



Article Info/Makale Bilgisi

✓Received/Geliş: 01.04.2024 ✓Accepted/Kabul: 06.09.2024

DOI:10.30794/pausbed.1463073

Research Article/Araştırma Makalesi

Parsova, G. ve Kılıçbay, B. B. (2024). "Öfke Ekonomisi", *Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, sayı 64, ss. 231-251.

ÖFKE EKONOMİSİ*

Gizem PARSOVA**, Barış Bora KILIÇBAY***

Öz

Bu nitel araştırma; neoliberal toplumda üretilen öfkeli öznellikleri eleştirel biçimde sorgulamaya yönelik durum çalışmasıdır. Araştırma verileri; neoliberal yaşam felsefesini ve öfkeyi anlatan çeşitli yazılı ve görsel dokümanlardır. Araştırmanın amacı; neoliberal rasyonellik anlayışı çerçevesinde bireye sunulan toplumsal uyumlanma biçimlerini, öfkeli öznelliklerin dolaşımı bağlamında anlamaktır. Dolayısıyla, öfke söylemi vasıtasıyla üretilen öznelliklerin dolaşımı, araştırma kapsamında, öfke ekonomisi olarak adlandırılmıştır. Araştırma bulguları, olumlu duyguların teşvik eden neoliberal toplumun, öfkeyi; olumsuz bir duygu olarak sınıflandırdığını, saldırganlık ve şiddetle ilişkilendirdiğini, ruh ve beden sağlığını tehdit eden medeniyet ve uygarlık dışı bir duygu olarak tanımladığını işaret etmektedir. Öfke; bireyin denetlemesi ve düzenlemesi gereken bir duygu olarak öne çıkmakta, öfke yönetimi neoliberal öz yönetim becerileri içerisinde yerini sağlamlaştırmaktadır. Neoliberal öfkeli öznellikleri üreten bir söylem alanı olarak öfke yönetimi; öz farkındalık, fayda-maliyet analizi ve beden denetimi temaları çerçevesinde; duyguları akıl yoluyla yönetmenin vurgulandığı neoliberal rasyonellik anlayışıyla bütünleşmektedir.

Anahtar kelimeler: *Duygulanım, Duygulanım politikası, Duygular sosyolojisi, Öfke, Neoliberalizm.*

THE ECONOMY OF ANGER

Abstract

This qualitative research critically explores the production of angry subjectivities within neoliberal society through a case study. Analyzing diverse written and visual materials detailing neoliberal philosophy and anger, the study aims to comprehend societal adaptation within the neoliberal rationality framework. Coined as the "anger economy," the research delves into the circulation of subjectivities shaped by anger discourse. Findings suggest that in the positive-emotion-centric neoliberal society, anger is negatively classified, associated with aggression and violence, portraying it as a menace to mental and physical health. Positioned as an emotion necessitating control, anger solidifies its role within neoliberal self-management skills. Anger management, as a discourse shaping neoliberal angry subjectivities, aligns with rationality emphasizing emotion regulation through reason. Themes of self-awareness, cost-benefit analysis, and body control integrate within the discourse, characterizing anger as a primitive and uncivilized emotion contrary to the civilized and health-oriented ideals of neoliberalism.

Keywords: *Affect, Affective policy, Sociology of emotions, Anger, Neoliberalism.*

*Bu makale Bolu Abant İzzet Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü tarafından 09.01.2023 tarihinde kabul edilen ve Prof. Dr. Barış Bora Kılıçbay tarafından danışmanlığı yürütülen "Neoliberalizmin Duygu Ekonomisi: Öfkenin Toplumsal Güzergâhları" adlı sosyoloji doktora tezinin nitel verilerine dayanmaktadır.

**Dr. Öğretim Görevlisi, Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi, Yabancı Diller Yüksek Okulu, ZONGULDAK.

e-posta: gizemparsova@gmail.com, (<https://orcid.org/0000-0001-6259-2898>)

***Prof. Dr., Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, BOLU.

e-posta: baris.kilicbay@gmail.com, (<https://orcid.org/0000-0003-3318-0311>)

1. GİRİŞ

21. yüzyıl toplumu, insan duygularına, belki de tarihin hiçbir döneminde gösterilmeyen ilgiyi göstermesiyle öne çıkmaktadır. Duygusal denge, duygusal zekâ, ruhsal enerji, frekans ve içsel yolculuk gibi pek çok kavramın; bilimin yanı sıra kişisel gelişim ürün ve/veya hizmetleri aracılığıyla gündelik yaşamlarımıza bir şekilde sızmayı başardığı bir dünyada yaşamaktayız. Dijital haberleşmede kullandığımız duygu görselleri her geçen gün zenginleşmekte; bu görseller hemen her sektörde yaygın biçimde kullanılan memnuniyet anketlerinde sıkça karşımıza çıkmaktadır. Sözelimi herhangi bir hizmet satın aldığımızda memnuniyet derecemizi ifade etmek için yüz ifadesi görseline tıklamamız yeterlidir. İnsan duyguları ulus devlet politikaları açısından da önem kazanmaktadır. Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) tarafından yıllık hazırlanan mutluluk istatistikleri, Üsküdar Üniversitesi tarafından hazırlanan Türkiye Öfke Haritası (2019) gibi araştırmaların yanı sıra küresel ölçekte yapılan duygu araştırmaları¹ da oldukça yaygınlaşmıştır.

Çağdaş toplum, Illouz'a göre (2019: 36-38), duyguların; üzerinde konuşulan, tartışılan, ifade edilen ve uzlaşılabilir objelere dönüştüğü toplumdur. Bu varsayımdan yola çıkmak; iki temel iddiayı ortaya atmaya olanak sağlamaktadır. Bunlardan ilki; rasyonelliğin kavramsal sınırlarında göze çarpan değişikliklerdir. Modern toplumda Weber'in (2013: 114) birbirine zıt olarak tanımladığı duygusal eylem ve rasyonel eylem arasındaki net çizgi ortadan kalkmıştır. Çağdaş toplum, bireyden, duygularını aklı yoluyla kontrol etmesini talep etmektedir; dolayısıyla duygular, rasyonellik kavramına dâhil olmuştur (Anderson, 2015: 10). Varsayımın mümkün kıldığı bir diğer iddia ise; insan duygularını tanımlayan ve kategorize eden söylem alanı aracılığıyla belirli duygusal özelliklerin dolaşımından söz edebileceğimizdir. Bu iddia ise, gerçekte ne hissedildiğinden ziyade, duyguların dolaşımını sorgulamanın anlamlı bir çaba olduğunu işaret etmektedir. Böylece duyguların, salt bireysel veya toplumsal olduğunu tartışmanın ötesinde, Ahmed'in (2015: 20) vurguladığı üzere; sınır ve yüzeylerin varlığından söz etmek mümkün olur. Duyguların dolaştığı sınır ve yüzeyleri; duygusal özelliklerin üretildiği uğrak noktaları olarak okuyabiliriz. Dolayısıyla tekil bir duyguyu sorunsallaştırdığımızda; o duygunun, toplumsal var oluş vaadi çerçevesinde uğrak noktalarının izini süreriz. Stewart (2013: 49) bu uğrak noktalarını güzergâhlar olarak tanımlar ve girift ayrıntılarla kurulu yapısına dikkat çeker. Güzergâhlar; duygunun kendisine dair hikâyeler anlatır ve bu hikâyelerde özne konumları üretilir. Bu noktada duygulara toplum bilim penceresinden bakmak; bu hikâyelerde ortaya çıkan duygusal özelliklerin iktidar ilişkileriyle nasıl örüldüğünü sorgulamaktır.

Duyguların kültürel ve sosyal olduğuna dair kabulün (Illouz, 2018: 14) uzun bir tarihi olduğunu söyleyemeyiz; Sosyoloji 1970'lerden bu yana duygu araştırmalarına yönelmiştir (Lively, 2006: 570). Klasik dönem sosyologları, yaptıkları toplumsal tip analizlerinde duygulara yer verse de (Baker, 2018: 24) duyguların sosyoloji disiplininde analiz birimi olarak henüz keşfedilmekte olduğunu söylemek mümkündür. Ancak duygular sosyolojisi, genç bir alt disiplin olmasına rağmen, çağdaş sosyoloji alan yazınında giderek yerini sağlamlaştırmaktadır. Duygular sosyolojisi; küresel ölçekte ilgi duyulan bir araştırma alanı ve araştırma geleneği bakımından özgünleşen dinamik bir alt disiplin olarak öne çıkmaktadır. Teorik altyapısı; Weber, Simmel, Goffman ve Cooley gibi kuramcılarla bir alt disipline dönüşen duygular sosyolojisi (Üçer, 2020, s. 15); araştırmaların, kültür kavramı çerçevesinde gerçekleştiği bir çalışma alanıdır. Dolayısıyla araştırma geleneği; kültürel bakış açısı ekseninde oluşmuştur. Kültür kavramı; benlik sunumu (Stets ve Turner, 2008: 34-35), ritüel teorisi (Rossner ve Meher, 2014: 200), kimlik kuramı (Stets ve Trettevik, 2014: 32-36) ve duygulanım kontrol teorisi (Heise, 1989:10) gibi farklı teorik zeminlerde incelenmiştir. Bu araştırma da metodolojik anlamda kültürel yaklaşımı benimseyen ve nitel araştırmanın öne çıkan özelliği olan tüme varımı (Cresswell, 2016: 4) merkezine alan bir araştırmadır. Kültür; bu araştırma dâhilinde, belirli bir ulus devlet veya topluluk olarak değil, neoliberal rasyonellik olarak tanımlanmaya çalışılan yaşam felsefesi olarak sınırlandırılmıştır. Neoliberalizm, araştırma kapsamında, rasyonelliğin yeni biçimi olarak kabul edilen (Anderson, 2015: 10) bir zihniyet biçimini ifade etmek üzere ideal tip olarak kullanılmıştır. Amaç; ekonomik faaliyet ve toplumsal yaşam arasında neden-sonuç ilişkileri kurmak veya neoliberal toplumu yeni bir toplum modeli olarak ortaya koyarak bu topluma özgü bir öfke modeli olduğunu ileri sürmek değildir. Araştırma; toplumsal var oluşun ekonomik var oluştan bağımsız düşünülmesiyle, üretim ilişkilerinin ve toplumsal yaşamın birbiriyle döngüsel ilişki içerisinde olduğu bir teorik zemine oturmaktadır. Neoliberalizm

¹ World Happiness Report 2023. <https://worldhappiness.report/ed/2023/>; 2023 Health, Happiness, and the Wellness Economy: An Empirical Analysis. https://globalwellnessinstitute.org/industry-research/2023-health-happiness-and-the-wellness-economy-an-empirical-analysis/?gad_source=1&gclid=CjwKCAjwg4SpBhAKEiwAdYLwvMlzRypvrRDAN6NOtecRrsm8cFlxwRv2oGvagjdsAL6Wx1uAduFbhoCpo8QA_vD_BwE; GITNEX MARKETDATA REPORT 2023, Must-Know Anger Statistics. <https://blog.gitnux.com/anger-statistics/>.

-toplumda yaşayan bireylerin hangi ölçüde bu zihniyet biçimine uyduğu gibi bir tartışmadan bağımsız- bir yaşam felsefesi, diğer bir deyişle duygu/düşünce iklimi olarak kabul edilmiştir. Bu yaşam felsefesi içerisine öfkenin nasıl yerleştiği yani öfke söyleminin kendisi ve öfkeli öznelliklerin dolaşımı ise iktidar sorunsalı çerçevesinde eleştirel okunmaya çalışılmıştır. Neoliberal yaşam felsefesi, neoliberal rasyonellik çerçevesinde şekillenen toplumsal uyumlanma biçimlerinin tamamı olarak okunabilir. Bu uyumlanma biçimlerinin duygular perspektifinde incelenmesi ise çağdaş toplumda üretilen duygusal öznelliklerin sorgulanması aracılığıyla mümkündür. Bireylerin gerçekte ne hissettiğinden bağımsız-zaten bunu bilmek pek olanaklı değildir- toplumsal kurumlarla ilişki içerisine girdiklerinde ne tür duygusal özneler olarak konumlanmaya davet edildikleri sorunsalı; araştırma kapsamında, neoliberal duygusal makro kozmos olarak okunan rasyonellik anlayışıyla bütünlük içerisinde anlaşılmalıdır.

Türkiye özelinde duyguları inceleyen sosyolojik araştırmaların sayıca sınırlı olduğunu söylemek mümkündür. Adar'ın (2018) milliyetçiliği duygular özelinde incelediği çalışması, Baker'in (2018) imajlar ve toplumsal tipler üzerine yaptığı araştırma, Kıral ve Nayır'ın (2019) akademide kin tutma üzerine gerçekleştirdiği araştırma ve Üçer'in (2020) orta sınıf utancı üzerine yaptığı çalışma bu sınırlı sayıda çalışmaların içerisinde önemli yer tutmaktadır. Duygular sosyolojisinin Türkiye'de gelişime muhtaç bir alt disiplin olduğunu işaret eden sınırlı sayıdaki çalışma; bu araştırmacının ilgili alan yazına sağlayacağı katkının önemini işaret etmektedir. Ayrıca bu araştırma; öfkenin dolaştığı güzergâhları, araştırma kapsamında neoliberalizm olarak tanımlanan kültürel çerçeve içerisinde, duygulanım kuramı (Gregg and Seigworth, 2010) aracılığıyla iktidar ilişkileri ekseninde sorgulayan bir araştırma olması bakımından özgün değere sahiptir. Araştırmanın alan yazına kazandırdığı öfke ekonomisi kavramı; her ne kadar tarihsel analiz içermese de, ekonomi kavramına benzer şekilde, öfkeyi; toplumsal yaşamın tümüne sirayet eden politik ve ideolojik görünümünün bütünlüğü olarak ele alması bakımından önemlidir. Bir öfke okuması olarak da düşünülebilen bu nitel araştırma; öfkeyi kendi söylem alanında analiz ederek belirli temalara ulaşmıştır.

2. DUYGULANIM POLİTİKASI

Duygulanım kavramının araştırma kapsamında nasıl tanımlandığını belirtmeden önce duygular alanında sosyolojik araştırma yapan araştırmacıların duyguyu ifade eden çeşitli kavramlarla karşılaştığını ve bu durumun araştırma dili İngilizce olmayan yazarlar açısından sorun teşkil ettiğini belirtmekte fayda vardır. Küresel ölçekte bilim dili kabul edilen İngilizcede duyguyu anlatan çeşitli kavramlar bulunması (emotion, sentiment, feeling, affect) ve bu kavramlar Türkçeye çevrildiğinde neredeyse hepsinin duygu olarak karşılık bulması; araştırmacıların işini zorlaştırmaktadır. İlgili alan yazın incelendiğinde, duygu (emotion) ve duygulanım (affect) kavramlarının öne çıktığı anlaşılabilir; bu iki kavrama ilişkin farklı yaklaşımların varlığı, kavramsal sınırlar bakımından zorluğa neden olmaktadır. Sözelimi bazı yazarlar (Fox, 2015; Parisi ve Goodman, 2011; Tomkins, 2008; Wetherell, 2012;) iki kavramın birbirinden farklı olduğuna dair derin bir tartışma sürdürmekte iken; bazı yazarlar (Ahmed, 2015; Hochschild, 2011; Illouz, 2007; Turner, 2007) ise iki kavram arasında ayırım yapmamakta, kavramları birbiriyle eş anlamlı kullanabilmektedir. Bu durum, araştırmacıları kavram kargaşasına sürükleyebileceği için, her ne kadar üzerinde uzlaşılmış tanımlar bulunmasa da araştırma dâhilinde kullanılacak kavramın sınırlarının belirlenmesi çok önemlidir.

Kökene felsefeye uzanan (Spinoza, 2011) duygulanım kavramının; kültür kuramcıları tarafından 1990'lı yıllarda başlatılan duygulanıma yönelme çağrısı (the affective turn) ile akademik araştırmalarda yaygınlaştığını söyleyebiliriz. Post yapısalcılığı ve yapı sökümlü yetersiz bulan araştırmacılar tarafından önemli bir kavramsal araç olarak kabul edilen duygulanım(Clough ve Seigworth, 2010: 206); sosyoloji, sosyal psikoloji, ekonomi, siyaset, iletişim ve medya gibi pek çok araştırma alanında kullanılmaktadır. Wetherell'e göre (2012: 3-5) psikolojinin kullandığı duygu kavramı; duygulanımsal performans, olay veya sahnelerin çeşitliliğini ve yoğunluğunu anlamada yetersiz kalmaktadır. Duygulanım kavramı ise anlam yaratmanın vücut bulmuş halidir. Duygulanım pratikleri; bizi, duyguların toplumsal yaşamda nasıl görüldüğüne; diğer bir deyişle toplumsal aktörlerin ne yaptığını anlamlandırmaya götürecektir. Yazar, bu çabayı; durağan olmayan, çoklu ve birbiriyle kesişen, kişisel veya kişisel olmayan kalıpları; yani örüntüleri anlama çabası olarak tanımlamaktadır. Yazara göre temel sorunsal; nedensellik çizgilerini, karakter türlerini anlamak veya duyguları kategorize etmek değil; değişebilen, akışkan ve genellikle belirlenmiş görünümleri anlamaya çalışmaktır.

Duygulanımlar, insanların diğer tüm aktörler ve varlıklarla kurduğu ilişkilerde; fail olmanın ve var oluşun kapasitesini artıran veya azaltan; maddi ve düşünsel ilişkilerdir. Bu nedenle duygulanım; bireysel varlıkların; sabit ve istikrarlı olduklarını düşünmek yerine, dinamik ve müteakip dönüşümlü olarak düşünülebileceği bir kavramsal zemindir (Slaby ve Mühlhoff, 2019: 27). Duygulanım; dünyayı bir arada tutan görünmez bir yapıştırıcıdır (Massumi, 2002: 217). Duygulanım kavramı aracılığıyla, bireyin; harekete, düşünceye ve genişlemeye doğru itilebildiği yaşamsal güçlerin izini sürmek mümkündür. Duygulanımsal pratiklere odaklandığımızda, bir beden; karşılaşmalar dünyasına ait olduğunu ve dünyanın; bedenlerin karşılaştığı bir bütün olduğunu anlayabiliriz (Gregg ve Seigworth, 2010: 1-2). Duygulanım, duygunun kendisine değil, özneler arasılığına gönderme yapan bir kavramdır. Dolayısıyla, sorunsal, bireyin gerçekte ne hissettiğinde değil, topluma uyumlanma sürecinde düğümlenmektedir. Bireyler toplumsal kurumlara dâhil olduklarında, söylem vasıtasıyla oluşturulan belirli duygulanım bölgelerine davet edilirler; bu duygulanım bölgeleri bireyin üstlendiği toplumsal role içkindir. Duygu, davranış ve ilişki düzleminde yapılan duygulanım bölgeleri; bireyin katılımı açısından zorunlu değildir. Birey, kendi rızası ile bu bölgeye konumlanmayı tercih edebilir veya etmeyebilir. Ancak birey, rolüne içkin duygulanım bölgesine yerleşmeyi reddetmesi halinde; topluma uyumlanma sorunu yaşayacağını bilmektedir. Massumi'nin (2019: 49) deyimiyle, belirlenmiş sınırlar içerisinde kalmayı, belirsiz bir alana yuvarlanmaya tercih etmek; topluma uyumlanmadır. Sözelimi bir kadın çocuk dünyaya getirdiğinde, toplumsal rolü olan anneliğin, sınırları önceden belirlenmiş duygulanım bölgesine davet edilir. Kadına, evladını seven ve şefkat gösteren duygusal özneleşme; topluma uyumlanma vaadiyle sunulur. Kadının kendi rızası ile bu bölgeye yerleşmesi durumunda ise gerçekte ne hissettiğini ve nasıl davranacağını bilmek mümkün değildir; sayısız ihtimalden söz edilebilir. Burada önemli nokta, bireylerin toplumsal kurumlara ilişki içerisinde dâhil oldukları duygulanım bölgelerinin varlığı ve bireylerin bu bölgelere yerleşmeleridir. Duygulanımsal bölgeler; kolay görünecek ve fark edilecek sınırların aksine, üstlenilen rollere içkin olması bakımından bilinç ötesi bir kavrayışla birey yaşamına sızan, görünmez sınırlardır. Bu sınırlara odaklandığımızda, sınırları inşa eden söylemin değişken ve çok katmanlı olduğunu fark ederiz. Örneğin romantik aşk; Foucault'nun Cinselliğin Tarihi (2017) çalışmasının gösterdiği üzere, evlilik kurumu içerisine tarihte belirli bir noktada yerleşmiştir. Yazarın yaptığı inceleme; aşkın heteroseksüel olarak kurgulandığı ve evlilik kurumu içerisine yerleştiği tarihsel sürece dikkat çekmektedir. Benzer bir çalışma da öfkeye ilişkin tarihsel bir kırılma noktasını işaret etmektedir. Amerikan toplumunda öfke söylemini inceleyen Stearns ve Stearns (1989), öfkenin modern toplum öncesi aile ve iş yaşantısında bir sorun olarak görülmediğini, fakat 20. Yüzyıla gelindiğinde öfke söyleminde ciddi bir değişiklik olduğunu ortaya koymuştur. Yazarların yaptığı çalışmaya göre, modern toplumda öfke sorun olarak görülmeye başlamış ve öfke kontrolü adeta saplantı haline gelmiştir. Clanton'ın (1977; 1989) kıskançlık söylemini incelediği araştırmaları da kıskançlığın sunulmasında benzer bir değişikliği işaret etmektedir. 1960 öncesi evlilik içerisinde aşkın getirdiği doğal bir duygu olarak tanımlanan kıskançlık; yazarın bulgularına göre, 1960'ların sonundan itibaren evlilik kurumuna zarar veren bir duygu olarak tanımlanmaya başlanmıştır. Hatta yazar, 1970'lerden itibaren kıskanç bireyin; haksız sahiplenme, özgüven problemi, güvenilir olmayan ve şüpheli olarak kurgulandığını vurgulamaktadır.

Duygulanıma ilişkin söylemi incelemek bizi belirli duygusal öznelliklerin mümkün kılındığı uğrak noktalarına götürmektedir. Bu uğrak noktalarının tarihsel süreçte değişebildiğini ortaya koyan araştırmalar ise; duyguların dolaşımını, iktidar ilişkileri çerçevesinde tartışabileceğimiz bir zemini mümkün kılmaktadır. Duygulanımı; Anderson'ın (2010: 164, 183) belirttiği üzere, iktidar tarzlarının ortaya çıkışı, değişimi ve kaymalarını anlamaya yönelik önemli bir araç olarak kullanabiliriz. Böyle bir bakış açısı, yazarın da vurguladığı gibi, duygulanımı; iktidarın nesnesi ya da gizli ideolojik işleyişinin ikincil bir tezahürü olarak görmek anlamına gelmez. Ancak duygulanımın oluşum sürecinin; dinamik ve yenilikleri üretme kapasitesine sahip olduğunu göz ardı etmeden, iktidara içkin olduğu kabulünü mümkün kılar. Bu kabulden yola çıkıldığında, duygulanımın; bedensel ve duygusal kapasitelerde görünürlüğünün izini sürmekten söz edilebilir ve belirli bir duygulanımı mercek altına almanın; onun, mikro ve/veya makro düzeyde kurumsal politikalarla etkileşimini anlamaya çalışmakla mümkün olacağı ortaya çıkar. Sözelimi Ahmed (2017: 124-126) iğrenmenin; uluslararası eşitsizliğin, ayrımcı politikaların ve kültürel klişelerin bir tezahürü olarak okunabileceğini vurgulamaktadır. Yazara göre, 11 Eylül saldırısı görüntülerinin Amerikan toplumuna iğrenç olarak sunulmasının alt metninde Orta Doğulu bedenlere iğrenme gömülüdür. Kadınlarda şişmanlık korkusunun yaygın olduğunu ortaya koyan bir başka araştırma da (Fahs, 2015: 192) iğrenmeye ilişkin çarpıcı bulgular ortaya koymaktadır. Araştırma verileri, iğrenmenin; siyah şişman bedenle ilişkilendirildiğini ve bu bedene ilişkin hayalin dahi kadınlarda iğrenme duygusu oluşturduğunu işaret etmektedir.

Duygulanım; birey dünyayla ilişki içerisinde olduğu sürece gerçekleşen bir deneyimdir ve bu noktada dünyayla ilişki içerisinde olmanın politikasından söz etmek mümkün hale gelir (Stewart, 2013: 17). Duygulanım politikası; toplumsal uyumlanma sürecinde bireye sunulan bir izlektir. Merkezinde birey rızası bulunan bu izlek, herhangi bir yasal dayanağa sahip değildir; dolayısıyla sağlık ve eğitim politikaları gibi anlaşılmalıdır. Kurumsal politikalar yurttaşları belirli kurallara yasa gereği uymaya mecbur bırakabilirler; örneğin bir ulus devlet tüm yurttaşlarını orta öğretimi tamamlama konusunda yasalar aracılığıyla zorlayabilir ve itaatsizlik durumunda hukuki yaptırım uygulanabilir. Oysa duygulanım politikası herhangi bir dayatma olmaksızın bireyi kendi rızasıyla uyumlanmaya davet eden bir izlektir. Birey, kendisine sunulan duygulanım alanının dışına çıkabilir ancak bu durumda toplumsal uyumlanma süreci kesintiye uğrar. Danimarka’da yas duyusunu üzerine yapılmış bir araştırma (Nebeling ve Bissenbakker, 2019), kimin yasının tutulabilir olduğuna ve yas tutma konusunda ısrarcı olmanın politik sınırlarına ilişkin çarpıcı veriler sunmaktadır. Araştırma, Hz. Muhammed’i köpek biçiminde resmeden İsveçli bir karikatüristi öldürmeye kalkışan ama yanlışlıkla olayla ilgisi olmayan 2 kişiyi öldüren El-Hussein adında bir Müslümanın vakası üzerine gerçekleştirilmiştir. Danimarka medyası tarafından kısa sürede terörist ilan edilen ve polis tarafından kısa sürede yakalanıp öldürülen El-Hussein’in yasının tutulmasının ahlaki görülmediğini ortaya koyan araştırma; seküler beyazın yasının tutulabilmenin normallğine karşın, Orta Doğulu Müslümanın yasını tutmanın terörle ilişkilendirildiğini ve insani bir eylem olarak kabul edilmediğini işaret etmektedir. El-Hussein’in mezarına gizlice bırakılan beyaz çiçeklerin halk ve siyasetçiler tarafından cinayetin desteklenmesi olarak kabul edilmesi; sunulan duygulanımsal alanın dışına çıkmanın, toplumsal uyumlanma sürecini kesintiye uğrattığını göstermektedir. Butler’a göre (2005: 45-47) bireyin yasının tutulabilmesinin toplumsal kabulünün ön koşulu yaşam olarak kabul edilmektir; gerçekte yaşamak ve yaşam olarak kabul edilmek ise farklı şeylerdir. Yazar bu tespiti ölüm ilanlarını inceleyerek yapar ve kamusal alanda yası tutulabilenlerin toplum normlarına uygun özelliklere (meslek, etnik ve/veya dinsel kimlik ve cinsiyet kategorileri gibi) sahip olduğunu vurgular. Dolayısıyla yaşamını yitiren tüm insanların kayıp olarak nitelendirilmediğini anladığımızda, kamusal yaşamda yası tutulabilmenin politik sınırlarını sorgulamaya başlayabiliriz. Duygulanım politikasının izini sürmek; bireyin gerçekte ne hissettiğinden öte, duyguların dolaştığı noktalarda üretilen duygusal öznelliklerin izini sürmektir. Bireysel yaşam projeleri gibi sunulan bu öznellikler aslında kolektiftir; duygulanım hiçbir zaman tekil bir deneyim değildir. Dolayısıyla, asıl sorunsal bireysel duygular değil; çeşitli gruplar halinde yol alan eğilimlerdir. Bireyin; kendi içinde, kendi tarafından ve kendine yönelik dönüştürülen bu eğilimlerin kolektif güçlerle çakışması muhtemeldir (Manning, 2012: 29).

Öfkenin dolaşımını sorgulamak üzere yola çıkılan bu araştırma; öfke üzerine anlatılan hikâyelerde ortaya çıkan öfkeli öznelliklerle neoliberal yaşam felsefesi adıyla ideal tipleştirilen toplumsal uyumlanma biçimlerinin iktidar ilişkileri çerçevesinde eleştirel sorgulanmasıdır. Araştırmada, öfkenin dolaşıma sokulduğu güzergâhlar, öfke ekonomisi olarak kavramsallaştırılmıştır. Ekonomi kavramının kullanım amacı; öfkeyi belirli bir iktisadi model veya politika olarak okumak değil, öfkenin; ekonomik sistemlere benzer biçimde, toplumsal yaşama yayılabilen ve toplumsal yaşamla döngüsel ilişki kurabilen politik ve ideolojik görünümlere sahip olduğunu vurgulamaktır. Bu görünümlerden yola çıkmak; Lehmann ve diğerlerinin (2019: 140) belirttiği biçimde, araştırmanın odağını, bireyi özne kabul etmekten ziyade, özne konumlarına yöneltilir. Böylesi bir araştırma; iktidar ilişkileri içerisinde üretilen özne konumlarını anlama çabası olarak değerlendirilir. Bu noktada yazarların tanımıyla, duygulanımsal ekonomi; üretim, dağıtım ve tüketimin bütününe atıfta bulunan ekonomi kavramından farklı anlaşılmalıdır. Duygulanımsal ekonomi; duygulanımın değişim ve dolaşımının (yazarlara göre bu dolaşım medya aracılığıyla gerçekleşmektedir) toplumsal ilişkiler çerçevesinde anlamaya yönelik bir kavramsal araç olarak kabul edilmelidir.

3. NEOLİBERAL ÇERÇEVEDE DUYGULANIM

Neoliberal rasyonellik; akıl ve duyguların birleşmesi bakımından modern rasyonellikten ayrılmaktadır. Modern toplumda, rasyonel eylem ve duygusal eylem birbirinden net biçimde ayrılmaktaydı (Weber, 2013: 114); ancak içinde yaşamakta olduğumuz çağdaş toplumda, duygular, rasyonellik kavramıyla bütünleşmiştir (Anderson, 2015: 10). Bu bütünleşmenin kırılma noktası; duygusal zekâ kavramının ortaya çıkışı ve özellikle 1995’te Daniel Goleman tarafından yazılan “Duygusal Zekâ” adlı kitabından sonra kavramın yaygın kabulü olarak düşünülebilir. Duygusal zekâyı; toplumsal ilişkiler, başarı ve sağlık alanlarında kilit nokta olarak işaret eden bu kitap günümüzde hala basılmakta ve geniş kitleler tarafından okunmaktadır (Doğan ve Şahin, 2007: 232). Duygusal zekânın etkin kullanımına gönderme yapan duygu yönetimi kavramı da neoliberal rasyonellik açısından benzer bir kırılma noktası olarak kabul edilebilir. Çağdaş iş dünyasında duygu yönetimi önemli bir yere sahiptir. Duygu yönetiminin

birey yaşamına katkı sağladığı, duyguların örgütsel yaşamın ayrılmaz bir parçası olduğu, duygusal zekânın temel zekâdan (IQ) çok daha önemli olduğu gibi görüşler yaygınlaşmaktadır. Birçok araştırmacı; duygu yönetimi konusunda çalışanlara eğitim vermenin; çalışanların maruz kaldığı düşünülen yabancılaşma sorununa çözüm getireceği konusunda ümitlidir (Çoruk, 2014: 9; Goleman, 2011: 882; Polat ve Yavaş, 2012: 223).

Neoliberal emek piyasasına ve çağdaş toplumda çalışma faaliyetinin biçimlerine baktığımızda neoliberal rasyonellik anlayışıyla bütünleşen yeni bir kapitalist ruhtan (Weber, 2011) söz etmenin mümkün olduğunu söyleyebiliriz. Kapitalist ekonominin uğrak noktalarının en güncel olanı olarak tanımlanabilen ve doğuşu 1970'li yıllara dayanan (Harvey, 2007: 13) neoliberalizm; esnek üretim biçimini benimsemesi bakımından liberal ekonomiye benzeyen fakat devletin piyasa üzerindeki rolünün önemli ölçüde küçülmesi bakımından farklılaşan bir ekonomi politikasıdır. Neoliberalizm, girişimciliğin ön plana çıkartıldığı ve liberal ekonomide girişimcilik faaliyetini kısıtlayan; düzenlemelerin, hukuki zeminin, yeni kaynaklara uyarlanabilme ve rekabetin güncel biçimlerine açık olma gibi özelliklerin yeniden gözden geçirilerek güncellendiği (Aksu, 2015: 68; Dardot ve Laval, 2013:29; Dean, 2008: 48) bir politikadır. İdeal tip olarak girişimcilik, neoliberal kapitalizmin ruhu olarak tanımlanabilir. Foucault (2015, 2015: 188-190) da neoliberal homo economicus kavramının girişimcilik faaliyetinde düğümlendiğini iddia eder. Yazara göre modern homo economicus mübadele partneri anlamındaydı, ancak kavram; neoliberal ekonomide anlam değiştirmiştir. Homo economicus artık rekabet dinamiğine tabi kılınmış bireyi ifade etmektedir. Yazar, ekonomik faaliyette bulunan neoliberal bireyin, kendini, hem şirket hem de sermaye olarak görebildiğini vurgulamaktadır. Çünkü birey kendi kendini sürekli yeniden üretmeye ikna edilmiştir. Bu görüş; aslında birey davranışlarının ekonomi temelli olduğunu iddia etmekten ziyade, yönetilebilirlik kavramının homo economicus kavramı aracılığıyla okunabileceği bir teorik zemini işaret etmektedir. Yani neoliberal birey, Foucault'nun vurguladığı biçimde (2013: 4) duygusal özne olarak ekonomi politiğin bir uzantısı değil; ona tabi kılınan, onunla girdiği etkileşim bakımından benzerliği tartışılabilen öznelliklerin bütünleşmesi olarak okunabilir.

Neoliberalizm, dinamik piyasa koşullarına ayak uydurabilmek için sürekli güncellenen bir yaşam öyküsü oluşturma ve bu yaşam öyküsünü sürdürebilecek zihniyeti geliştirme sürecidir. Belirli bir zaman ve mekâna sınırlı ve çoğunlukla fiziksel emeğe bağlı olan klasik Fordist çalışma biçimi, yerini, çalışmanın tüm yaşam zamanına yayıldığı bir çalışma biçimine bırakmaktadır (Özdemir, 2019: 12). Toplumsal yaşam araçları üreten, dolayısıyla maddi üretim yapan endüstriyel üretimden farklı olarak, çağdaş kapitalist üretim aracılığıyla, yaşamımıza, maddi olmayan üretim girmiştir. Bu yeni üretim biçiminde; fikirlerin, imajların, bilginin, iletişimin ve işbölümünün üretilmesi söz konusudur. Dolayısıyla, çağdaş kapitalist üretim; toplumsal yaşam araçlarını değil, toplumsal yaşamın kendisini üretmektedir. Emeğin niteliği de bu üretim biçimine göre kurgulanmaktadır. Emek; yeni fikirler üretmeye odaklıdır ve yeni fikirler üretmek; zamanla sınırlanmaz. Emek; yeni yaşam biçimleri, ilişki biçimleri, bilgi veya duygulanım üretmeye yönelmiştir. Ortaya çıkan ürünü bakımından gayri maddileşen emek ve yaşam zamanı arasındaki net çizginin bulanıklaştığı bu süreçte; çalışma faaliyeti, yaşamın tümüne yayılarak genişlemektedir (Hardt ve Negri, 2004: 122; 162). Üretim ve tüketim arasında kurulan ilişki açısından da, maddi olmayan üretim; öncülleri olan Fordist ve Taylorist üretimden farklı özellikler sergilemektedir. Aslında tüketici ve üretici ilişkilerini merkeze koymak Fordist ve Taylorist üretimde de mevcut bir özelliği ancak maddi olmayan üretim; bu ilişkinin kurulmasının yanı sıra sürekli yeniden üretildiği bir süreçtir. Diğer bir deyişle, toplumsal ilişkiler; maddi olmayan üretim sonucu ortaya çıkan ürün olmanın yanı sıra üretim sürecinin içinde olduğu için aynı zamanda bu süreci yönetme özelliğine sahiptir. Dolayısıyla, bu tür üretimin hammaddesi öznellik ve bu özneliğin içinde bulunduğu ve sürekli yeniden üretilen ideolojik iklim olarak tanımlanmaktadır. Çalışanlar; yalnızca tüketicinin taleplerini karşılamakla değil, tüketicinin talebini üretmekle de yükümlüdür. Bu süreç, üretimin kendi kendini üretmesidir; çünkü toplumsal etkileşimin kendisi, bireyi üreterek, aynı zamanda üretici hale gelir (Lazzarato, 2014: 81; 86-87). Esnek ve talep odaklı piyasa sürekli değişmektedir. Bu noktada çalışma yaşamındaki birey; değişime açık, tıpkı piyasa gibi; gerektiğinde daralma, genişleme ya da farklı kaynaklara yönelme gibi bir dinamizmle yoluna devam etmeye davet edilmektedir. Yeni teknolojileri kullanma merkezinde şekillenen ve bu açıdan homojenleşen mesleklerin (Hardt ve Negri, 2003: 304) de yarını belirsizdir.

Neoliberalizm, Sennet'e göre (2011: 52) bireyi sabırsızlaştırmaktadır çünkü talebe göre anlık değişen piyasa hızlı bir şekilde yükselme ve maddi zenginliğe kavuşma vaadi sunmaktadır. Bu vaadin; bireyin zihninde, "şimdi ve burada olanın" önem kazandığı bir anlam dünyası inşa etmesi oldukça muhtemeldir. Akış, mobilite, değişim gibi kavramlar emek piyasasında ön plana çıktıkça; kariyer basamaklarının tek tek tırmanıldığı uzun

vadeli yaşam öyküsü parçalanmıştır. Bu durum yalnızca çalışma ahlakında değil yaşam planlarında ve geleceğe dair umutlarda da köklü bir değişimi ifade etmektedir. Sanayi toplumu verimlilik ve çalışkanlık gibi değerleri vurgulamakta, tecrübeyi ödüllendirmekte ve kariyeri kademeli bir çizgi olarak tanımlamaktaydı. Bu sayede çalışanlar uzun vadeli planlar yaparak geleceğe dair umut taşıyabiliyorlardı. Ancak çağdaş piyasa yeni bilgi ve becerilerin edinilmesini kucakladığı için, kariyer; uzun vadede tecrübeyle edinilen anlamını yitirmiştir (Mol, 2018: 16). Yeni bilgi ve becerilerin edinilmesini vurgulayan bu piyasada ayakta kalma meselesi kendini geliştirmede düğümlenmektedir. Kendini geliştirme ise yaşam boyu öğrenme felsefesi olarak piyasaya sürülen, kişisel gelişim adıyla sektörleşen ve maddesel olmayan ürün ve/veya hizmet üreten dev bir piyasadır. Kendini yenilemek, içindeki yaratıcı potansiyeli keşfetmek ve kendini gerçekleştirmek gibi ifadelerin sıkça yer bulduğu bir söylem alanı; seminer, konferans, webinar, workshop, danışmanlık hizmetleri, mobil uygulamalar, eğitici kurslar ve kitaplar gibi çeşitli ürünler aracılığıyla bireye sunulmaktadır. Yaratıcılığı yeni öğrenmelerle geliştirmeyi, piyasa öngörüsü sağlama bakımından, girişimcilğe giden kısa yol olarak kabul etmeye kendi rızasıyla ikna olmuş birey; eğitimden eğitime koşan, sertifikalarını dosyalara sığdıramayan insan modeline dönüşmektedir. Bu bir “kendine yatırım yapma” zihniyetidir ve Foucault’nun da belirttiği gibi, bireyin, kendini; hem sermaye hem de şirket zihniyetiyle yönetebileceği bir anlam dünyasının kapısını aralamaktadır. Emek piyasasının kutsadığı girişimcilik vasıfları bireyin yaşamının tamamına nüfuz etmektedir. İnsan artık çalışma faaliyetinden ayrılabilen parçalı bir varlıktan ziyade; çalışma ile bütünleşmiş bir varlıktır. Bu yüzden insan; sermaye, şirket ve piyasadır (Dardot ve Laval, 2013: 255-300). Kendini sürekli yeniden üretmesi talep edilen emek piyasasında; öz yönetim, neoliberal yaşam felsefesinin merkezini oluşturmaktadır. Kendini şirket gibi yönetmek; zamanın, bütçenin, sosyal ilişkilerin, beden ve duyguların yönetilmesi gibi birçok yönetsel becerinin bir araya gelmesidir. Cabanas’a göre (2018: 183) neoliberal öz yönetim talebi, merkezine bireysel çıkarın yerleşmesi bakımından; erdem, disiplin ve bağlılık gibi ilkelerle ilişkisini koparmıştır. Birey, benliğini; kendi kendine yönetebileceği zihinsel mekanizmalarda kök salmış psikolojik bir yetenek olarak görmeye yönelmiştir.

Belirsizlik üzerine inşa edilen neoliberal piyasa, bireyin sırtına, her an değişebilecek koşullara hazırlanma sorumluluğu yüklemekte; bu sorumluluğu yerine getirebilmesinin yolunun kendini yeniden üretmekten geçtiğine bireyi ikna etmektedir. Yeniden üretimin temel taşlarından biri ise duygulardır. Birey; duyguları üzerinde düşünmeye, kar-zarar analizi yapmaya ve duygularını araç olarak kullanmaya, diğer bir deyişle duygularını insan sermayenin bir parçası olarak kabullenmeye yönelmektedir. Duygular, böylece, üzerinde çalışılarak geliştirilebilecek becerilerin arasında, rasyonel eylemle bağına sıkılaştırmakta ve kendiliğinden koparılarak mübadele ilişkilerinin parçası haline gelmektedir. Shachak ve Illouz (2018: 148) neoliberal bireyin; duygu yönetimine yönelik eğitimler, kişisel gelişim alanında yayınlar, ücret karşılığında türlü konularda satın alınan danışmanlıklar ve tıbbi ilaçlarla duygu düzenleme ve denetleme yöntemlerini öğrenmeye davet edildiğini vurgulamaktadır. Yazarlara göre, neoliberal toplum; zihinsel sağlığın psikolojik modelleri aracılığıyla, kendini tanıma ve geliştirme yönünde bireyi teşvik etmektedir. Çin’de yapılan bir nitel araştırma da (Tan ve Xu, 2020) bu tartışmayı destekleyen bulgular sunmaktadır. Kadınlar için tasarlanmış bir sanal aşk uygulaması üzerine gerçekleştirilen bu araştırma, hizmeti satın alan ve satanların, uygulamayı; iletişim becerilerinin iyileştirilmesi ve aşk ilişkisi içerisinde bireysel beklentilerin keşfedilmesi gibi amaçlarla kullandığını ortaya koymaktadır.

Duygusal özne olarak bireyin kendisini sürekli yeniden inşa etmesi; bireyin çağdaş topluma uyumlanması bakımından önemli bir talep haline gelmiştir. Duygu yönetimi; bu talebin merkezine yerleşmiştir. Kavram, duyguları akıllı bir şekilde kullanmayı ifade etmekte ve bunun; bireyin kendi duygularını tanıması ve yönetebilmesi ile ilişkilendirilen duygusal zekâyla mümkün olacağı belirtilmektedir (Yüksel, 2006: 74). Duygusal zekâ neoliberal emek piyasasında giderek önem kazanmaktadır. Küresel servetin önemli bir bölümüne sahip olan şirketlere danışmanlık yapan ve eğitim desteği veren kurumların önde gelen isimleri² duygusal zekânın yükselmesinin iş yaşamındaki başarıya olumlu etkisini vurgulamakta; duygusal zekâyı istihdamın merkezine yerleştirmektedir. Duygusal zekânın ve duygu yönetiminin eğitim alanında da önem kazandığı da iddia edilebilir. Sözelimi, 2020 Dünya Ekonomi Forumu’nda (Jobs Reset Summit) eğitimin tartışıldığı bölümde, eğitimin bilgi aktarımının ötesine geçip beceri gelişimine odaklanması gerektiği ifade edilmiş, duygusal beceriler; dijital ve sosyal becerilerin yanı

² Bu isimlerden birkaçı: Gemma Garcia Godall. (TEDxIESEBarcelona). (2018). How Emotional Intelligence Makes Leaders More Impactful. <https://www.youtube.com/watch?v=75obHtjUsG8&t=419s>. Danny Meyer, (2017). On the Six Qualities He Looks For in Employees <https://www.youtube.com/watch?v=Ei3nbq7pAqg>. Travis Dradberry. <https://www.forbes.com/sites/travisbradberry/?sh=408f96476928>. Travis Bradberry. (2016). Why EQ is more important than IQ. WOBI. <https://www.youtube.com/watch?v=vEjpiSUUQqg>.

sıra, geliştirilmesi gereken beceriler olarak vurgulanmıştır. Türkiye Milli Eğitim Bakanlığı'nın (MEB) hazırladığı 2019-2023 stratejik planına bakıldığında da, okul öncesi ve temel eğitimde yer alan bireylerin; fiziksel ve bilişsel gelişmelerinin yanı sıra, duygusal gelişmelerinin de amaçlandığı görülmektedir. Eleştirel düşünme ve problem çözme becerilerinin duygusal zekâyla ilişkilendirilmesi (Dutoğlu ve Tuncel: 2008; Karabulutlu vd, 2011: 77) de; kavramın eğitim alanında kazandığı önemi işaret etmektedir. Duygu yönetimi; istihdam ve eğitimin yanı sıra fiziksel bakımdan sağlıklı olmanın da ön koşulu olarak kabul edilmektedir. Çağdaş tıp bilimi; insan bedenini ve ruhunu bir bütün olarak gördüğü için; fiziksel sağlığın duygusal normallik düzleminde tartışılması ve fiziksel nedeni açıklanamayan hastalıkların psikolojik etkenlere bağlanması sık rastlanır hale gelmiştir (Kandemir ve Ak: 2013). Öte yandan, duygu yönetimi kavramı, neoliberal toplumda bireyin kendi duyguları ile kurması beklenen ilişkinin bireysel çıkarlar doğrultusunda yapılması gerektiğinin altını çizmektedir ve bu durum kendini şirket gibi yönetmesi gerektiği anlatısı ile sık karşılaşan birey açısından duyguların araç olarak kabul edilmesi riskini barındırmaktadır. Neoliberal toplumda yaşayan birey, duyguları; beden, bütçe ve zaman gibi yönetsel birimlerden biri olarak kabul etmeye ve bireysel çıkarları doğrultusunda duygusal özneleşmeye davet edilmektedir.

Duygu yönetimi, duygusal zekâ ve duygusal denge gibi kavramlar; duyguların rasyonel eyleme dâhil edildiği söylemin ana aktörleridir. Kavramların kendisi her ne kadar tekil bir duyguya gönderme yapmasa da duygusal denge (stabilizasyon); küresel eğitim politikalarının içine giren tanımıyla, sakin ve iyimser bir duygusallığa gönderme yapmaktadır³. Ünlü bir klinik psikoloğun kitabında verdiği duygusal denge tanımı da iyi hissetmeyi vurgulayan bir tanımdır. Davies (2019: 85), duygusal dengeyi; mutlu kabul edilebilecek bir ruh durumuna geçiş ve bu ruh halinde kalabilme olarak tanımlamaktadır. Amerikan Psikoloji Derneği (APA) resmi sitesine göre duygusal denge; sıklıkla değişmeyen, istikrarlı ve tahmin edilebilen bir duygusal durumdur. Bu tanım, olumlu duygulara gönderme yapmasa da, devamlılığı beklenen duyguların olumlu duygular olması muhtemeldir; depresyon, öfke veya üzüntü gibi duyguların devamlılığının sağlanması, kuvvetli ihtimalle, duygusal denge sağlanabilmesi olarak görülmeyecektir. Dolayısıyla, iyi hissetmenin; bedenimiz, sosyal ilişkilerimiz, iş ve eğitim yaşamımız açısından önemini vurgulayan söylem alanının bir şekilde yaşamımıza sızmayı başardığını inkâr edemeyiz. Kendini gerçekleştirme anlatısı ve bu anlatının merkezine yerleşen öz yönetim becerileriyle, neoliberal toplum; olumlu duyguların kutsandığı bir duygusal makro kozmos olarak bireyi iyi hissetmeye davet etmektedir. Toplumsal var oluşun adeta anahtarı olarak sunulan iyi hissetme; How (2016) tarafından da vurgulandığı üzere neoliberal toplumun hâkim duygu politikasıdır. Mutluluk, neşe ve keyif gibi duyguların kucaklandığı iyi hissetme anlatısı yaşamımıza yeni girmese de -bu duygular şüphesiz insanlık tarihi boyunca var olmuştur- neoliberal topluma özgü bir iyi hissetme anlayışından söz etmek mümkündür. Bu anlayışın öne çıkan birinci özelliği; tüketime kodlanmış olmasına rağmen, piyasa tarafından kulağına hep daha iyisini istemesi gerektiği fısıldandığı için, hiçbir tüketimle gerçekleşmeyeceği ima edilen paradoksal yönüdür. Neoliberal toplumun iyi hissetme anlayışının bir diğer özgün yanı ise, iyi hissetmenin; amaç olmanın yanı sıra, araçsallaşmış olmasıdır. İyi hissetmenin kendisi; girişimcilik özellikleriyle öne çıkarak maddi zenginliğe kavuşma vaadi veren bir piyasada, yaratıcılık becerisini geliştiren ve bireyin kısa vadede başarılı olmasına olanak sağlayan bir beceri gibi tanımlanmaktadır. Dean'e göre (2008: 67), böylesi bir tanımlama, neoliberalizmin, keyif ideolojisi olarak tartışılabileceği bir teorik zemini olanaklı hale getirmektedir. Yazara göre, dünya nüfusunun yalnızca %1'inin faydalandığı, milyarlarca insanı açlığa ve yokluğa sürükleyen neoliberal ekonomi; kazanmaktan da kaybetmekten de keyif alınması gerektiğini vurgulayan bir fantezi dünyasıdır. Gerçekte ne hissedildiğinden bağımsız, neoliberal toplum; bireyi iyi hissedilen özne olarak toplumsal kurumlara konumlanmaya davet etmektedir. Bu davet; olumsuz duygulardan arınma ve olumlu duyguları artırma vaadiyle çeşitli maddi ve/veya gayri maddi ürünler üreterek dev bir pazar haline gelen kişisel gelişimin söylem alanı aracılığıyla okunabilir. Enerji, frekans, aura, farkındalık, meditasyon, ruhsal arınma ve içsel yolculuk gibi kavramların öne çıktığı söylem alanı; çağdaş teknoloji sayesinde hemen her bireyin yaşamına bir şekilde sızmayı başarmaktadır. Belirli pratiklerin yanı sıra çeşitli tüketim nesneleri ve öğretilerin gün geçtikçe arttığı bu renkli dünyada birey; Purser'ın (2019) deyiimiyle, mutlu bir yaşama kavuşabilmek amacıyla saatlerce kuru bir eriğe bakarak zihnini boşaltmaya davet edilmektedir. Duyguların metalaştığı (Kart, 2011: 224) ve piyasanın adeta duygular pazarına dönüştüğü (Binkley, 2018: 591) neoliberal toplumda duygular; bireysel çıkar zemininde kar/zarar hesabının yapıldığı yönetsellik anlayışı çerçevesinde değerlendirilmektedir. Neoliberalizm Aksu'nun da vurguladığı üzere (2015: 88) yalnızca bir iktisadi politika ya da bir ideoloji değildir; belirli duygusal özelliklerin üretildiği bir kültürel çerçeve olarak da okunabilir.

³ Raporun tamamı: Social and Emotional Skills Well-being, connectedness and success, 2018.

[http://www.oecd.org/education/school/UPDATED%20Social%20and%20Emotional%20Skills%20-%20Well-being,%20connectedness%20and%20success.pdf%20\(website\).pdf](http://www.oecd.org/education/school/UPDATED%20Social%20and%20Emotional%20Skills%20-%20Well-being,%20connectedness%20and%20success.pdf%20(website).pdf)

3. YÖNTEM

Neoliberalizmi bir yaşam felsefesi olarak okumaya çalışan ve bu çerçevede öfkenin dolaşımını anlama çabasıyla yola çıkan bu nitel araştırma, araştırma tasarımı olarak bir durum çalışmasıdır. Araştırma konusuyla değil analiz birimiyle öne çıkan durum çalışmasında (Merriam ve Tisdell, 2016: 39) en önemli nokta; durumun sınırlarının çizilmesidir (Cresswell, 2013: 102). Durum (case) kavramı, herhangi bir; olayı, kişiyi, organizasyonu, kararı, eylemi ya da yeri ifade edecek kadar belirsizdir (Schwandt ve Gates, 2018: 600). Bu nedenle tek bir durumun ya da çoklu durumların derinlemesine betimlendiği ve durum temaları ortaya koyan araştırmalar durum çalışması olarak nitelendirilebildiği gibi araştırma sonucunda ortaya çıkan ürünün belirlenmiş duruma ilişkin temalar olduğu çalışmalar da durum çalışması kabul edilebilir (Cresswell, 2013:97). Kurth'un (2018) durum çalışması da bu araştırmaya benzer bir örnektir; anksiyete duygusunun negatif bir duygu olarak sınıflandırılmasını eleştirel bakış açısıyla sorgulayan bu araştırma belirli bir duygunun da bir durum olarak analiz edilebileceğini işaret etmektedir.

Analiz birimi kabul edilen öfkeyi; kendi söylem alanı içerisinde ve neoliberal yaşam felsefesi olarak tanımlanan kültürel çerçevede anlamaya çalışan bu nitel araştırma bir durum çalışması olarak okunmalıdır. Araştırma verileri; öfkeyi anlatan çeşitli yazılı (istatistik veri sunan raporlar, kitaplar, akademik araştırmalar ve gazete haberleri) ve görsel (film ve video) dokümanlardır. Araştırmanın veri toplama ve veri analizi süreçleri; temellendirilmiş kuram veya gömülü kurama benzer bir süreç olarak döngüsel bir ilişki içerisinde gerçekleştirilmiştir. Araştırmada kullanılan veri toplama yöntemi, kuramsal örnekleme olarak tanımlanabilir. Bu tür örneklemede veri toplama ve analiz süreci eş zamanlı yürütülür; toplanan veriler analiz edildikten sonra hangi verilere ihtiyaç duyulduğu belirlenir. Amaç; kurama ulaşmayı sağlayacak verileri toplamak ve toplanan verileri kuram doğrultusunda sınıflandırmaktır. Diğer bir deyişle; verilerin toplanması, analiz edilmesi ve temaları belirginleştirme sarmal gerçekleşir (Ilgar ve Ilgar, 2013: 208). Kuramsal örnekleme yöntemiyle veri toplanan bu araştırmada analiz edilen veriler sonucu ortaya çıkan temalar yeni toplanacak verilerin hangi kaynaklardan sağlanacağı konusunda belirleyici olmuştur. Araştırmanın ilk aşamasında, neoliberal yaşam felsefesi, duygusal makro kozmos (öne çıkan duygusal öznellikler) olarak okunmaya çalışılmış; toplanan verilerin analizi çerçevesinde oluşturulan temalar kullanılarak öfkenin dolaşımının hangi dokümanlar aracılığıyla okunabileceğine karar verilmiştir. Veri kaynağı olarak seçilen medya dokümanlarında kişisel gelişim alanının öne çıkması ve öfkenin bu dokümanlar aracılığıyla analiz edilmesinin yanı sıra, öfke yönetiminin araştırma kapsamına dâhil edilmesi kararı; neoliberalizmi anlatan dokümanların incelenmesi sonucunda verilmiştir. Öfkeye ilişkin toplanan veriler; akademik araştırmaların bulguları, öfke üzerine yazılmış kişisel gelişim kitapları⁴, dijital iletişimde öfkeyi anlatan görsel ifadeler, Türkçede öfkeyi anlatan deyimler, öfke ve saldırganlık arasında ilişki kuran gazete haberleri, öfke yönetimine yönelik tavsiye veren yazılı dokümanlar ve uygulama yapan kurumların varlığına ilişkin haberlerden toplanmıştır. Veri analizi sürecinde, öfkenin; neoliberal yaşam felsefesinde nasıl tanımlandığı, sınıflandırıldığı ve bu yaşam felsefesiyle bütünleşme noktasında ne tür öfkeli öznellikleri mümkün kıldığı sorularına cevap vermek üzere temalar oluşturulmuştur. Araştırma, öfkenin, neoliberal toplumda nasıl anlatıldığı ile sınırlıdır; tarihsel karşılaştırma yapılmamıştır. Her ne kadar belirli bir topluluğu ya da toplum tipini anlatmak için kullanılsa da; neoliberalizm, araştırmanın, kültürel çerçevesi olarak okunmalıdır. Bu çerçeve ise neoliberal rasyonellik söylem alanı zemininde okunan yaşam felsefesidir.

4. ÖFKELİ ÖZNEMLİKLER

4.1. Kültürel Evrimin Gerisinde Kalmışlık

Üçü olumsuz olarak kategorize edilen dört temel duygudan (mutluluk, mutsuzluk, korku ve öfke) biri olan öfke (Turner, 2007: 33), çağdaş toplumda da temel duyguların içinde kabul edilse de geçmişe kıyasla önemini ve değerini yitirmiş görünmektedir. Tehditle karşılaştığında bireyi uyarma ve ona güç, cesaret ve enerji verme özelliğiyle tanımlanan öfkenin (Yüksel, 2020, s. 672); çağdaş yaşama gelinmeden önceki süreçte doğaya hâkim olmaya çalışan ve yaşam mücadelesini çağdaş yaşama kıyasla fiziksel olarak daha zor koşullarda sürdüren insan önemli bir duygu olduğunu düşünmek anlamlıdır. Fiziksel mücadelenin yoğun yaşandığı (savaşlar ve vahşi

⁴ Aydın, İ. H. ve Değirmenci, C. H. (2016). *Öfke kontrolü ve motivasyon*. İstanbul: Girdap; Burns, D. (2016). *İyi hissetmek*. İstanbul: Psikonet; Childre, D. ve Rozman, D. (2021). *Dönüşüm Öfke*. İstanbul: Sola Unitas; Davies, W. (2019). *Öfke ve tahammülsüzlük*. İstanbul: Kuraldışı; Ellis, A. ve Tafra, R. C. (1998). *How to control your anger before it controls you*. Canada: Carol Publishing Group; Gibson, D. ve Tulgan, B. (2002). *Managing anger in the workplace*. USA: HRD Press; Osho (2020). *Duygusal Sağlık*. İstanbul: Butik; Puff, R. ve Seghers, J. (2021). *Öfke Kontrol Rehberi*. İstanbul: Olimpos; Tafra, R. C. ve Kassino, H. (2019). *Anger management for everyone*. Oakland; Impact Publishers.

hayvanlarla başa çıkabilme gibi) tarihsel dönemlerde, insan bedeninde salgıladığı hormonlarla “savaş ya da kaç” etkisi oluşturan (Davies, 2019: 119) öfkenin; tehlikelerden korunmaya yönelik uyarma özelliği bakımından bedensel enerji sağladığı kabul edilebilir bir iddiadır. Kabul edilebilecek bir diğer iddia ise; çağdaş bireyin, mücadelesini, ağırlıklı olarak zihinsel olarak sürdürmekte olduğudur. Diğer bir deyişle, tarihsel öncüllerine kıyasla, çağdaş insanın, doğanın vahşi koşullarıyla fiziksel mücadelesinin (endüstriyel ve teknolojik gelişim dikkate alındığında) daha az olduğu var sayılabilir ve öfkenin, geçmişe oranla değerini yitirdiği iddia edilebilir. Izard (1978: 33), etolojistlerin, bu durumu, kültürel evrim ve biyolojik evrimin farkı olarak açıkladığını vurgulamaktadır. İnsanın öfkeye ihtiyacının azalması, onlara göre, kültürel evrimin hızının biyolojik evrimin hızına attığı farktan kaynaklanmaktadır. Öfkeyi anlatan çağdaş metinlerin çoğu; öfkenin dış nedenlerden kaynaklanmadığını, bireyin kendi düşünce biçimiyle ilişkili olduğunu vurgulamaktadır (Aydın ve Değirmenci, 2016: 43; Burns, 2016: 168-169; Davies, 2019: 153; Puff ve Seghers, 2021: 84; Taffrate ve Kasinove, 2019: 10-11). Öfkenin ortaya çıkışı; duygusal zekâ kullanamama, ön yargılı olma, analitik düşünememe, zihinsel çarpıtma, durumu abartma ve ahlak temelli yargılayıcı düşünceler gibi nedenlerle açıklanmaktadır.

Öfkenin, ortaya çıktığı durumlarda, düşünen akılla mücadele ettiği ve mücadeleyi kazanması durumunda düşünen akılı devre dışı bırakabileceği kabulü; çağdaş öfke söyleminde önemli bir yere sahiptir. Öfke ve akıl arasında ilişki kurulması çağdaş topluma özgü olmasa da - Seneca (2020: 5-7) yüzlerce yıl öncesinde öfkeyi delilik olarak tanımlamaktaydı- kurulan ilişkinin içeriğinde değişiklik olduğu iddia edilebilir. Seneca'nın öfke tasvirlerine baktığımızda, öfkeli insanı; anormal, korkunç ve iğrenç olarak tanımladığını görebiliriz. Bu tasvirler öfkeye masalsi/mitolojik bir içerik kazandırmakla beraber öfkeyi bir güdü olarak işaret etmektedir. Delilik olarak tanımlanmıştır çünkü davranış bakımından kural tanımazlığı ve tahmin edilemezliği ifade eder. Çağdaş toplumda ise öfke delilik olarak tanımlanmamaktadır. Öte yandan, Davies'e göre (2019: 10-11) öfke, insan beyninin amigdala adı verilen bölümüyle ilişkilidir. Bu bölüm yazara göre insanın tarihsel evrimi kadar eski olduğu için ilkel beyin olarak da adlandırılmaktadır. Amigdala öfkelenen birey için tehliktir çünkü tüm kontrolü ele geçirebilir ve düşünen beyni devre dışı bırakabilir. Nitekim öfke patlaması olarak tanımlanan durum, yazar tarafından, amigdalanın düşünen beyni askıya alması olarak tanımlanmaktadır. Seneca'nın delilik olarak tanımladığı öfke, anlaşılana göre, çağdaş toplumda ikelliğin göstergesine dönüşmüştür. Öfkenin bireyin kurumsal ilişkilerine yönelik ciddi bir tehdit barındırmakta olduğu; pek çok yazılı veya görsel tasvirinde işaret edilmektedir. Sözgelimi Burns (2016: 178) öfkeli kişiyi, fiziksel saldırıya hazır ve vazgeçirilmesi zor bir bulldog köpeğine; Yüksel (2020: 372) ise öfkenin kendisini patlamaya hazır bir yanardağa benzetmektedir. Juna Mustad'a (2019) göre öfke, aracın şoför koltuğuna oturmaya çalışan dört yaşında bir çocuğa benzer; ne onu bagaja kapatmak ne de aracı sürmesine izin vermek iyi bir fikirdir. Türkçede sık kullanılan deyimlerin de öfkeyi vahşi ve saldırgan bir duygu olarak öne çıkardığını söyleyebiliriz. Türk Dil Kurumu internet sitesine göre “öfkeden kudurmak”, “burnundan solumak” ve çok öfkelenmek anlamına gelen “ağzı köpürmek” gibi deyimler bunlardan birkaçıdır. Görsel tasvirler incelendiğinde de öfkenin genellikle şiddete meyilli bir duygu olarak tanımlandığı anlaşılmaktadır. Öfke kontrolü üzerine Parkes ve Beatty (2020) tarafından yazılmış bir çocuk kitabında; mutluluk gülen bir güneş olarak, öfke ise kaşları çatık bir ateş topu olarak resmedilmiştir. Kitap; öfke duygusunun verdiği hissi patlamak üzere olan bir yanardağ veya kaynamak üzere olan bir su ısıtıcısı gibi benzetmelerle anlatılmaktadır. Aydın ve Değirmenci (2016) tarafından yetişkinlere yönelik yazılmış bir öfke kontrolü kitabının kapağında kaşlarını çatmış öfkeli bir insanın karşısındaki kişinin yakasına yapışmış olarak tasvir edildiği, Davies'in (2019) yazdığı öfke kontrolü kitabında ise; kırılmış bir resim çerçevesi görselinin tercih edildiği görülmektedir. Dijital iletişimde sık kullanılan yüz ifadesi sembollerine bakıldığında da benzer şekilde kızgınlık ve öfke sembollerinin genellikle kırmızı renkli, kaşları çatık veya kulaklarından duman çıkanlar yüz ifadeleri olduğu görülmektedir. Neredeyse tüm yazılı ve/veya görsel tasvirler; öfkenin fark edilebilir fiziksel değişimlere neden olduğunu vurgulamanın yanı sıra, kontrol edilemez bir güç ve tehlikenin varlığına dikkat çekmektedir.

Düşünebilen akla mani olması yani ilkel beyinle ilişkilendirilmesi; öfkenin kültürel evrimin gerisinde kabulünü mümkün kılarak vahşilik ve saldırganlık tehdidine yönelik iddiayı güçlendirmektedir. Bu iddia ise, öfkenin, uygarlık kavramı bakımından sorunlu olarak değerlendirilebileceği bir tartışmanın kapısını aralar. Son birkaç yüz yıldır Batılı toplumlar tarafından kullanılan bir bilinç düzeyi olan uygarlık; öfkeyle arasına mesafe koymaktadır. Aslında uygarlık kavramının kendisi; toplumsal gelişim, ilerleme, evrim gibi ideolojik tartışmaların odağında bulunmaktadır. Uygarlık; davranış ve ruh bakımından insanın tarihsel evrimini belirli bir düzeyde idealize etmeye çalışan bir

ölçüttür ve bu ölçüte uygun düşmeyen toplumlari; ilkel, gelişmemiş, uygarlık dışı gibi özelliklerle tanımlamayı meşru hale getiren tartışmalı bir kavramdır (Elias, 2004: 73-75). Uygarlığın, kültürel evrim ve gelişmişlik düzeyi çerçevesinde sunduğu ruhsal içerik; öfkeyi bu çerçevenin dışında tutmaktadır. Öfke, uygarlık dışı davranışlara sebebiyet verebilecek potansiyele sahip bir duygu olarak sunulmaktadır. Dolayısıyla öfke; rasyonel akıl kullanılarak yönetilmesi gereken bir duygu olarak kabul edilmektedir. Çağdaş birey; ilkel, vahşilik ve saldırganlık düzeyinde uygarlık dışı zemine sürüklenmemek için öfkesini akıllı yoluyla yönetmeye davet edilmektedir. Öfke, uygarlığın ruhsal içeriğinden dışlanmıştır. Bu dışlanmışlık öfkenin çağdaş toplumda dolaşımını anlamak için önemli bir dinamiktir; bireyin duygusal öznellik bakımından tabi kıldığı düzenleme ve denetlemenin varlığını işaret etmektedir. Birey; öfkeyi kontrol altına almanın ve yönetmenin aslında bir toplumsal uyumlanma biçimi olduğuna ikna edilmektedir. Gelişmişlik zemininde meşru kılınan öfke yönetimi neoliberal bireye sunulan yaşam bilgisine içkin bir izlek olarak okunabilir. Ancak bu izlek kendi içerisinde tartışmalı bir niteliğe de sahiptir. Öfkenin, rasyonel aklın çalışmasına mani olarak bireyi; saldırgan, vahşi ve uygarlık dışı davranışlara sürükleyebileceğini vurgulanmasına rağmen, diğer taraftan, rasyonel akıl tarafından yönetilmesi gerekliliğinin altının çizilmesi çözümü zor bir paradoks gibi görünmektedir. Çözüm; bireyin kendini sürekli yeniden ürettiği yaşam boyu öğrenme ve gelişim sürecini işaret etmektedir. Birey; Giddens'ın (2019: 78) benliğin refleksif yorumlanması adını verdiği sürece davet edilmektedir. Diğer bir deyişle, yaşamın her alanında kendini yeniden üretmeye ve dönüştürmeye yönelik; öz farkındalık, öz düzenleme ve öz denetleme süreçlerini; öfke zeminine taşımaya ve kendi öfkesiyle bu süreçler çerçevesinde ilişki kurmaya davet edilmektedir.

4.2. Saldirganlık ve Şiddet Tehdidi

Öfke patlaması; öfkenin kontrol edilemediği ve duygusal öznenin şiddet ve saldırganlık davranışları sergileyebileceği bir durum olarak tanımlanmaktadır (Davies, 2019: 10-14). Öfke krizi olarak da adlandırılabilen bu durum; bireyin tehlikeli bir güce sahip olduğunu işaret etmektedir (Puff ve Seghers, 2021: 192). Bir adı da öfke nöbeti olan yoğun öfke halinin; insana bedensel enerji ve güç verdiği kabul edilmektedir (Davies, 2019: 7; Izard, 1978: 331; Osho, 2020: 128; Taffrate ve Kassinove, 2019: 12;). Aydın ve Değirmenci (2016: 76) kontrol altına alınmayan öfkenin adeta bir fırtına gibi geçtiği yerde yıkıma yol açabileceği uyarısını yapmaktadır. Öfke halinde sahip olunabilen yoğun bedensel enerjiyi vurgulayan bu anlatı; öfkeli özneyi; sözlü ve/veya fiziksel saldırıda bulunan özne olarak kurgulamaktadır; yani söylem aracılığıyla; yoğun öfke, şiddete meyilli ve saldırgan bir duygulanım olarak öne çıkmaktadır. Öfkeli öznenin potansiyel şiddet faili olarak kurgulanabilmesindeki iki temel unsurdan biri ilkel beyine tanımlanan rasyonel düşünmeyi engelleyebilme kapasitesidir. Öfkeli öznenin davranışsal kontrolü kaybetmesini adeta olağanlaştıran bu kapasite; faili, kendini kaybetme anlatısı aracılığıyla, davranışsal sorumluluğundan azat etmektedir. Şiddet failinin öfke mağduru olarak konumlanabildiği bir duygulanım bölgesi sunan bu anlatı; suç ve öfke kontrol sorunu arasında ilişki kuran araştırmaların (Eroğlu ve İrdem, 2016: 23; Ersen ve diğerleri, 2011: 228; Görgülü ve Öntaş, 2013: 75) bulguları tarafından da desteklenmektedir. Şiddet ve saldırganlık suçlarını, öfke kontrolü zemininde bireysel bir sorun olarak neoliberal toplumun öz yönetim felsefesiyle bütünleştiren bu anlatı; şiddet suçunun toplumsal arka planını maskeleyen işlevine sahiptir. Bireysel bir beceri olarak öne çıkan öfke kontrolü, şiddet ve saldırganlığın da bireysel bir sorun olarak kabul edilebilmesine olanak sağlar. Öfkeyi saldırganlık ve şiddet zemininde tartışabilmeyi sağlayan bir diğer unsur ise öfkelenmenin; çoğu zaman gerçek dışı bir haksızlığa ilişkin bir değerlendirme içerdiği (Burns, 2016: 176; Davies, 2019: 8; Yüksel, 2020: 673) kabulüdür. Bu kabul; öfkeli öznenin kendini haklı görmesini öfkenin doğasında var olan bir özellik gibi tanımlaması bakımından tartışmalıdır. Hak ve haksızlık konusunda yargıların göreceli olduğu kabul edilebilir; ancak bu yargıların kısmen de olsa kültürel olarak şekillendiği görmezden gelinmemelidir.

Şiddet, saldırganlık ve suçun bireysel öfke kontrol sorunu olarak tanımlanabilmesine olanak sağlayan ve haksızlığa ilişkin bireysel yargılarla açıklayan öfke söylemi; "şiddetin sebebi öfke patlamasıdır" gibi basit bir nedensellik ilişkisi içerisinde, "kime yönelirse yönelin şiddet şiddettir" gibi politik bağlamın göz ardı edildiği bir şiddet tartışmasını mümkün kılmaktadır. Bu tartışma; şiddetin, öfkenin sonucu olduğu ve öfke yoğunluğu nedeniyle kendini kaybetmiş öznenin her türlü şiddet eylemini gerçekleştirebileceği kabulüne zemin oluşturmaktadır. Dolayısıyla, öfkenin; iktidar ilişkileri içerisinde eklenme biçimleri yok sayılmaktadır. Kadın cinayetleri vakalarının bu tür bir yok saymayı işaret ettiğini söyleyebiliriz; erkeğin öfkeli öznelmesi, bu vakalarda rasyonel biçimde sunularak, öfke ve kurumsal otorite arasındaki ilişkiye kültürel sınırlar çizmektedir. Türkiye'de kadın cinayetleri

vakalarını sunan haberler⁵ incelendiğinde, öfkelenmenin; erkek fail açısından önemli bir savunma mekanizması olarak öne çıktığı anlaşılmaktadır. Sadakatsizlik şüphesi, boşanmadan sonra kadının başka biriyle evlenmek istemesi veya kadının eşinden tiksindiğini ifade etmesi gibi durumlar; haksız tahrik nedeniyle ortaya çıkan öfke patlamasının cinayete sebep olduğu hukuki bir tartışmayı mümkün kılmaktadır. Öfke nedeniyle kendini kaybetme gerekçesi, yargılama sürecinde, eylemin tasarlanmadan gerçekleştirildiği yönünde bir kanaat oluşmasına ve failin cezai indirimden faydalanmasına neden olmaktadır. Türk Ceza Kanunu'nun 81 ve 82. Maddeleri; öldürme eyleminin önceden tasarlanması durumunda, fail, tasarlamadan işlenen cinayetlere oranla daha fazla ceza tanımlamaktadır. Ayrıca 85. Maddede; taksirle gerçekleşen öldürme eyleminin hukuken kabul edilmesi halinde failin 2-6 yıl arası ceza alacağı yer almaktadır. Bu noktada, erkek fail; aniden aşırı öfkelenildiğini ve yaptığının farkında olmadığını ifade ettiği ve ifadesinin aksini ispatlayacak herhangi bir tanık veya delil bulunmadığı takdirde, öldürme eylemine yönelik daha az ceza alması olasıdır. Öfkeli özneleşme, kültürel kabul eşikleri çerçevesinde meşru zemine oturtulduğu takdirde ise erkek fail haksız tahrik indiriminden faydalanabilecektir. Erkeğin kadına öfkelenmesinin hangi durumlarda olağan karşılanabileceğini içeren bir öfkelenme senaryosu bu noktada devreye girer. Kurbanın, hayatta olmadığı için kendini savunamayacağı kadın cinayeti vakaları, dolayısıyla, erkek öfkesinin toplumsal cinsiyet rolleri çerçevesinde yapılanan iktidar ilişkileri içerisinde kurgulanarak yeniden üretildiği ve meşrulaştığı bir tartışma zeminine sürüklenir. Erkek failin haksız tahrik indirimi aldığı yargı kararları; öfke ve otoritenin ağır basan eril karakterine dikkat çekmenin yanı sıra, öfkeli özneleşmenin kültürel sınırlarını da işaret etmektedir. Erkek failin, kadına yönelik; sadakatsiz davranışlarda bulunma, hane içi sorumluluklarını aksatma veya evliliği sonlandırma talebinde bulunma gibi suçlamalar çerçevesinde bir öfkelenme senaryosu sunması ve cezai indirim kazanması; öfkenin kurumsal otoriteye eklemlenen yapısını anlamaya olanak sağlamaktadır. Öfke; kurumsal otoriteyi elinde bulunduranların konumlanabileceği duygulanımsal bölge olarak kurgulanmakta, öfkelenme hakkı; toplumsal cinsiyet eşitsizliği çerçevesinde, kadını mülkiyeti olarak görme zihniyetiyle bütünleşen eril karakterde bir hakka dönüşmektedir.

Nussbaum (2016: 43-44); eril güç gösterme ve öfke arasındaki yakın ilişkiye dikkat çeker ve Amerikan toplumunda özellikle sporcular ve politikacılar gibi belirli meslek türlerinde; öfkesizliğin, zayıflık anlamına geldiğini vurgular. Aslında bu kabulün tarihsel bir dayanağı olduğu da iddia edilebilir; antik dönemin eril tanrılarının gazabı ve savaşçı kültürlerin eril öfkenin önemini vurgulayan tarih anlatısı (Potegal ve Novaco, 2010) gibi örnekler bu iddiayı destekler niteliktedir. Nitekim Antik Yunan'da savaşmadığı için zayıf kabul edilen ve öteki olarak konumlandırılan kadın; savaşabilen öfkeli eril gücün karşısına tarihsel olarak kurgulanmıştır (Durmuş, 2014: 131). Tüm bu örneklerden yola çıkıldığında, öfkeli özneleşmenin; kurumsal otoriteye bağlı gücün sergilenmesindeki rolünü yadsıyamayız. Kurumsal ilişkiler bağlamında, bireyi toplumsal uyumlanmaya götüreceği yolun, sınırları önceden belirlenmiş duygulanım bölgelerine konumlanmak olduğu varsayımı üzerinden düşündüğümüzde; kadın cinayetleri ve/veya kadına yönelik şiddet vakalarının faili olan erkekler açısından, öfkeyi, bireyin kendi rızasıyla konumlandığı bir duygulanım bölgesi olarak kabul edebiliriz. Bu kabul ise bizi, öfkenin, neoliberal rasyonellik anlayışıyla bütünleştiği uğrak noktalarından birine ulaştırır.

4.3. Öfke Yönetimi

Farklı becerileri içinde barındıran öz yönetim kavramının; neoliberal yaşam felsefesinde yerini sağlamlaştırmakta olduğunu ve duygu yönetiminin; öz yönetim becerileri içerisinde önemli yer tuttuğunu söyleyebiliriz. Bu noktada neoliberal toplumda insan duygularının; doğal ve yaratılışa ait bir şeylermiş gibi görülmekten ziyade üzerinde çalışılarak geliştirilebilecek beceriler olarak kabul edildiğini iddia etmek mümkün olur. Birey, kendi duygularının yöneticisi olmaya davet edilmekte; aslında duygularını bireysel çıkarlarına ulaşmak amacıyla kullanabileceği araçlar olarak kabul etmeye yönelmektedir.

Duygu yönetimi; Bireysel çıkarlara yönelik duyguları etkin kullanabilme üzerine sürekli bilgi üreten ve giderek zenginleşen bir söylem alanıdır. Öte yandan duygu yönetimi, aynı zamanda duygusal öznenliğin kabul edilebilir biçimleri konusunda bireye yol gösteren bir izlek olarak da okunabilir. İnsan duygularının olumlu ve olumsuz

⁵ Bazı gazete haberleri: Kadın cinayetine gerekçe: Bir anlık öfke. Evrensel. Erişim Adresi: <https://www.evrensel.net/haber/335555/kadin-cinayetine-gerekce-bir-anlik-ofke>; Kadınlar hangi bahanelerle öldürülüyor? Katiller için nasıl ceza indirimi uygulanıyor? Euronews. Erişim Adresi: <https://tr.euronews.com/2019/08/23/kadinlar-hangi-bahanelerle-olduruluyor-katiller-icin-nasil-ceza-indirimi-uygulaniyor>; Fulya Özdemir cinayetinde karar! Mahkeme haksız tahrik deyip... Milliyet. Erişim Adresi: <https://www.milliyet.com.tr/gundem/fulya-ozdemir-cinayetinde-karar-mahkeme-haksiz-tahrik-deyip-2802183>; Katil Zanlısına Haksız Tahrik İndirimi. Erişim Adresi: <https://www.haberler.com/katil-zanlisina-haksiz-tahrik-indirimi-14084235-haberi>.

olmak üzere sınıflandırıldığı bu söylem alanında; olumsuz duyguların beden ve ruh sağlığı bakımından neden olabileceği zarara ilişkin uyarılarla ve bu tür duygularla baş edebilme stratejileri konusunda üretilen zengin bir içerikle karşılaşmak gündelik yaşamın neredeyse her alanında mümkün hale gelmiştir. Duygu yönetimi, yaşamın çeşitli alanlarına yayılan ve giderek zenginleşen bir anlatı zemini olarak olumlu duygulara sahip olmayı başarılı toplumsallaşmanın anahtarı olarak işaret etmektedir. Olumlu duygular; sağlıklı olmanın ve başarılı toplumsal ilişkiler kurabilmenin ve yaşam kalitesini artırmanın anahtarı olarak görülmektedir (Poggi ve Germani, 2003: 468). Duyguları yönetmek ve olumlu duygulara sahip olmak mutlu olmanın anahtarı olarak da tanımlanmaktadır (Akçay ve Çoruk, 2012: 20). Öfke kontrolü veya öfke yönetiminin duygu yönetimi becerileri içerisindeki yerini bu çerçevede anlamak gerekir. Öfkenin kontrol altına alınması ve yönetilmesi; öfkeye ilişkin üretilen bilgi üzerine inşa edilen bir beceri olmanın yanı sıra, olumlu duyguların önemini vurgulandığı neoliberal yaşam felsefesinde, neoliberal toplumun öfke ile arasına koyduğu mesafe olarak da okunabilir.

Amerikan Psikoloji Derneği'ne göre (APA) öfke yönetimi; terapi ve danışmanlık hizmetleriyle verilebilen teknikleri ifade etmektedir. Bu teknikler; öfkenin uygun biçimde ifade edilmesi ve öfke nedeniyle oluşabilecek uygunsuz davranışların kontrol edilebilmesine yöneliktir. Öfkeyi yönetmenin bir diğer amacı ise öfkenin neden olabileceği fizyolojik belirtilerin azaltılması olarak tanımlanmaktadır (Pashupati ve Dev, 2011: 10). Hollenhorst'a göre (1998: 55), öfke yönetimi; tetikleyebilecek durumlarla karşılaşıldığında öfke duygusunun kontrol altına alınmasını öğrenmektir. Öfke yönetimi istihdam açısından da giderek önemli hale gelen bir beceri olmaktadır; iş veriminin artırılmasına yönelik farklı meslek gruplarına yönelik kurumsal politikalara dâhil edildiğini söyleyebiliriz⁶. Öfke yönetimi, eğitim politikaları içerisinde de yerleşmeye başlamıştır; Milli Eğitim Bakanlığı'nın hazırladığı rehber öğretmen kılavuzunda (MEB, 2015), öfke ile baş etme becerilerinin güçlendirilmesi; rehber öğretmenin vereceği danışmanlık hizmetleri içerisinde göze çarpmaktadır. Suçla mücadele de öfke yönetiminin yerleştiği bir başka alan olarak tanımlanabilir; Türkiye Cumhuriyeti Adalet Bakanlığı Denetimli Serbestlik Daire Başkanlığı (DENGİ) tarafından hazırlanan Gençlere Yönelik Öfke Yönetimi Becerileri Eğitim Kitapçığı'na bakanlığın resmi sitesinden ulaşmak mümkündür. Tüm bu örnekler, bir yandan öfke kontrolü ya da diğer adıyla öfke yönetiminin neoliberal toplumda önemli bir sosyal talep haline geldiğini, diğer yandan ücret karşılığında alınabilecek bir hizmet olarak duygulanım piyasasının önemli bir ürününe dönüştüğü iddiasını mümkün kılmaktadır. İnternet arama motoruna öfke kontrolü eğitim programı yazıldığında, bu konuda ücretli eğitim veren pek çok klinik veya sürekli eğitim merkezi bulabilmek mümkündür⁷. Bu merkezlere ait internet siteleri incelendiğinde; programlarının çoğunlukla teorik eğitim olarak yürütüldüğü ve ücret karşılığı bu eğitimi satın alanlara sertifika verilmekte olduğu anlaşılmaktadır. Hatta Koç Eğitim Merkezi internet sitesinde bu eğitim programına katılanları "kursiyer" olarak tanımlanmaktadır. Bu örnekler, öfke yönetiminin, neoliberal toplumun yaşam felsefesi içerisinde önemli yeri olan yaşam boyu öğrenme ile ilişkisini ortaya koymaktadır. Öfke yönetimi bu politikanın hedef becerilerinden biri olarak öne çıkmaktadır. Birey; bu modele ulaşabilmek için öfke ile rasyonel bir ilişki kurmaya davet edilmektedir. Dolayısıyla, neoliberal toplumun duygusal öznesi, bu politika çerçevesinde kendini düzenlemeye, denetlemeye ve üretmeye yönelmektedir. Kişisel gelişim adı altında piyasaya sürülen ve her geçen gün çoğalan ürün ve/veya hizmetlerin bireyi bu izleği takip etmeye ikna eden önemli aktörler olduğunu kabul edebiliriz. Kişisel gelişim; öfke kontrolü veya yönetimine yönelik kendini geliştirme vaadiyle tüketicisine pek çok ürün sunmaktadır. Bunlar içerisinde kitaplar, çeşitli internet kaynakları ve cep telefonu uygulamaları gibi ürünler bulabilmek mümkündür. Tüketicisine öfkeyi değerlendirme, düzenleme ve kontrol altına alma vaadiyle çeşitli uygulamalar öneren bu ürünler incelendiğinde üç temel unsurun öne çıktığı anlaşılmaktadır. Giddens (2019) tarafından refleksif benlik tasarımı olarak tanımlanan alt başlıklara benzer biçimde, bu unsurlar; öz farkındalık, fayda-maliyet analizi ve beden denetimidir.

Öz farkındalık öfke yönetiminin genellikle ilk aşaması olarak tanımlanmaktadır. Gelişim göstermek isteyen bireylerin öncelikle öfkeyle yaşadıkları sorunların gerektiği vurgulanmaktadır. Konuya yönelik yazılmış kitaplarda öfke sorununu tespit etmeye yönelik uygulamalar önerildiği anlaşılmaktadır. Önerilen uygulamalar; bireyin öfkeli özleşme süreci üzerinde düşünmesi ve bu süreç içerisinde kendisini gözlemlemesine yöneliktir. Öz farkındalık

⁶ Öfke kontrolüne yönelik hizmet içi eğitim verilen meslek gruplarına birkaç örnek: Tıp fakültesi, bakanlık, göç idaresi çalışanları; üniversite personeli ve otobüs şoförleri (www.medicine.ankara.edu.tr, aregem.ktb.gov.tr, konya.goc.gov.tr, personel.bartin.edu.tr, www.kayseri.bel.tr).

⁷ Öfke kontrolü eğitimi ücret karşılığı satan merkezlere birkaç örnek: Medaim Yanık (www.medaimyanikklinigi.com), BİGEM (<https://bigem.online>), Madalyon Klinik (www.madalyonklinik.com), Ömür Boyu Eğitim (<https://www.omurboyuegitim.com>) ve Hülya Gürdamar Kişisel Gelişim Merkezi (<http://hulyagurdamar.com>).

geliştirmeye yönelik yaygın kullanılan yöntemlerden birisi; nicel ölçüme benzer şekilde, göstergeler üzerinden öfke sorununun ortaya çıkarılmasıdır (Burns, 2016: 163-166; Davies, 2019: 23; Puff ve Seghers, 2021: 11). Öfke deneyimi üzerine düşünmek ve öfke günlüğü tutmak gibi yöntemlerle öfkenin nedenini düşünmek ve öz eleştiri yapmak da tavsiye edilmektedir (Aydın ve Değirmenci, 2016: 39; Childre ve Rozman, 2017: 32; Davies, 2019: 101-114; Osho, 2020: 128). Öz farkındalık geliştirmenin, öz değerlendirme ile mümkün olduğu anlatısı; öfkenin; duygudan ziyade, düşünce ve davranış örüntüsü olarak öne çıkması olarak yorumlanabilir. Çünkü birey; bu noktada öfkeli özne olarak toplumsallaşma sürecini değerlendirmekte; diğer bir deyişle, öfkeli özneleşmenin toplumsal kabul eşiklerini, öfkenin normallik ölçütlerini düşünmeye yönelmektedir. Dolayısıyla öfke kontrolüne yönelik öz farkındalık uygulamaları eğitici bir işleve sahiptir. Bu uygulamalar tarafından sunulan göstergeler; öfkeli öznenin toplumsal sınırlarını işaret ederek, sınır ihlalinin toplumsal yaşamda neden olabileceği sorunlar açısından bireye yol göstermektedir. Yaşanabilecek sorunlara vurgu, aslında aynı zamanda öfke kontrolünün başarılı toplumsallaşma açısından önemine yapılan vurgudur. Ayrıca bu vurgu bireyin öfke kontrolünü yaşam boyu öğrenme-kişisel gelişim-başarılı toplumsallaşma gibi bir zeminde anlamasına yönelik olarak da okunabilir; böylece birey kişisel gelişim ürününün hayati değerine de ikna edilebilir. Öz farkındalık Giddens'in (2019: 102) deyişimiyle benlik tasarlama felsefesiyle bütünleşen bir yön kazanır; çünkü birey öfkeyi dert edinmeye ve öfkeyle kurduğu ilişkiyi anlamlandırarak yeniden yapılandırmaya yönelecektir. Giddens'in vurguladığı üzere, refleksif çaba; psikolojik süreçlerin daha doyurucu ve tutarlı bir kimlik duygusu inşa etmek amacıyla kullanılan çabadır. Öz farkındalık da böylesi bir çaba olarak düşünülebilir; birey bu aşamada adeta kendi kendine terapiye yönelmektedir.

Fayda-maliyet analizi, öfke kontrolüne yönelik yapılan uygulamalarda önemli bir yere sahiptir. Bu alanda uygulanan fayda-maliyet analizi, yatırım değerlendirme amaçlı kullanılan modele (Şataf, 2014: 121) benzer bir değerlendirme sürecidir. Maliyet belirleme; öfkeyi tetikleyecek bir olay veya durumla karşılaştığında öfke nedeniyle yaşayabileceği olası kaybı öngörmedir. Bundan sonraki aşamada ise birey, öfke yönetimini gerçekleştirdiği takdirde elde edeceği kazanımı hesaplar. Maliyet ve kazanım arasındaki farkı tespit ettikten sonra, kazanım maliyetten yüksek ise proje uygulamaya konulur. Dolayısıyla öfke yönetimi, bir yatırım projesi olarak kabul edilir; bireyin bu yolla kısa ve/veya uzun vadeli kazanımlar elde edeceği vaat edilmektedir. Bu uygulamayı öneren yazarlar sıklıkla öfkenin maliyetinin kurumsal ilişkiler açısından ağırlığına vurgu yapmakta ve öfkeyi yönetmenin gerekliliğinin altını çizmektedir (Childre ve Rozman, 2021: 60-61; Elise-Snipes: 2016; Puff ve Seghers, 2021: 156-157). Fayda-maliyet analizi bir tür risk hesaplama yöntemi olarak kabul edilebilir. Olası risklerin hesaplandığı bu uygulama; akla Ulrich Beck'in (2014: 24-25) "risk toplumu" kavramında kullandığı risk tanımını getirmektedir. Yazara göre, sanayi toplumu öncesi risk; cesaret ve macerayı çağrıştırmakta iken sanayi toplumu sonrasında kavrama atfedilen tehlike olarak değişmiştir. Öfke kontrolüne yönelik fayda-maliyet analizinde de riskin tehlike anlamında kullanıldığı söylenebilir; maliyet, risklere, yani kontrol edilemeyen öfke nedeniyle yaşanabilecek kayıplara gönderme yapmaktadır. Kayıplar ise yalnızca bireyin ruh ve/veya beden sağlığı açısından değil, bireyin toplumsal var oluşu açısından da ciddi kayıplar olarak tanımlanmaktadır. İstihdam kaybı ve suça bulaşma gibi risklerin yanı sıra, öfke kontrolü yapamayan birey; yetişkin statüsünü kaybetme ve uzlaşmacı olarak kabul edilmeme gibi riskleri de göze almak zorunda kalacaktır. Aslında birey bu riskleri görmezden gelme hakkına sahiptir ancak önlem almaya rıza göstermesi toplumsal uyumlanma merkezlidir. Öte yandan fayda-maliyet analizinde, öfkenin, hesaplı kullanılması gereken bir kaynak olarak tanımlanması ve maliyetin ağırlığının, kaynağın doğru kullanımına yani öfke yönetimine bireyi ikna eden faktör olarak öne çıkması düşündürücüdür. Ayrıca bu uygulamanın öfkenin tanımsal özellikleriyle çelişen bir uygulama olduğu söylenebilir; tehdit veya tehlike anında ortaya çıktığı ileri sürülen bir duygu olarak tanımlanan öfkenin; kontrolüne yönelik, olası tehlikenin hesaplanması dikkat çekicidir.

Öfke yönetimine ilişkin alan yazında beden denetimi de önemli yer tutmaktadır. Beden denetimi; öfke nedeniyle ortaya çıkması olası kabul edilen bedensel sorunların çözümü amacı taşımaktadır. Bazı yazarlar (Ergür, 2015; Eroğlu ve İrdem, 2016: 32; Kathiravan ve Bhagavatham, 2019: 8), öfke anının yatıştırılmasına yani öfkeli bedenlerin denetlenmesine yönelik; yoga, akupunktur, meditasyon, nefes teknikleri ve kas gevşetme gibi uygulamalar önerilmektedir. Ayrıca beden denetimi, öfkeye neden olma potansiyeli yüksek olduğu düşünülen yaşam biçimlerinin denetlenmesi ve düzenlenmesine yönelik tavsiyeler içermektedir. Beslenme, egzersiz ve uykunun yanı sıra ve kafein gibi maddelerin tüketimini sınırlandırma ile ilişkilendirilen öfke yönetiminin (Davies, 2019: 233-246; Puff ve Seghers, 2021: 306-323) bedensel farkındalık ve gözetim gerektirdiği sıkça

vurgulanmaktadır. Bütünsel sağlığın her anlamda dengeli bir yaşam kurmak anlamına geldiğinin altı çizilmekte, beden ve ruhun uyumlu bir bütünlük olarak çalışması gerekliliği işaret edilmektedir. Öfke her ne kadar normal bir duygu kabul edilse de (Aydın ve Değirmenci, 2016; Davies, 2019; Eroğlu ve İrdem, 2016; Solomon, 2007) ruhsal ve/veya bedensel denge kavramına zıt konumlandırılmaktadır. Öfkenin rasyonel yönetilmemesi ruhsal ve bedensel tehdit olarak öne çıkmaktadır. Öfkeli öznenin fizyolojik değişimini tanımlayan ilgili alan yazın; bu duygunun sıkça yaşanması halinde insan vücuduna verebileceği zararları vurgulamaktadır. Bazı yazarlar (Tafrate ve Kassino, 2019: 9; Yüksel, 2020: 674) kronik öfkenin; kronik kalp hastalıklarına yakalanma riskini artırdığını, metabolizmayı yavaşlatması nedeniyle kilo alımına neden olabileceğini, felç riski taşıdığını ve migrene yol açabileceğini ve böbrek hastalıklarına, yüksek tansiyona ve cilt bozukluklarına neden olabileceğini (Gibson ve Tulgan, 2002: 32) belirtmektedir. Childre ve Rozman (2021: 34) ise öfkenin bireye geçici bir güç hissi ve adrenalin deneyimi yaşatarak bazı insanlarda alkol, madde veya alışveriş gibi farklı bağımlılıklara yol açabileceğini vurgulamaktadır. Kronik bastırılmış öfke birden fazla kanser türüyle ilişkilendirilmekte ve inme riskini artırdığı belirtilmektedir (Puff ve Seghers, 2021: 55). Bazı araştırmalar (Ellis ve Tafrate 1998: 13-14; Karataş ve Çelikkaleli, 2018: 457; Şahin ve diğerleri, 2011: 24) ise öfkeyi; stres, depresyon ve intihar ile ilişkilendirerek, zihinsel sağlık ve öfke arasındaki ters yönlü ilişkiye dikkat çekmektedir.

Öte yandan, öfkenin, Solomon'un (2006: 24) dikkat çektiği önemli bir özelliği olduğunu belirtmek gerekir. Yazara göre öfke tüm diğer duygulardan daha fazla dünyayı dönüştürebilme potansiyeline sahiptir çünkü öfke bir duruş meselesidir ve bu yönüyle politik eylemlerle yakın ilişki kurabilme özelliğine sahiptir. Ahmed (2017: 2016-223) de öfkenin politik eylemlerle tercüme edilebilen yönünü feminist öfke üzerinden açıklamaktadır. Yazar, kadın deneyimlerinin verdiği acının politik alana feminist öfke olarak tercüme edildiğini ve bu tür öfkenin feminist öznenin inşasında önemli rol oynadığının altını çizmektedir. Öfkenin bir duygulanım olarak dünyayı dönüştürebilme potansiyeli tam da bu noktada anlam kazanır. Öfkenin politik merkezli konumlandırılması; hem kendi topluluğu içerisinde üretilen politikaları dönüştürebilme hem de karşıt politik özneler üretebilme anlamına gelecektir.

5. SONUÇ

Öfkeyi anlatan metinler aracılığıyla öfkeli öznellikleri inceleyen ve neoliberal toplumda öfkenin uğrak noktalarını eleştirel sorgulama amacıyla yola çıkan bu araştırma; Foucault'nun (2014: 241-244) deyimiyle hakikati sorgulayan bir araştırmadır. Bireyi özne yapan iktidar biçimi tarafından sunulan hakikat; bireyin tabi kılındığı tarihsel olarak değişebilen betimlemeler ve kurallar bütünüdür. Hakikatin; kurumsal ilişkilerin içine yerleştiği ve diğer tanımsal öğelerle ilişki içerisinde olduğu ön kabulüyle, araştırmanın amacı; öfkeli öznelliklerin dolaşımının, hakikatle nasıl bütünleştiğini ortaya koymaktır. Araştırma bulguları, öz (self) kavramının neoliberal toplumun hakikati olarak okunabileceğini ve çeşitli yönetim becerilerini kapsayan öz yönetimin; neoliberal toplumda önemli bir sosyal talep haline geldiğini işaret etmektedir. Dolayısıyla öz yönetim becerileri içerisinde önem kazandığı anlaşılan duygu yönetimi; duygulara ilişkin söylemin hakikatle bütünleşmesi olarak düşünülebilir. Duygusal normallik ölçütlerinin üretildiği bir söylem alanı olarak öne çıkan duygu yönetimi; sağlık, istihdam, eğitim ve sosyal ilişkilerde başarılı olmanın yanı sıra ruh ve beden sağlığı ile de ilişkilendirilmektedir. Duyguları tanımlayan ve kategorize eden duygu yönetimi; olumlu duyguların birey yaşamına katkısını vurgulayarak, iyi hissetmeyi, adeta bireysel sorumluluk alanına yerleştirmektedir. Duygusal normallik, olumlu duyguları kucaklayan bir kavram olarak öne çıkmakta ve Rose'un (2001: 32) vurguladığı üzere adeta etik değer haline gelen sağlık kavramının içine yerleşmekte olduğu için, neoliberal toplumda yaşayan birey; olumlu duyguların avcısı olmaya yönelmektedir. Kişisel gelişim adı verilen dev bir pazar; olumsuz duyguları olumlu duygularla takas etmeyi vaat eden çeşitli ürün ve/veya hizmetlerle bireyin yaşamına sızmayı başarmaktadır. İyi hissetmek; neoliberal topluma uyumlanma vaadiyle bireyin davet edildiği duygulanım bölgesidir. Öz yönetim becerileri arasında değerlendirilen duygu yönetimi; duygusal zekâ, olumlu enerji, frekans ve aura gibi çeşitli kavramlar aracılığıyla; iyi hissetmenin, yaşamın her alanında bireye sağlayacağı katkının altını çizen zengin bir söylem alanıdır. Crary (2015: 61) olumlu duyguların dışında kalan çeşitli duygu durumlarının patolojik olarak tanımlandığına ve patolojik öznellikler üretildiğine dikkat çeker. Yazara göre; kaygı bozukluğu, dikkat bozukluğu ve panik bozukluğu gibi duygu durumlarının tıbbi rahatsızlık olarak tanımlanması; ilaç firmalarının kar hedeflerini sorgulamayı gerektirmektedir.

Duygularıyla rasyonel ilişki kurması beklenen, dolayısıyla kazanımlarına yönelik duygularını yönetmesi gerektiğine ikna edilen neoliberal birey; iyi hissetmenin, yaşamın her alanında kar sağlayacağı vaadiyle duygusal özneleşmeye davet edilmektedir. Ancak bu davet toplumsal ilişkiler açısından risk barındırmaktadır. Bu risklerden birincisi iyi hissetme vaadiyle satın alınabilecek ürün ve/veya hizmetlerle kurulabilecek saplantılı bağıdır. Bu bağı tehlikesini; belirli tüketim nesnelere edinebilmek için kuyruklarda birbirini darp eden insanların haberlerinde görebilmek mümkündür. İyi hissetme çabasının barındırdığı bir diğer risk ise toplumsal ilişkilerde aşınmadır. Neoliberal duygusal makro kozmos; iyi hissetmediği şeyleri yapmama, iyi vakit geçirmediği ortamlardan kaçma ve olumsuz duygular uyandırma ihtimali olan sorunlardan kaçmaya yönelik telinde bulunmaktadır. Çevremizde bu tutumda pek çok birey gözlemleyebiliriz; cenazelere katılmama, hasta ziyaretlerine gitmeme veya sorunu olan sevdikleriyle görüşmekten kaçma gibi davranışlar yaygınlaşmaktadır. Manevi değerlerin yitirilmesine neden olabilecek bu yaklaşım; kendini insan sermaye olarak kabul etmeye davet edilen neoliberal bireyin; duygulara rasyonel yaklaşımıdır. Araç olarak kabul edilen duygular, bireysel çıkarlara yönelik kullanılmalı ve neoliberal birey, maliyet hesabını göz önünde bulundurarak duygusal özneleşmelidir. Olumsuz duyguların hesabını yaparak; gündemi takip etmeme, sorunların konuşulduğu aile ortamlarından kaçma ve baş sağlığı ziyaretine gitmeme gibi davranışların yaygınlaştığını gözlemleyebiliriz ve bu durum duygu yönetimi merkezli maliyet hesabıyla ilişkilendirilebilir.

Araştırmanın bulguları; öfkeli öznelliğin kurucu öğelerinin, neoliberal öz yönetim becerileriyle bütünleştiğini göstermektedir. Öfke yönetimi; yaşam koşullarında iyileşme vaadiyle bireyin öz denetim sorumlulukları içerisine yerleşmektedir. Öfke yönetimini anlatan ve becerinin geliştirilmesine yönelik tavsiyelerde bulunan çeşitli dokümanlar incelendiğinde, bireyin öfkeyle kurması beklenen ilişkinin, neoliberal rasyonellik anlayışıyla; öz farkındalık, fayda-maliyet analizi ve beden denetimi olmak üzere üç tema ile bütünleştiğini göstermektedir. Öfkenin tanımlandığı çağdaş metinler, bu duyguyu; uygarlık dışı, ilkel, saldırganlık ve şiddet tehlikesi barındıran, ruhsal ve bedensel açıdan insan sağlığına zarar veren bir duygu olarak tanımlamakta ve rasyonel akıl yoluyla yönetilmesi gerektiğini vurgulamaktadır. Öte yandan, yoğun hissedilen öfkenin düşünen aklı devre dışı bırakabileceği bu anlatı; kendini kaybeden öfkeli öznelliği kurgulayarak, fail olma sorumluluğunu tartışmalı hale getirmektedir. Özellikle kadın cinayetlerinde erkek failin uyumlandığı duygulanım bölgesi olarak öne çıkan kendini kaybetmiş öfkeli özne; cinayetin anlık öfke patlaması nedeniyle işlendiği kanaatini hukuki olarak mümkün kılması nedeniyle faile fayda sağlamaktadır. Bu tür vakaların hukuki süreçte kabulü; öfkeli özneleşmenin toplumsal cinsiyet rolleri çerçevesinde uğrak noktalarını anlamaya olanak sağlamaktadır. Ayrıca erkeğin öfke patlaması anlatısı içerisinde duygusal özneleşmesi; kadına yönelik şiddeti toplumsal bir sorun olmaktan ziyade bireysel öfke kontrol sorunu olarak masetmektedir. Öte yandan toplumsal kabul eşikleri çerçevesinde öfkeli özneleşen erkeğin bu tür vakalarda öfkeyle rasyonel bir ilişki kurduğu da iddia edilebilir. Öfke yönetimi, duygu yönetiminin içerisinde bir beceri olarak neoliberal bireye fayda-maliyet analizi yaparak duygusal özneleşmeyi önermektedir. Bu noktada cinayet faili erkeğin öfke patlaması iddiasıyla kendini savunması; fayda sağlayacağı duygulanım bölgesine konumlanmak, diğer bir deyişle rasyonel bir eylemde bulunmaktadır. Fayda-maliyet analizi öfke yönetimi açısından şüphesiz önemlidir; öfke nedeniyle karşılaşılacak ruhsal ve bedensel sorunları önleyebilir ve toplumsal ilişkilerin daha uzlaşmacı ve barışçıl kurulmasında önemli katkı sağlayabilir. Ancak öz yönetimin vurgulanması; bireysel çıkarlara ulaşmak amacıyla öfkenin kaynak olarak kullanılmasında sakınca görmemesi bakımından sorunludur. Diğer bir deyişle, fayda-maliyet analizi, öfkeli özneleşmeyi; bireysel kazanım yüksek ise öfkenin rasyonel yönetilmesi olarak kabul edecektir. Bu kabulden yola çıktığında ise kurumsal otoritenin kullanıldığı tahakküm ilişkilerinin üretimi bile öfkenin bir kaynak olarak kullanıldığı meşru bir zemin olarak düşünülebilir. Örneğin bir işveren; çalışanlarının performansını artırma amacıyla onlarla kurduğu ilişkide öfkeli yönetici olarak konumlanabilir ve şirketin verimi arttığı sürece bu durum öfkenin rasyonel yönetimi kabul edilebilecektir. Ancak çalışanlar kurumsal otoriteye sahip değildir; bu nedenle kayıplarını hesapladıklarında, öfkenin öznesi değil nesnesi olmayı; yani tahakkümü kabullenmeyi çıkarlarına uygun bulabilirler. Öfkeyi, bireysel bir kaynak olarak kabul etmeye yönelim yatırım zihniyetiyle açıklanmaktadır. Öte yandan, bu yatırım aracının kurumsal otoriteyi elinde bulunduranlar tarafından hesapsızca harcanabileceği öfkeli öznellikler üretilmesini meşru zemine sürükleyerek tahakküm ilişkilerini masetmektedir. Öfkeyi, bireysel kazanımlara yönelik bir değerlendirme sonucu kullanmak; özellikle tahakküm altındaki bireyler açısından bir tür anestezi işlevi görebilir.

KAYNAKÇA

- Ahmed, S. (2017). *Duyguların kültürel politikası*. İstanbul: Sel.
- Adar, S. (2018). Emotions and Nationalism: Armenian Genocide as a Case Study. *Sociological Forum* (33) 3, 735-756.
- Akçay, C. ve Çoruk, A. (2012). Çalışma Yaşamında Duygular ve Yönetimi: Kavramsal Bir İnceleme. *Eğitimde Politika Analizi Dergisi*, (1)1, 3-25.
- Aksu, C. (2015). Neoliberal toplumda öznellik. *Artvin Çoruh Üniversitesi Uluslar Arası Sosyal Bilimler Dergisi* 1,66-89.
- Anderson, B., Gregg M. (Ed) and Seigworth G. J. (Ed). (2010). Modulating the Excess of Affect: Morale in a State of "Total War". *The Affect Theory Reader*, 161-185. Durham and London: Duke University Press.
- Anderson, B. (2015). Neoliberal affects. *Progress in Human Geography*, 1–20.
- Aydın, İ. H. ve Değirmenci, C. H. (2016). *Öfke kontrolü ve motivasyon*. İstanbul: Girdap.
- Beck, U. (2014). *Risk Toplumu*. İstanbul: İthaki.
- Binkley, S., Cahill, D. vd (Ed). (2018). The emotional logic of Neoliberalism: Reflexivity and instrumentality in three theoretical traditions. *The SAGE Handbook of Neoliberalism*, 580-595. California: Sage Publications.
- Burns, D. (2016). *İyi hissetmek*. İstanbul: Psikonet.
- Butler, J. (2005). *Kırılğan Hayat*. İstanbul: Metis.
- Childre, D. ve Rozman, D. (2021). *Dönüşüm Öfke*. İstanbul: Sola Unitas.
- Clanton, G. ve L. G. Smith, ed. [1977] 1998. *Jealousy*. Lanham, MD: University Press of America.
- Clanton, G. (1989). Jealousy in American culture. *The Sociology of Emotions: Original Essays and Research Papers*, 179-96.
- Clough, P. T., Gregg M. (Ed) and Seigworth G. J. (Ed). (2010). The Affective Turn: Political Economy, Biomedica, and Bodies. *The Affect Theory Reader*, 206-228. Durham and London: Duke University Press.
- Crary, J. (2013). *7/24 Geç kapitalizm ve uyuların sonu*. Metis: İstanbul.
- Cresswell, J. W. (2013). *Nitel Araştırma Yöntemleri: Beş Yaklaşımına Göre Nitel Araştırma ve Araştırma Deseni*. Ankara: Siyasal.
- Çoruk, A. (2014). Yükseköğretim kurumlarında görev yapan idari personelin duygusal emek davranışları. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33(1), 79-93.
- Danny Meyer, (2017). On the Six Qualities He Looks For in Employees. <https://www.youtube.com/watch?v=Ei3nbq7pAqg>.
- Davies, W. (2019). *Öfke ve tahammülsüzlük*. İstanbul: Kuraldışı.
- Dardot, P. ve Laval, C. (2013). *The new way of the world on Neoliberal Society*. İngiltere: Verso.
- Dean, J. (2008). Enjoying Neoliberalism. *Cultural Politics* 4(1), 47-72.
- Durmuş, A. (2014). Eski Doğu ve eski Batı toplumlarında karşılaştırmalı kadın profili. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü: Denizli.
- Dutoğlu, G. ve Tuncel, M. (2008). Aday öğretmenlerin eleştirel düşünme eğilimleri ile duygusal zekâ düzeyleri arasındaki ilişki. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* (8)1, 11-32.
- Elias, N. (2004). *Uygurluk süreci Cilt 1*. İstanbul: İletişim.
- Ellis, A. ve Tafrate, R. C. (1998). *How to control your anger before it controls you*. Canada: Carol Publishing Group.
- Ergür, E. (2015). Öfke kontrolü için doğru nefes egzersizi. *Hürriyet*. Erişim Adresi: <https://www.hurriyet.com.tr/aile/yazarlar/eda-ergur/ofke-kontrolu-icin-dogru-nefes-egzersizi-418590>.
- Ersen, H., İlnem, M. C., Havle, N., Yener F., Karamustafaloğlu, N. ve İpekçioğlu, D. (2011). Suç işlemiş kadınların sosyodemografik özellikleri, anne-baba tutumları ve öfke ifade biçimlerinin değerlendirilmesi. *Klinik Psikiyatri* 14, 218-229.
- Eroğlu, F. ve İrdem, Ş. (2016). Örgütlerde öfke olgusu ve öfke yönetimi. *Yeni Fikir* 17, 22-41.

- Fahs, B. (2015). The dreaded body: disgust and the production of "appropriate" femininity. *Journal of Gender Studies*, (26)2, 184-196.
- Foucault, M. (2013). *Güvenlik, Toprak, Nüfus*. İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Foucault, M. (2015). *Biyo İktidarın Doğuşu*. İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Foucault, M. (2017). *Cinselliğin tarihi*. İstanbul: Ayrıntı.
- Fox, N. J. (2015). Emotions, affects and the production of social life. *The British Journal of Sociology* (66)2, 301-318.
- Fulya Özdemir cinayetinde karar! Mahkeme haksız tahrik deyip... Milliyet. Erişim Adresi: <https://www.milliyet.com.tr/gundem/fulya-ozdemir-cinayetinde-karar-mahkeme-haksiz-tahrik-deyip-2802183>,
- Gemma Garcia Godall. (TEDxIESEBarcelona). (2018). How Emotional Intelligence Makes Leaders More Impactful. <https://www.youtube.com/watch?v=75obHtjUsG8&t=419s>.
- Gibson, D. ve Tulgan, B. (2002). *Managing anger in the workplace*. USA: HRD Press.
- Giddens, A. (2019). *Modernite ve Bireysel Kimlik*. İstanbul: Say.
- Goleman, D. (2011). *Duygusal zekâ neden IQ'dan daha önemlidir?* İstanbul: Varlık.
- Görgülü, T. ve Öntaş, Ö. C. (2013). Hükümlülerin suç davranışının nedenlerine ve suç davranışı risk faktörlerine ilişkin düşünceleri. *Toplum ve Sosyal Hizmet* (2)2, 59-82.
- Gregg M.ve Seigworth G. J. (Ed). (2010). An Inventory of Shimmers. *The Affect Theory Reader*, 1-25. Durham and London: Duke University Press.
- GITNEX MARKETDATA REPORT 2023, Must-Know Anger Statistics. <https://blog.gitnux.com/anger-statistics/> .
- Hardt, M. ve Negri, A. (2004). *Çokluk. İmparatorluk çağında savaş ve demokrasi*. İstanbul: Ayrıntı.
- Harvey, D. (2007). *A brief history of Neoliberalism*. New York: Oxford.
- Heise, D. R. (1989). Effects of Emotion Displays on Social Identification. *Social Psychology Quarterly* (52)1, *Special Issue: Sentiments, Affect and Emotion*, 10-21.
- Hochschild, A. (2011). Emotional Life on the Market Frontier. *Annual Review of Sociology* 37, 21-33.
- Hollenhorst, P.S. (1998). What do we know about anger management programs in corrections? *Federal Probation*, 62(2), 52-64.
- Ilgar, M. Z., Ilgar, S. C. (2013). Nitel bir araştırma deseni olarak gömülü teori (temellendirilmiş kuram). *İZÜ Sosyal Bilimler Dergisi*, 2(3), 197-247.
- Illouz, E. (2007). *Cold Intimacies*. Polity Press: Cambridge.
- Illouz, E. (2018). Introduction: Emodities or the making of emotional commodities. . *Emotions As Commodities: Capitalism, Consumption and Authenticity*, 1-29. London and New York: Routledge Studies.
- Illouz, E. (2019). *The End of Love: A Sociology of Negative Relations*. New York: Oxford University Press.
- Izard, C. (1978). *Human emotions*. Springer Science + Business Media, LLC.
- Kadın cinayetine gerekçe: Bir anlık öfke. Evrensel. Erişim Adresi: <https://www.evrensel.net/haber/335555/kadin-cinayetine-gerekce-bir-anlik-ofke>.
- Kadınlar hangi bahanelerle öldürülüyor? Katiller için nasıl ceza indirimini uygulanıyor? Euronews. Erişim Adresi: <https://tr.euronews.com/2019/08/23/kadinlar-hangi-bahanelerle-olduruluyor-katiller-icin-nasil-ceza-indirimi-uygulaniyor>.
- Karabulutlu, E.Y., Yılmaz, S. ve Yurttaş, A. (2011). Öğrencilerin duygusal zekâ düzeyleri ile problem çözme becerileri arasındaki ilişki. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi* 2(2), 75-79.
- Karataş, Z. ve Çelikkaleli, Ö. (2018). Beliren yetişkinlikte intihar olasılığı: Stresle baş etme, öfke ve cinsiyet açısından bir inceleme. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*14(1), 450-462.
- Kart, E. (2011). Bir duygu yönetimi süreci olarak duygusal emeğin çalışanlar üzerindeki etkisi. *Çalışma ve Toplum* 3, 215-230.
- Kathiravan, C. and Bhagavatham P. (2019). Evaluation of an anger management and its strategies to control anger in workplace. *International Journal of Advance and Innovative Research Volume 6, Issue 1 (IV)*, 6-9.

- Katil Zanlısına Haksız Tahrik İndirimi. Erişim Adresi: <https://www.haberler.com/katil-zanlisina-haksiz-tahrik-indirimi-14084235-haberi>.
- Kıral, B. ve Nayır, F. (2019). Akademisyen görüşlerine göre akademide kin tutma. *Yükseköğretim Dergisi*, 9(3), 290–302.
- Kurth, C., Tappolet, C. (Ed) ve Teroni, F. (Ed). (2018). Anxiety: A Case Study on the Value of Negative Emotions. *Philosophical Perspectives on Negative Emotions: Shadows of the Soul*. 95-104. California: Routledge.
- Lazzarato, M., Pendakis, A. vd (Ed). (2014). Immaterial labor. *Contemporary Marxist Theory* 77-91. England: Bloomsbury Academic.
- Lehmann, H., Roth, H., Schankweiler, K., Slaby, J. (Ed) ve Scheve, C. (Ed). (2019). Affective Economy. *Affective Societies-Key Concepts*, 140-151. Routledge Studies: London and New York
- Manning, E. (2012). *Always More Than One: Individuation's Dance*. Durham and London: Duke University Press.
- Massumi, B. (2002). *Parables for the Virtual*. Durham and London: Duke University Press.
- Massumi, B. (2019). *Duygu politikası*. İstanbul: Otonom.
- Merriam S. B. ve Tisdell, E. J. 2016. *Qualitative Research: A Guide to Design and Implementation*. USA: John Wiley & Sons.
- Mustad, J. (2019). TEDxWabashCollege. Anger Is Your Ally: A Mindful Approach to Anger. Tedarik Edilebileceği Adres: <https://www.youtube.com/watch?v=sbVBSrNnBy8>.
- Nebeling, M. ve Bissenbakker, M. (2019). *The white tent of grief. Racialized conditions of public mourning in Denmark. Social & Cultural Geography*, 1-19.
- Nussbaum, M. C. (2016). *Anger and forgiveness. Resentment, generosity, justice*. United States of America: Oxford University Press.
- Osho (2020). *Duygusal Sağlık*. İstanbul: Butik.
- Outcomes: Education, Skills and Lifelong Learning | Jobs Reset Summit. (2020) Tedarik Edilebileceği Adres: <https://www.youtube.com/watch?v=KnDUFHnRtSs&t=1127s>.
- Öfke kontrolü eğitimi sertifika programı <https://kocegitimsertifika.com/egitim/ofke-kontrolu-egitimi-sertifikasi/>.
- Özdemir, M. (2019). Çağdaş kapitalizm ve sınıf: sosyal paylaşım ağlarında maddi olmayan emek ve biyo iktidarı yeniden düşünmek. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü: Ankara.
- Parisi, L. Ve Goodman, S. (2011). *Mnemonic Control. Beyond Politics*. Patricia Ticineto Clough and Craig Wiltse edt. Duke University Press: Durham and Londra.
- Parkes, S. ve Beatty, S. (2020). *I feel angry*. New York: Dorling Kindersly Limited.
- Pashupati, M. ve Dev, S. V. (2011). Anger and it's management. *Journal of Nobel Medical College (1)1*, 9-14.
- Poggi, I. ve Germani, M. (2003). Emotions at work. *An international Coference on Human Aspects of Advanced Manufacturing, Rome-Italy 27-30 May*, 461-468.
- Polat M. Ve Yavaş T. (2012). Yabancılaşma, kurumsal değerler ve duygu yönetimi denklemi. *Jret Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi (1)2*, 218-224.
- Potegal, M., Novaco, R. W. ve Potegal, M. vd (Ed). (2010). A brief history of anger. *International Handbook of Anger*, 9-24. USA: Springer.
- Puff, R. ve Seghers, J. (2021). *Öfke Kontrol Rehberi*. İstanbul: Olimpos.
- Purser, R. (2019). The Mindfulness Conspiracy. Tedarik Edilebileceği Adres: <https://www.theguardian.com/lifeandstyle/2019/jun/14/the-mindfulness-conspiracy-capitalist-spirituality>.
- Rose, N. (2001). Normality and Pathology in a Biological Age. *Outlines 1*, 19-33.
- Rossner, M., Meher, M., Stets, J. (Ed) ve Turner, J. H. (Ed). (2014). Emotions in Ritual Theories. *Handbook of the* ,
- Sennet, R. (2011). *Yeni kapitalizmin kültürü*. İstanbul: Ayrıntı.
- Shachak, M. ve Illouz, E. (2018). (Ex)changing feelings on the commodification of emotions in psychotherapy. *Emotions As Commodities: Capitalism, Consumption and Authenticity*, 147-172. London and New York: Routledge Studies.

- Slaby, J., Mühlhoff, R., Slaby, J. (Ed) ve Scheve, C. (Ed). (2019). *Affect. Affective Societies-Key Concepts*, 140-152. Routledge Studies: London and New York.
- Social and Emotional Skills Well-being, connectedness and success, 2018. [http://www.oecd.org/education/school/UPDATED%20Social%20and%20Emotional%20Skills%20-%20Well-being,%20connectedness%20and%20success.pdf%20\(website\).pdf](http://www.oecd.org/education/school/UPDATED%20Social%20and%20Emotional%20Skills%20-%20Well-being,%20connectedness%20and%20success.pdf%20(website).pdf)
- Solomon, R. C. (2006). *True to our feelings*. New York: Oxford University Press.
- Spinoza, B. (2011). *Etika*. Ankara: Dost.
- Stearns, C. Z. ve Stearns, P. N. (1989). *Anger: The struggle for emotional control in America's History*. Amerika: Chicago University Press.
- Stets, J. E. Ve Trettevik, R. (2014). Emotions in Identity Theory. *Handbook of the Sociology of Emotions Volume II*, 33-50, Ed. Stets, J. ve Turner, J. H.
- Stets, J. E., Turner, J. H. ve Lewis, M. vd. (Ed). (2008). The Sociology of Emotions. *Handbook of Emotions*, 32-46. New York: The Guilford Press.
- Stewart, K. (2013). *Sıradan Duygulanımlar*. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınevi.
- Şahin, N. S. vd. (2011). A-Tipi kişilik ve stres ilişkisinde üç önemli bileşen: Öfke, etkisiz başa çıkma ve iş saplantısı *Türk Psikoloji Dergisi* 26 (68), 31-44.
- Şataf, C. (2014). Fayda-maliyet analizinde uygulamada karşılaşılan güçlükler: fayda ve maliyetin belirlenebilme sorunu. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, (19)1, 107-123.
- Tafate, R. C. ve Kassinove, H. (2019). *Anger management for everyone*. Oakland; Impact Publishers.
- Tan, C. K. K. ve Xu Z. (2020). Virtually boyfriends: The social factory and affective labor of male virtual lovers in China. *Information, Communication & Society* 23(11), 1555-1569.
- T.C. Milli Eğitim Bakanlığı. 2019-2023 Stratejik Planı. Erişim Adresi: https://ttkb.meb.gov.tr/meb_iys_dosyalar/2020_03/31150840_stratejik_plan_2019_2023.pdf.
- T.C. Milli Eğitim Bakanlığı (2015). Okullarda Rehberlik ve psikolojik danışma hizmetleri kılavuzu. Erişim Adresi https://orgm.meb.gov.tr/meb_iys_dosyalar/2015_08/20051746_rehberlik_klavuzu2.pdf.
- Tomkins, S. S. (2008). *Affect Imagery Consciousness: The Complete Edition*. Springer: New York.
- Travis Bradberry. <https://www.forbes.com/sites/travisbradberry/?sh=408f96476928>.
- Travis Bradberry. (2016). Why EQ is more important than IQ. WOBI. <https://www.youtube.com/watch?v=vEjpiSUUQg>.
- Turner, J. (2007). *Human Emotions: A Sociological Theory*. Routledge Studies: New York ve Londra.
- Türk Ceza Kanunu. Erişim Adresi: <https://www.mevzuat.gov.tr/MevzuatMetin/1.5.5237.pdf>.
- Üçer, M. B. (2020). Orta sınıfın utancı: duygu sosyolojisi açısından 1980'ler Türkiye'sinde toplumsal değişme. Yayımlanmamış Doktora Tezi. İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü: İstanbul.
- Weber, M. (2011). *Protestan ahlakı ve kapitalizmin ruhu*. Ankara: Alter.
- Weber, M. (2013). *Ekonomi ve toplum*. İstanbul: Yarın.
- Wetherell, M. (2012) *Affect and emotion a new social science understanding*. Sage: Londra. World Happiness Report 2023. <https://worldhappiness.report/ed/2023/>.
- 2023 Health, Happiness, and the Wellness Economy: An Empirical Analysis. https://globalwellnessinstitute.org/industry-research/2023-health-happiness-and-the-wellness-economy-an-empirical%20analysis/?gad_source=1
- Yüksel, E. (2020). Mucize: "Uğurböceği ile Karakedi" çizgi filmi üzerine öfke duygusu ve şiddet davranışı açısından bir analiz. *Proceedings of the 17th International Symposium Communication in the Millennium: Eskişehir*, 671-693.

Beyan ve Açıklamalar (Disclosure Statements)

1. The authors of this article confirm that their work complies with the principles of research and publication ethics (Bu çalışmanın yazarları, araştırma ve yayın etiği ilkelerine uyduklarını kabul etmektedirler).
2. No potential conflict of interest was reported by the authors (Yazarlar tarafından herhangi bir çıkar çatışması beyan edilmemiştir).
3. This article was screened for potential plagiarism using a plagiarism screening program (Bu çalışma, intihal tarama programı kullanılarak intihal taramasından geçirilmiştir).