya birkaçına, seyirciye yöneldiği, dışa yönelik saldırganlık şeklinde de ayrımlara gidilmiştir.<sup>4</sup> Dışa yönelik saldırganlık tepkisel şiddet olarak da isimlendirilmiştir. Şiddetin en normal ve hastalıklı olmayan şekli oyunda ortaya çıkan şiddettir. Yıkım amaçlamayan, nefret ve yıkıcılıkla güdülenmeyen, daha çok hüner gösterme çabasıyla uygulanan türlerinde görülür. Bu tip oyuncu şiddetinin örnekleri, ilkel kabilelerin savaş oyunlarından, Zen Budistler'in kılıçlı dövüş sanatına kadar birçok yerde görülebilir. Bütün bu dövüş oyunlarında amaç öldürmek değildir.<sup>5</sup>

Spor; mücadelecı saldırgan bir oyun olduğundan şiddet unsurlarını doğasında barındırır. Bu nedenle oyun alanındaki kurallı sert temasları, şiddet unsuru olarak göstermek terminolojik bir hata olarak kabul edilmiştir.<sup>6</sup> Rekabetin yaşandığı müsabaka şartları, saldırganlık gösterileri için uygun bir zemin oluşturur. Spordaki saldırganlığın sınırlarını, ilgili spor dalının kurallarıyla yapılan hareketin taşıdığı niyet ve kasıt belirler. Aynı hareket değişik spor dallarında farklı şekilde değerlendirilir. Güreşte yapılan bir hareketin hentbolde, boksta atılan bir yumruğun bir başka spor branşında uygulanması ceza gerektirdiği, bedensel temas sıklığının artması ile saldırganlığın görülme ihtimalinin arttığı, müsabaka ve rekabet şartlarında, rakibin amacına ulaşmasını engelleyen ve kurallar içerisinde kalan davranışları da saldırganlıktan ayırt etmek gerektiği belirtilmiştir.<sup>4</sup>

## SPORDA ŞİDDETİN NEDENLERİ

Şiddetin spor ortamlarında ortaya çıkışını; sporcu, yönetici, hakem, amigo, medya, vb faktörler teşvik etmektedir. Örneğin maçlardan önce kulüp başkanı ya da sözcülerin karşı kulüp ve taraftarlarına yönelik sözlü saldırı ve kışkırtıcı davranışları, maç sırasında taraftarların gösteri ve tezahüratları, oyuncuların sert davranışları, amigoların kışkırtmaları, hakemlerin bilerek yada bilmeden hatalı sanılan kararları, tartışmalı durumlar,

spor yazar ve yorumcularının taraflı kırıcı, yanlış ve sert yorumları, özellikle televizyon kanallarının reyting uğruna federasyonu, hakemi, kulüpleri suçlayan yayınları, sporda saldırgan davranışlara ve şiddet eylemlerine neden olmaktadır.<sup>7</sup>

Bu makalede, şiddeti anlamada ortaya konan çalışmalar gözden geçirilmiştir. Klasik saldırganlık kuramlarına ilişkin literatür taramaları kolayca erişilebilir olduğu için değinilmemiş, daha çok sporda şiddeti açıklayan sınırlı sayıda çalışmaları aktarılmıştır. Sosyal psikolojik açıdan; kitle, kimlik yitimi ve benlik sunumu yaklaşımları, seyirci şiddeti, medya ve cinsiyet etkisi ve ayrıca bazı tanımlardan da kısaca söz edilmiştir.

## SPORDA ŞİDDETİN KAYNAĞI

İlk insanlar beslenmek, vahşi hayvan saldırılarından korunmak, yaşamını sürdürmek için avcılık yapmaya başladıklarında; avcılık, önemli bir uğraş ve bir spor dalı olarak ortaya çıkmış ve diğer spor dallarının da kaynağı olmuştur. Bu nedenle tüm spor dallarının kaynağında insanın kendisiyle ve başkalarıyla mücadelesi yer alır.<sup>7</sup> Marsh ise, saldırganlığın kültür ve çevre sonucu değil, doğuştan geldiğine, biyolojik temelli olduğuna inanmış, toplumsal yaşamda sporu ve benzeri alanları, yıkıcı saldırganlığın kontrolü için bir supap olarak görmüştür.<sup>8</sup>

## CİNSİYET AÇISINDAN ŞİDDET VE SPOR

Sporda şiddet kullanımının, özünde erkek kimliğini tanımladığı ve kültürel bir olguya (ataerkil yapı) bağlanarak toplumdan güç aldığı, futbol temelli şiddetin, erkeklik göstergesi olduğu savunulmuştur.<sup>9</sup> Genelde kadınlar erkeklere göre daha az öldürücü ve daha az fiziksel saldırganlık göstermektedirler. Ama bu, kadınların daha nazik olduğu ve fiziksel saldırganlıkta hiç bulunamayacakları anlamına gelmemektedir. Bu sonucu doğuran, kişinin içinde bulunduğu kültürdür. Kadın ve erkeğin sahip olduğu farklı cinsiyet hormonlarının saldırganlık düzeylerini etkilediği, testosteron ve dopamin hormonlarının saldırganlığı artırıcı; serotonin hormonunun ise azaltıcı bir etkiye sahip olduğu yönünde çeşitli araştırma bulgularına ulaşılmaktadır.<sup>10,11</sup>

Saldırganlık ile hormonlar (biyolojik etkenler) arasındaki ilişkinin anlamlılığını gösteren bulgular olsa da, birçok psikolojik, sosyal ve kültürel etken tarafından da etkilendiği belirtilmiştir. İnsanlar doğrudan saldırganlığı erkeksi cinsiyet rolleriyle; dolaylı saldırganlığı ise

kadınınsı cinsiyet rolleriyle bağdaştırdıkları için, kadınlar sosyal kabul edilirliliği daha fazla olan dolaylı saldırganlığı kullanmaktadırlar.<sup>11</sup> İnsanların deneyimleri, sunulan modeller (ebeveynler, arkadaşlar, çevrelerindeki, televizyondaki ve kitaplardaki kişiler) hangi saldırgan davranışların kullanılabilceği yönünde öğrenme sağlamaktadır. Yaygın olarak, erkekler fiziksel saldırganlığı kadınlara göre daha çok dışa yansıtıırken; kadınlar, arkadaş grubu özellikleri ve kapalı kişisel ilişkilere ihtiyaç duymaları nedeniyle, dolaylı saldırganlığı model almakta ve toplum tarafından cinsiyetlerine uygun görülen saldırganlık çeşidini kullanma yönünde pekiştirmektedirler.<sup>12</sup>

### ENGELLENME, ŞİDDET VE SPOR

Bir arzu veya ihtiyaç engellendiği zaman saldırgan davranışlar baş gösterir. Böylece engellenen amaca şiddet yoluyla ulaşmaya yönelik bir çaba oluşur.<sup>5</sup>

#### SEYİRCİ AÇISINDAN ENGELLENMİŞLİK

Yönetim ve medya tarafından çok başarılı olacağı şeklinde koşullandırılan ve başarısız olan takımın taraftarları için her başarısız sonuç; inanç kaybı, düş kırıklığı ve bir engellenme durumu yarattığından taraftarın tepkisi kaçınılmaz olur.<sup>13,14</sup>

#### SPORCU AÇISINDAN ENGELLENMİŞLİK

Mutlak bir zafer istendiğinde bu durum sporcuda bir baskı ve tehdit altında olma hissi yaratır. Yarışı kazanamayacağını anlayan sporcular ya da diğer ilgililer, hedefe ulaşmada engellendiklerinden müsabakanın sonucuna etki etmek, sonucunu kendi lehine çevirmek amacıyla, kuralları ihlal ederek rakibe saldırgan davranarak şiddet uygulayabilirler.<sup>14</sup>

#### ANTRENÖR AÇISINDAN ENGELLENMİŞLİK

Antrenörlerin, kulüpleriyle başarıya endeksli sözleşmelerinin olması, her maçın mutlaka kazanılması gerektiği beklentisi, oyuncularında olduğu kadar antrenörler üzerinde de baskı oluşturmaktadır.<sup>15</sup> Beklentisiyle uyuşmayan müsabaka sonucu da bir engellenme durumu yaratmaktadır.

### SOSYAL ÖĞRENME, ŞİDDET VE SPOR

Şiddet, öğrenilen sosyal bir davranıştır.<sup>5</sup> Sosyal Öğrenme Kuramına göre büyük ölçüde çevre tarafından üretilir. Diğer sosyal davranış biçimleri gibi öğrenme süreçleri yoluyla kazanılır.<sup>16</sup> Şiddetin öğrenilmesi gözleme,

taklit etme ve belirli davranışların sosyal zorlamasının bir sonucudur.<sup>5</sup> İnsanlar hayatları boyunca şartlanma, deneme yanılma, örnek alma, bilişsel öğrenme yollarını kullanarak; bilerek ya da bilmeyerek saldırgan davranış veya şiddet eylemlerine özgü davranış kalıplarını öğrenirler. Anne –baba ve toplumun, çocuğu eğitmek amacıyla; korkutma, yıldırma gibi şiddet içeren davranışları kullanması zamanla şartlı davranışın genelleşmesine yol açar. Buna göre insan sadece belirli etkilere değil bütün etkilere karşı saldırgan davranmaya, şiddet kullanmaya şartlanır. Çocuk eğitiminde şiddetin bir araç olarak kullanılması genç kuşakların da benzer davranışları benimsemesine yol açar. Toplumun din, mezhep, spor, politik vb alt kültürlerin kimliğini belirlemek, gücünü göstermek tuttuğu takımı başarılı yapmak amacıyla saldırgan davranış ve şiddet eylemlerine başvurulması toplumsal öğrenmenin olumsuz örneğidir. Bu örneklerin artmasında yönetici, siyasetçi ve spor adamlarının önemli bir rolü vardır.<sup>14,17</sup>

Özellikle duygusal ve bilişsel gelişimi yetersiz, kültür düzeyi düşük olan yetişkinler ve gençler henüz sosyalleşemedikleri için saldırganlık eğilimlerini denetleyemeyip, ekip başarıları da taklit ederek saldırgan davranış gösterebilirler.<sup>18</sup>

### ŞİDDET, SPOR VE MEDYA ETKİSİ

Çocuk ve gençlerin, gözlem ve taklit ile şiddeti öğrendiği bir önceki başlık çerçevesinde aktarılmıştı. Günümüzde ailenin yanı sıra, her evde olan ve iletişim araçları içerisinde en çok vakit ayrılan aracın televizyon olduğu,<sup>19</sup> olgusundan hareketle, bu kısımda sporda şiddetin ortaya çıkmasında televizyonun etkisi ve genel olarak medya ile ilgili sınırlı sayıda görüşlere yer verilmiştir. Kitle haberleşme araçlarının, sporda şiddet olaylarını giderme, seyirciyi eğitme ve yönlendirme rolü olması gerekirken; sadece kar amaçlı hareket etmekte ve sporda kamusal yayıncılığı göz ardı ederek bir dizi etik problemlere neden olmaktadır.<sup>20</sup> Karşılaşmalarda, milli marşlar, bayraklar, devlet başkanlarının hazır bulunuşu gibi ulusal simgelerden güç alınarak, bir savaş olacaktı gibi “hücum”, “savunma”, “zafer”, “savaşan askerler”, kalelerini savunan “kahramanlar”, rakibe gol yağdıran “vurucu timler” gibi bir dil kullanılmaktadırlar.<sup>21</sup> Bu şekilde spor müsabakalarının televizyonlarda bir savaş havasında verilmesi, şiddet görüntülerini izleyen her kesimi etkilerken özellikle çocuklar için iki kat daha tehlikeli olduğu,<sup>19</sup> çocukların televizyondan saldırgan davranışı öğrenmekle kalmayıp, aradan uzunca

bir süre geçtikten sonra bile bu davranışları taklit de edebildikleri ileri sürülmüştür.<sup>22</sup> Toplumun davranış kalıpları, değerleri ve düşünce tarzları, kitle iletişim araçlarıyla bireylere kazandırılıp, öğrenilenlerin içselleştirilmesine destek olunduğuna dair yayınların olması da sporda şiddetin ortaya çıkışı açısından son derece önem arz etmektedir.<sup>23</sup>

Spor, büyük oranda televizyon ağıyla dünyada yaygın hale gelmiş ve ticarileşmiştir.<sup>24</sup> Ticarileşmiş spor, toplumun alt tabakalarından gelen bir kişinin, sportif başarı göstererek toplumsal pozisyonunu yükseltme gibi sosyal hareketlilik olanağı ve elit sporcuların idolleşmesi, medya tarafından mit haline getirilmesini de sağlar.<sup>25</sup> Şiddet ise toplumsal belleğe, o toplumun mitleleri, destanları, sanat yapıtları aracılığıyla yerleşmektedir ve şiddeti biçimlendiren değerler, kültürel mirasla da ilişkilidir.<sup>26</sup>

### FANATİK, HOLİGAN, SEYİRCİ VE ŞİDDET

Kuramsal gözden geçirme sürecinden önce, günlük dilde çok kullanılan ancak farklı anlamlar yüklenen “seyirci”, “fan”, “fanatik” ve “holigan” gibi terimlerin tanımlarına kısaca bakacak olursak. “Spor seyircisi”, bir spor olayını yerinde canlı ya da film veya televizyon gibi görsel medya yoluyla seyreden herhangi bir kişidir.<sup>27</sup> Spor seyircileri dini ayinlere gerçekten inanan katılımcılara da benzetilmiştir.<sup>28</sup> Holigan; taraftarlığı şiddet boyutuna vardırarak, çevreye zarar veren ve azgınca davranışlarda bulunan kimsedir.<sup>29</sup> Fanatiklik, bir takımın taraftarlarını sosyal bir onay çerçevesinde ifade ederken; şiddeti de içeren aşırı davranışları, sosyal olarak kabul edilemez bir çerçevede ifade etmektedir. Futbol fanı olmayı belirleyen temel eksenin, takıma duyulan sevgi, futbol holiganı olmayı belirleyen temel eksenin ise şiddet olduğu ileri sürülmüştür.<sup>13</sup> Seyirci şiddetinin nedenleri arasında; sosyoekonomik, politik, coğrafi ya da medya gibi öğeleri içine alan sosyokültürel etkenlerin yanı sıra, grupla veya takımla özdeşleşme, kimlik yitimi-insanlıktan çıkarma (dehumanization) mekanizmalarının devreye girmesi gerekmektedir. Saha içinde: sporun tarzı, skor, oyuncu ya da koçların model alınması ve oyunun kuralları; saha dışında ise: alkol, yoğunluk, engellenme, model alma gibi etkenler katkı yapmaktadır. Spor ortamlarındaki şiddete, saldırganlık dürtüsünü bastıramayan, denetleyemeyen, amaç beklentilerine ulaşamayan, yeterince sosyalleşmemiş, benlik, kimlik, kişilik bakımından bunalım içerisinde olan ve takımlarıyla özdeşleşen gençlerin yol açtığı bildirilmiştir.<sup>14</sup>

### BENLİK SUNUMU, KİMLİK YİTİMİ, SPOR VE ŞİDDET

İnsanlar çoğu zaman hareketlerini diğer kişilerin üzerinde pozitif etki yaratmak için düzenlerler,<sup>30</sup> bu şekilde bireyin diğerlerinin gözündeki izlenimini yaratıp yapılandırmasına benlik sunumu denmiştir. Çoğu insan, kendini zeki, başarılı, sevilen ve yetenekli görmek ister. Belli bir kimliğe ilişkin bir iddiada bulunur ve böyle bir girişimi duyurduğunda da, iddialarında haklı çıkabilmek için ek bir baskı yaşar.<sup>31</sup>

Egzersiz ortamındaki benlik sunumu da insanların egzersiz bilincini, tutumunu ve davranışlarını olumlu veya olumsuz yönde etkileyebilmektedir.<sup>32</sup> Benlik sunumuna önem verenlerin egzersiz sırasında davranışları bireysellikten çıkarak diğer kişilerin fikirlerine, görüşlerine ve davranışlarına göre biçimlenmeye başlar. Birey beğeni ve ilgi görmek için davranışlarını şekillendirir.<sup>33</sup> Bu şekilde spor ortamlarında bireyin diğerlerini etkileme ve olumlu izlenim oluşturma isteği doğrultusunda davranışlarını düzenlediği<sup>34</sup> ve eğer karşısındaki kişilerin davranışını, kendi öz değerini azaltmaya, kendi kabulünü sarsmaya ve küçük düşürmeye yönelik olarak algı-larsa, çoğu kez öfkeyle karşı-yanıt verdiği bildirilmiştir.<sup>35</sup>

Le Bon'un anonimlik olgusu, kimlik yitimi (deindividuation) yaklaşımına göre, belirli bir grup içinde antisosyal davranışları arttıran anonimlik durumunda, sorumluluğun yayılması, bir grubun varlığı vb. koşullarından dolayı, bireyin, kendisini gözlemlenme ve başkalarının kendisini nasıl gördüğüyle ilgili kaygı düzeyi düşer. Bunun sonucunda ya suçluluk, utanç, korku ve toplumsal normlara bağlılığa dayanan kendini kontrol etme mekanizması zayıflar. Ya da davranışları üzerindeki ketlemeyi gevşeterek, kitle içinde bireysel kimliğini kaybeder, erir, buharlaşır; bunun sonucu aşırı davranışlar gösterir. Tek başına rasyonel ve benlik farkındalığı yüksek olan birey, bu yaklaşıma göre, kitleye girdiği andan itibaren kimliğini kaybeder.<sup>13</sup>

### SOSYAL PSİKOLOJİK AÇIDAN KİMLİK KURAMI, KİTLE PSİKOLOJİSİ VE ŞİDDET

Sosyal Kimlik Kuramına göre, takımıyla özdeşleşen taraftarlar, takıma fazla duygusal yatırım yaptıklarından, spor karşılaşmaları sırasında uyarılma düzeyleri artar ve bu artış, yenilgi durumunda dış grubun kalıp yargıları doğrultusunda algılanmasına ve değerlendirilmesine, ayrıca yoğun olumsuz duygusal tepkilere yol açar. Yenilgiden dolayı tehdit edilen grup, benlik saygısını tekrar kazanabilmek için açık saldırgan davranış gösterir.<sup>36</sup>

Sporda şiddet ve saldırganlık olaylarında kitle psikolojisinin rolü büyüktür.<sup>37</sup> Spor kitleleri, diğer kitlelerin aksine, ne zaman ve nerede ortaya çıkacağı belli olan, durağan ve geleneksel türde kitlelerdir. Bu yüzden, “düzenli” ve “norma uygun” davranmalarına karşın,<sup>38</sup> aynı kitleler karşılaşma öncesi, sırası ve sonrası çok çeşitli kolektif davranışlar sergilerler. Örneğin; bilet almak için kuyruk olan kitlenin davranışları düzenli ve belirli bir norma uygun iken, aynı kitlenin spor karşılaşması sırasında hakem ya da rakip takım oyuncularını protesto için oyun sahasını işgal etmesi ise düzensiz ve normsuz olarak değerlendirilmiştir. Tek başına herhangi bir kötülük yapmayan bir birey, kitle içerisinde her şeyi yapacak bir güçte olduğunu hisseder ve önüne gelen her engeli kolayca tahrip eder, yıkar.<sup>29,37</sup> Kitleler saldırganlaştıkça bireyde kimliksizleşme gözlenir. İnsanlar toplum içinde medeni davranma normuna karşı gelmemiş olmak için temeldeki tepkisel, saldırgan ve bencil doğalarını pek göstermezler. Bu bastırılan özellikler kalabalıkta açığa çıkar. Buna aracı olan mekanizma ise kimliksizleşmedir.<sup>29</sup>

### SPORUN ŞİDDETİ TETİKLEMEDE ETKİSİ

İzleyicinin, bir futbol oyunundaki saldırganlığı gözlemesi, normal zamanda, saldırganlığa vurduğu ketlemeyi kaldırarak, içsel kontrol mekanizmalarını zayıflatabildiği bildirilmiştir.<sup>13</sup> Seyircinin sporda tanık olduğu şiddetten etkilenme düzeylerini araştırmak amacıyla basketbol ve Amerikan futbolu seyredenler ile amatör boks seyredenlerin, maç sonrası saldırganlık düzeyleri, Tematik Algı Testi (TAT) ve Cümle Tamamlama Testi ile ölçülmüş, basketbol ve Amerikan futbolu seyredenlerin saldırganlığında artış bulunurken, boks seyredenlerinkinde azalma görülmüştür.<sup>39</sup> Bir başka çalışmada, Amerikan futbolu ve jimnastik karşılaşmaları öncesi ve sonrasında seyircilerin saldırganlık düzeyleri Buss-Durke Düşmanlık Envanteri ile ölçüldüğünde, futbol seyircilerinin düşmanlık düzeylerinin maç öncesine göre düştüğü; jimnastik seyircilerinin düşmanlık düzeylerinde ise fazla bir değişim olmadığı,<sup>40</sup> bunun da fiziksel temas içeren sporları seyretmenin, insanlarda saldırganlığa karşı olan ketlemeyi azalttığı ve bu azalmanın da sözel düşmanlık düzeyinde artışa yol açtığı bildirilmiştir.<sup>41</sup> Buz hokeyi ve güreş karşılaşmasını seyredenlerin karşılaşma sonrasında düşmanlık düzeyleri artarken, rekabetçi fakat saldırgan olmayan yüzme yarışmasında deneklerin düşmanlık düzeylerinde hiçbir değişiklik görülmemiş ve bir spor dalında seyirci şidde-

tinin sık görülmesinin oyunun popülerliğinden kaynaklanabileceği iddia edilmiştir.<sup>42</sup>

### ŞİDDET İLE BAŞ ETMEDE SPORUN ETKİSİ

Spor, saldırgan dürtülerin, yıkıcı enerjinin yıkıcı olmayan bir şekilde boşalmasına olanak vermektedir.<sup>13,43</sup> Düzenli ve doğru planlanmış egzersizin kısa ve uzun dönemde “trankilizan etki” ile nöromusküler tansiyonu azalttığı söylenmiştir.<sup>44</sup> Dinlenmeyi sağlayan delta uykusunda önemli rol oynadığı iddia edilen serotonin ile ticisi, fizik egzersizden sonra da salgılandığı, egzersiz yapanların dinlendirici uyku uyumalarının yorgunluktan değil, maddenin salgılanmasından ileri geldiği,<sup>45</sup> sporun özellikle nörovejatif sinir sistemi dengesine olumlu etkiler yaparak aşırı heyecanları, sinirlilik hallerini ve anksiyeteyi düzelttiği, kişisel iradeyi kuvvetlendirdiği bildirilmiştir.<sup>46</sup> Sporun bilinen bu olumlu etkileri kimi zaman ruhsal hastalıkların tedavisinin bir parçası durumuna gelmesini sağlamıştır.<sup>47</sup> Şiddetin ortaya çıkardığı psikolojik travmayla baş etmede sporun etkin olup olmadığını ortaya koymak amacıyla da yapılan bir çalışmada; şiddete maruz kalan öğrencilerin benlik algısını olumlu yönde değiştirmede, uyum düzeylerini artırmada, travmayla baş etmede serbest zamanlarda ilgi ve yeteneğine uygun alanda spor yapmanın etkili olduğu bulunmuştur. Bunun da sevilen bir alanla uğraşma ve onaylanma ihtiyacı ile kendini iyi hissetme duygusunun arttığı, şiddetin ortaya çıkardığı olumsuz duyguların spor aracılığı ile ifade edilmesi, benzer yaşantıya sahip insanların olduğunu görme ve başarıma duygusunun sonucu olduğu bildirilmiştir.<sup>48</sup>

### SONUÇ

Geçmişte spor, avlanma ve hayatta kalabilmek için şiddete dayalı kullanılsa da,<sup>7,8</sup> günümüzde değişen ihtiyaçlarla birlikte, yaşam mücadelesinin getirdiği olumsuz durumlarla baş etmede destek alınması gereken bir araç konumundadır.<sup>43,46</sup> Fiziksel sağlık ile birlikte psikolojik problemlerin giderilmesinde de önemlidir.<sup>47,48</sup> Bir çeşit oyun olarak değerlendirilen spor,<sup>6</sup> psikolojide kullanılan oyun terapisi yöntemine benzer bir şekilde; çocukların kendilerini ifade ettikleri, gerginliklerinin azaldığı, kendi yaşamları üzerindeki kontrollerini yeniden kazandıkları bir süreç<sup>49</sup> olarak işlediğinde; çocuk ve gencin, ilgilere uygun, rahat bir etkinlik seçmeleri desteklendiğinde, sorun çözme becerilerini ve gelecekle ilgili inanç ve isteklerini oyun yoluyla ortaya koyarak rahatladıkları bildirilmiştir.<sup>48,50</sup>



## KAYNAKLAR

- 1- Krug EG, Dahlberg LL, Mercy JA, Zwi BA, Lozano R. World Report on Violence and Health. Geneva: World Health Organization; 2002. p. 3-21
- 2- Ayan S. Aile İçinde Şiddete Uğrayan Çocukların Saldırganlık Eğilimleri. Anadolu Psikiyatri Dergisi 2007; 8(3): 206-14
- 3- Budak S. Psikoloji Sözlüğü. 1. baskı, Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları; 2000. p.716.
- 4- İkizler, C. "Sporda Başarının Psikolojisi." 2. Baskı. İstanbul: Alfa Basım Yayım Dağıtım; 1994.
- 5- Fromm E. Sevgi ve şiddetin kaynağı. 2. Baskı, Selçuk B, çev. Ankara: Öteki Yayınları; 1994.p.24-6.
- 6- Scott JP. Aggression. Chicago: University of Chicago Pres;1958. p.120.
- 7- Köknel Ö. Bireysel ve toplumsal şiddet.1. Baskı. İstanbul: Altın Kitaplar; 1996. p. 235-6.
- 8- Marsh P. Aggro: The illusion of violence. Blackwell Science, Oxford. 1982.
- 9- Dunning, E. Figurational contributions to the sociological study of sport. In: Maguire J & Young K, eds. Theory, Sport and Society, JAI Elsevier Science Ltd; 2002. p. 239-66.
- 10- Ramirez JM, Andreu JM, Fujihara T. Cultural and sex differences in aggression: A comparison between Japanese and Spanish students using two different inventories. Aggressive Behavior 2001;27(4):313-22.
- 11- Cashdan E. Hormones and competitive aggression in women. Aggressive Behavior, 2003;29(2):107-15. 12
- 12- Owens, L, Shute, R, ve S1ee, P., Guess what I just heard!: indirect aggression among teenage girls in Australia. Aggressive Behavior 2000; 26(1), p.67-83.
- 13- Kayaoğlu AG. Futbolda Seyirci Şiddeti: Sosyal Psikolojinin Katkıları ve Sınırlılıkları. Türk Psikoloji Yazıları 2004;7 (13):79-101.
- 14- Yetim, A. Sosyoloji ve Spor. 3. Baskı. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları; 2005. 210-7.
- 15- Kuru E. Sporda Psikoloji.1. Baskı. Ankara: Gazi Üniversitesi İletişim Basımevi; 2000. 82-3.
- 16- Bandura A. Social learning Theory of Agresion, Journal of Communication 1978;28 (3): 12-29.
- 17- Macklem LG. Bullying and teasing: Social power in children's groups. New York: Kluwer Academic/ Plenum Publishers; 2003, p.179.
- 18- Fişekçioğlu İB, Özdağ Ş, Duman S, Atalay A. Futbolda şiddet ve yasal karşı tedbirler. Türkiye Kickboks Federasyonu Spor Bilimleri Dergisi 2010; 3(2):12-27.
- 19- Rigel N. Haber, çocuk ve şiddet, Üretim, Kitle İletişim ve Tüketim Sürecinde Haberin İncelenmesi. Der Yayınları; İstanbul: 1995. 215.
- 20- Erkal M. Sosyolojik Açından Spor, Genişletilmiş 3. Baskı. İstanbul: Der Yayınları; 1992. p.119, 40.
- 21- Balcıoğlu Ş. Şiddet ve Toplum. 1. Baskı. İstanbul: Bilge Yayınları; 2001. p. 48.
- 22- Gander Mary J, Gardiner Harry W. Çocuk ve Ergen Gelişimi. Dönmez A, Çelen N, Bekir O, çev. 4. Baskı. Ankara: İmge Kitabevi; 2001. s. 420.
- 23- Dağ İ, Öktem F, Yazıcı K, Güvenç G, Rezaki M, Özcan-Demir N ve ark. Televizyon Programlarındaki Şiddet İçeriğinin, Müstehcenliğin ve Mahremiyet İhlallerinin İzleyicilerin Ruh Sağlığı Üzerindeki Olumsuz Etkileri. Radyo ve Televizyon Üst Kurulu (RTÜK) Özel Çalışma Grubu Sonuç Raporu. Ankara, 2005.
- 24- Maguire J. Power and global sport, zones of prestige, Emulation and Resistance. London: Routledge; 2005. p.198.
- 25- Atalay A. Spor medya ve serbest zaman. 1. Baskı. İstanbul: Beta Yayınları; 2004. p. 56-8.
- 26- Bulgu N. Sporda şiddet ve alt-kültür. Hacettepe Spor Bilimleri Dergisi 2005;16 (4): 229-50.
- 27- Guttman A. Sport spectators. New York: Colombia University Press; 1986. p. 14.
- 28- Sloan LR. The function and impact of sports for fans: A review of theory and contemporary research. In: Goldstein JH, ed. Sports, games and play: Social and psychological viewpoints Hillsdale, NJ: Laurence Erlbaum Associates. 1979. p. 219-62.
- 29- Sahin HM. Sporda şiddet ve saldırganlık. 1. Baskı. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım; 2003. p.49-68-72. 80-5.
- 30- Ginis KAM, Leary MR. Self presentational processes in health damaging behavior. Journal of Applied Sport Psychology 2004; 16, 59-74.
- 31- Brown JD. The self. H. Andaç Demirtaş, çev. Benlik Sunumu Türk Psikoloji Bülteni. 2004; 10 (33):160-5.
- 32- Hausenblas HA, Brewer B W, Van Raalte L. Self presentation and exercise. Journal of Applied Sport Psychology. 2004; 16,3-18.
- 33- Martin KA, Mack D. Relationship between physical self presentation and sport competition trait anxiety: A preliminary study. Journal of Sport & Exercise Psychology 1996; 18 (1):75-82.
- 34- Altıntaş A, Aşçı FH, Özener T. Benlik sunumunun cinsiyete ve egzersiz davranışı parametrelerine göre incelenmesi. Hacettepe J. Of Sport Sciences 2007;18 (2):91-9.
- 35- Papps DP, O'Carroll RE. Extremes of self-esteem and narcissism and the experience and expression of anger and aggression. Aggressive Behavior 1998; 24(6):421-438,
- 36- Branscombe NR, Wann DL. Role of identification with a group, arousal, categorization processes, and self-esteem in spectators aggression, Human Relations, 1992;45(10): 1013-33.
- 37- Doğan B, Morali S. "Futbolda seyirci taşkınlıkları ve bunun altında yatan psikol-sosyal nedenler" Bilim ve Teknoloji Dergisi 1996;4, 20-5.
- 38- Mann L. Sport crowds viewed from the perspective of collective behavior. In: Goldstein JH, ed. Sports, games and play: Social and psychological viewpoints, Hillsdale, NJ: Laurence Erlbaum Associates; 1979. p. 337-68.
- 39- Turner ET. The effects of viewing college football, basketball and wrestling on the elicited aggressive responses of male spectators. Medicine and Science in Sports 1970; 2(2): 100-5
- 40- Goldstein JH, Arms RL. Effects of observing athletic contest on hostility. Sociometry 1971; 34(1):83-90
- 41- Arms RL, Russell GW, Sandilands ML. Effects on the hostility of spectators of viewing aggressive sports. Soc Psychol Q 1979; 42(3):275-9.
- 42- Bakker FC, Whitin HT, Brug H. Sport psychology: Concepts and applications. New York Chicester: John Wiley & Sons Ltd; 1990.
- 43- Kuru E, Var L. Futbol Seyircilerinin Spor Alanlarındaki Saldırganlık Davranışları Hakkında Betimsel Bir Çalışma (Kırşehir İli Örneği), Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi 2009;10, (2):141-53.
- 44- DeVries HA. Tranquillizer effect of exercise; a critical review. The Physician and Sportsmedicine, 1981,11, p.45-54.
- 45- Ba1taş A, Baltas Z. Stres ve Başa1ıkma Yolları. 9. Baskı. İstanbul: Remzi Kitabevi; 1990.
- 46- Kalyon TA. Spor hekimliği sporcu sağlığı ve spor sakatlıkları. 2. Baskı. Ankara: Gata Basımevi;1994.

47. Krechtle B. Influence of physical activity on mental well-being and psychiatric disorders. Praxis (Bern 1994).2004; 93(35): 1403- 11.
48. Koç M. Şiddetin ortaya çıkardığı psikolojik travmayla baş etmede sporun işlevsel-  
liği. Sosyal bilimler dergisi 2007;18,167-79.
49. Bohart AC. The client is the most important common factor Clients' self-healing capacities and psychotherapy. Journal of Psychotherapy  
Integration 2000;10 (2):127-49.
50. Ryan V,Wilson K. Conducting child court proceedings: The use of non-directive play therapy.Clinical Child Psychology and Psychiatry 2000;5(2):267-79.