ŞİDDET

ŞİDDET NEDİR ?

- Şiddet, güç ve baskı uygulayarak insanların bedensel veya ruhsal açıdan zarar görmesine neden olan bireysel veya toplu hareketlerin tümüdür.

ŞİDDET ÇEŞİTLERİ

- **Fiziksel Şiddet :** Kişinin öfke, kızgınlık, engellenme gibi durumlarda karşısındakine fiziki anlamda acı verme amacı taşıyan saldırgan davranışlardır. Tokat atmak, iteklemek, tekmelemek, bir şey fırlatmak, yumrukla veya bir nesneyle vurmak, silah veya bunun gibi bir nesneyle zarar vermek ya da tehdit etmek.
- **Sözlü- Duygusal-Psikolojik Şiddet :** Hakaret etmek, aşağılayıcı söz söylemek, küçük düşürmek, aşırı kıskançlık yapmak, tehdit etmek, kişiye kendisini yetersiz hissettirecek söz veya davranışta bulunmak, küfretmek, kişinin kendisini ifade etmesine engel olmak, kişinin hareket özgürlüğünü kısıtlamak, kişinin aile üyeleri ve arkadaşlarıyla görüşmesini engellemek, kişinin istediği gibi giyinme özgürlüğüne engel olmak gibi fiziksel bir baskı olmaksızın uygulanan ve ruh sağlığını etkileyen her türlü söz ve davranıştır.
- **Toplumsal Şiddet :** Bireyin bulunduğu ortamdan dışlanması, grup içinde ya da yalnızken onur kırıcı sözlere maruz kalması, toplum içinde utandırılması gibi davranışlardır. Kan davası, trafik kazaları, cinayet, komşu kavgaları, sporda taraftar kavgaları gibi eylemleri içerir.
- **İstismar :** Kişi veya grupların kendilerinden daha güçsüz, muhtaç ve her yönden yoksunluğa sahip kişilerin durumlarından yararlanarak onları kullanmasıdır. Kişiyi istemediği yerde, şekilde veya zamanda cinsel ilişkiye zorlamak, kişiye cinsel içerikli sözler söylemek, kadını çocuk doğurmaya zorlamak veya kürtaj olmasına ya da olmamasına engel olmak, cinsel organlara zarar vermek.

ŞİDDET DÖNGÜSÜ

ŞİDDET DÖNGÜSÜNÜN AŞAMALARI

Şiddet uygulayan kişi çeşitli sorunları bahane ederek gerginlik yaratır. Şiddet uyguladığı kişinin davranışlarını kontrol etmeye çalışır. Yapması ve yapmaması gerekenleri söyler. Mağdur kendini endişeli hisseder, gergin atmosferi hafifletmeye, sözleri ve davranışları konusunda dikkatli olmaya çalışır.

- **KRİZ DÖNEMİ**
  Şiddet uygulayan, sözlü, psikolojik, fiziksel, cinsel veya ekonomik olarak karşısındaki kişiye saldırır. Mağdur kendini aşağılanmış, üzgün hisseder ve haksızlığa uğrar.
- **PİŞMANLIK DÖNEMİ**
  Şiddet uygulayan, pişman olup veya pişman olduğunu söyleyip mağdurun gönlünü almaya çalışır ve olumlu bir tutum sergiler. Mağdur, şiddet uygulayanın çabalarını olumlu karşılar.
- **BAHANE DÖNEMİ**
  Şiddet uygulayan, pişman olup veya pişman olduğunu söyleyip mağdurun gönlünü almaya çalışır ve olumlu bir tutum sergiler. Mağdur, şiddet uygulayanın çabalarını olumlu karşılar.
- **BAHANE DÖNEMİ**
  Şiddet uygulayan, davranışları için bahaneler üretir. Mağdur, şiddet uygulayanın bahanelerini (gerekçelerini) anlamaya çalışır, değişmesi için yardım eder, kendi algılarından şüphe eder ve durum için kendini sorumlu hisseder.

ŞİDDET MAĞDURU KİMDİR?

- Şiddet içeren tutum ve davranışlara maruz kalan
- Şiddet içeren tutum ve davranışlara maruz kalma tehlikesi bulunan,
- Şiddetten etkilenen,
- Şiddetten etkilenme tehlikesi bulunan
- **Kadınlar**
- **Çocuklar**
- **Aile Bireyleri**
- **Tek taraflı ısrarlı takip mağdurları ***

ŞİDDET MAĞDURU NASIL KORUNUR?

- Şiddete maruz kalındığında ya da risk altındayken başvurulabilecek kurum ve kuruluşlar:
- Valilik - Kaymakamlık
- Polis Merkezi
- Adli Makamlar (Cumhuriyet Başsavcılığı ve Aile Mahkemeleri)
- Aile ve Sosyal Politikalar İl Müdürlükleri
- Şiddet Önleme ve İzleme Merkezleri (ŞÖNİM)
- Sağlık Kuruluşları

Şiddete uğrayan kişi yada şiddete tanık olan kişi başvuruda bulunabilir. Adli yardımdan faydalanmak için talepte bulunulması halinde 6284 sayılı Ailenin Korunması ve Kadına Karşı Şiddetin Önlenmesine Dair Kanun kapsamında yapılan işlemler için hiçbir masraf alınmamaktadır.

ŞİDDET MAĞDURU NASIL KORUNUR?

- Acil Telefon Hatları:
- ALO 155 Polis İmdat,
- ALO 183 Aile, Kadın, Çocuk ve Özürlü Sosyal Hizmet Danışma Hattı (7 Gün 24 Saat Ücretsiz Hizmet Verir)
- 112 ACİL
- Aile İçi Şiddet Acil Yardım Hattı- 0212 656 96 96

ÇOCUKLARDA VAR OLAN ŞİDDETİN SEBEPLERİ NELERDİR?

- Anne babaların çocuklarını sürekli kontrol altında tutmaya çalışması ve onları aşırı derecede disipline etme gayreti.. Bu yöntemleri uygularken de anne babanın tutarsız olması.
- Çocuğun sürekli anne babadan dayak yemesi, yeterli sevgiyi görmemesi.

- Aile içinde var olan anne baba kavgaları.
- Anne babaların saldırganlık davranışı konusunda çocuklarına model oluşturması. Çocuk kendisinde şöyle bir yargı geliştirir: ‘**ben de kendi isteğimi yerine getirebilmem için kaba davranışlar sergilemeliyim.**’

- Çocukta var olan saldırgan tutumlarının aile tarafından desteklenmesi. Mesela; *A çocukla B çocuk kavga ederler. A, B yi döver. B nin anne babası çocuklarının dayak yemesini içine sindiremedikleri gibi intikam duygularını çocuklarına aşılamaya çalışırlar.* ***'bacak kadar çocuktan dayak yedin***. gibi ifadelerle çocuğun kinini arttırırlar.

- Çocukta güven duygusunun eksik olması
- Sağlıksız aile ortamının (Evlilik anlaşmazlıkları, işsizlik, ekonomik sıkıntılar vb.) olması

- Çocukların saldırgan olmalarında ve çevreye şiddet uygulamalarında, televizyonda izlemiş oldukları şiddet içerikli filmlerin de etkisi vardır.
- Şiddet içerikli TV programları ve bilgisayar oyunları çocukların şiddeti taklitle öğrenmesine yol açar.

Aile İçi Şiddet

- Şiddet, toplumun en ufak modeli olan ailede, aileyi oluşturan bireyler arasında gerçekleştiğinde “Aile İçi Şiddet” adını almaktadır.

AİLE İÇİ ŞİDDET NEDENLERİ

- Zorlayıcı yaşam koşulları
- Ekonomik koşulların yetersizliği
- Güvenliğin ve sosyal güvencenin azlığı

ailelerin kendilerini gergin, sıkıntılı, çaresiz, engellenmiş, yetersiz hissetmelerine sebep olmaktadır.

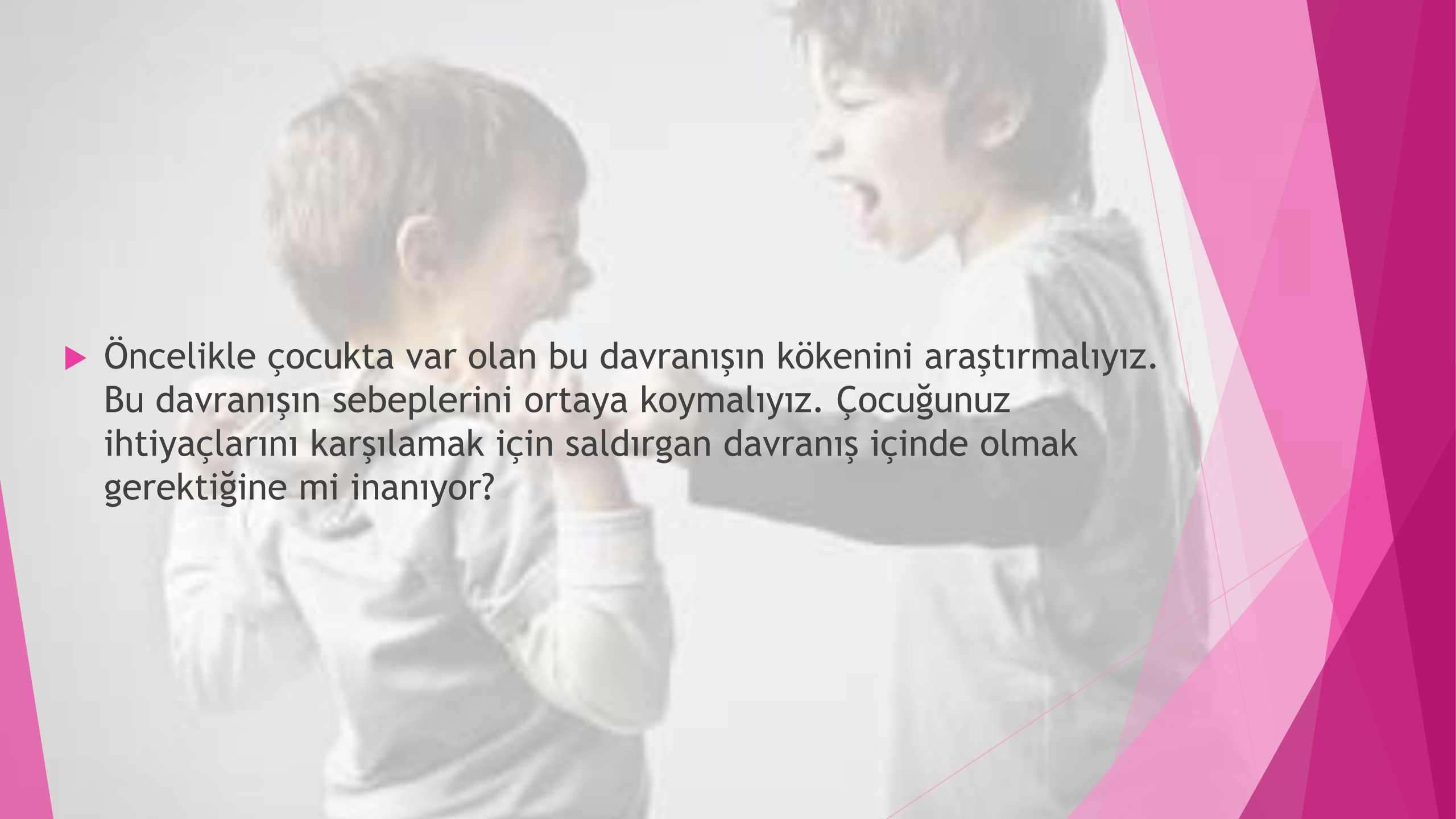
- SORUN bu durumlarla karşılaşmaktan çok, öfkenin şiddeti ve ne kadar kontrol edilebildiği ile ilgilidir.

AİLE İÇİ ŞİDDET SONUÇLARI

- Şiddete maruz kalan aile bireyinin ruhsal yapısında hayatı boyunca silinmeyecek izler bırakır.
- Şiddete uğrayan kişinin kişilik özelliklerini önemli ölçüde etkiler. İntikam duygusu gelişmiş, sorunlarını şiddetle çözen, şiddetten zevk alan birey olmasına yol açar.
- Çocuklarda şiddet sonrası korku, anne-babayı sevmeme, içine kapanma, saldırganlık şeklinde tepkiler oluşur.
- Şiddet sonrası çeşitli davranış bozuklukları gelişir. En yaygın olanları; sosyal uyum azlığı, antisosyal davranışlar, okula devamsızlık, dikkat azlığı, okul başarısızlığı, başkalarına şiddet gösterme, düşük benlik saygısı, güvensizlik, okula gitmekten korkma, yeme bozuklukları, sağlık problemleri, alkol ve madde bağımlılığı, intihar girişimi, huzursuzluk, depresyon, hatalı cinsel seçimler, suç işleme, kendine zarar verme.

- Genellikle anne-baba ya da yetişkin, önleyici tedbir olarak ceza kullanır. Oysaki ceza bir süre için saldırganlığı durdurur ama çocuğun gözünde kendi saldırganlığını da meşrulaştırır. Sonuçta saldırganlık davranışı büsbütün yerleşir ve verilen ceza da ödeşme yerine geçer.
- Bu nedenle hemen cezalandırma yerine, çocuktaki saldırganlığın bireysel ve çevresel nedenlerini araştırmak, çocuğun olumsuz tutumunu gereğinde görmezlikten gelmek, bazen açıklamalar yapmak, saldırganlığından beklenilen sonucu elde etmesini önlemek (ilgi, istediğini bu şekilde yaptırmaya çalışması vb.) için çaba sarf etmek yararlıdır.
- Çocuğun kendisine ya da başkasına zarar verme tehlikesi varsa ya da eşyalara zarar veriyorsa sakin bir şekilde ortamdan uzaklaştırılmalıdır. Kısaca “sakinleştiğinde konuşabiliriz” mesajı verilmelidir. Yapılan konuşma ise onun “duygularını anlamaya” yönelik olmalıdır

NELER YAPILABİLİR?



- Öncelikle çocukta var olan bu davranışın kökenini araştırmalıyız. Bu davranışın sebeplerini ortaya koymalıyız. Çocuğunuz ihtiyaçlarını karşılamak için saldırgan davranış içinde olmak gerektiğine mi inanıyor?

- Çocuğunuza fiziksel cezalar vermeyin. Çünkü çocukta asi, sorumsuz ve saldırgan davranışlar ortaya çıkar. Bunun yerine çocuğunuza sevgiyle yaklaşın. Kardeşler arasındaki sevginin dengeli olmasına dikkat edin.

- Aile içinde var olan bir meseleyi kesinlikle çocukların bulunduğu ortamda saldırgan tavırlarla halletmeye çalışmayın. Çünkü; **sizler onlar için bir modelsiniz.**

- **Çocuklarınızın olumsuz davranışlarını ön plana alıp onları sürekli eleştirmeyin.** Olumlu davranışlarını görmeye çalışın ve bu davranışlarını ödüllerle pekiştirin.

- Çocuklarınıza yönelik sevgi ve ilginizin, kurallarınız ve disiplin yöntemleriniz konusunda tutarlı olmanız,
- Çocuğunuzun olumlu ve beğendiğiniz davranışlarını ödüllendirmeniz onun kendine güven duygusunu artıracaktır

- **Çocuğunuzun geniş alanlarında oynamasını sağlayın.** Bu durum, var olan gerilimden kurtulmasını ve enerjisini boşaltmasını sağlayacaktır. Resim çizme, boyama, futbol, basketbol gibi faaliyetlere yönlendirme, bir parkta koşma, oyuncak tahtalara çivi çakma vb. faaliyetler ayrıca çocuğun saldırgan duygularını yönlendirebileceği kabul gören çıkış yollarıdır.

- Gerekirse çocuğunuza adı konmamış bir ‘saldırganlık köşesi’ yapın. Bu köşede büyük süngerler ve minderler olabilir. Böyle bir imkan çocuğunuzun kızgınlık, öfke gibi duygularının yok olmasını sağlar. Saldırgan davranışların doğru olmadığını çocuğunuza anlatınız, doğru davranış şeklini öğretiniz.

- **Çocuğunuzun bu duygusunu yenebilmesi için seçenekler sunun.** Onu spor dallarına yönlendirebilirsiniz. Ya da duygularını ifade edebilmesi için yazı yazma ve resim yapma tekniğini kullanabilirsiniz.

- **Çocuğunuzun şiddet içerikli film ve programları izlemelerini önlemelisiniz.** Çünkü çocuklar, var olan bazı problemleri aynı yöntemleri kullanarak çözmeye çalışma eğilimi göstermektedirler. Söz konusu filmlerdeki oyuncuları model olmaya çalışmaktadırlar. Mesela, çocuğa, ‘Sen büyüyünce ne olacaksın?’ denildiği zaman, açık bir ifade ile bilerek ya da bilmeyerek, ‘*Ben büyüyünce mafya olacağım’* diyebilmektedir.
- **Çocuklarınıza atari ve bilgisayar oyunları alırken şiddete dayalı oyunları tercih etmemelisiniz.**

Çocuklarımızı Medyanın Olumsuz Etkilerinden Nasıl Koruyabiliriz?

- Çocukların günde 2 saatten az televizyon izlemeleri sağlanmalıdır.
- İzlenecek programlar anne-baba tarafından önceden seçilmeli, özellikle dizilerdeki olumsuz karakterler ailece eleştirilmeli, seçilen program bittiğinde televizyon kapatılmalıdır.
- Çocuklar televizyon karşısında tek başına bırakılmamalı, programlar mümkün olduğunca ailece birlikte izlenmelidir.
- Televizyon oturma odasında olmalı, çocuğun odasında televizyon bulunmamalıdır.
- Çocuklar için hazırlanmış video ve CD'ler incelenerek alınmalıdır.
- Çocuğun internet ile ilgili faaliyeti kontrollü olmalı, bilgisayar ortak alanda olmalıdır.
- Müzik programları ve kliplerin de şiddet, çarpık cinsellik, sigara, alkol ve madde kullanımı görüntüleri içerebileceği unutulmamalıdır.
- TV, bilgisayar (internet) vb. yerine kitap, gazete, yararlı dergiler okuma, spor yapma, hobi edinme, müzik aleti çalma, aile ve arkadaşlarla sosyal faaliyetlerde bulunma, piknik, gezi vb. alternatif seçenekler sunulmalıdır.

- **Çocuklarınızın arkadaşları ile birlikte oyun oynamalarına izin verin.** Çocuk onlarla oynarken bazı kurallarının olduğunun farkına varacaktır. Oyunlara katılarak, onlarla etkileşim içine girerek öz benliğini kazanacaktır.
- Seçtiği arkadaşlarını tanıyınız, yanlış arkadaş seçimi yaptığına inanıyorsanız onunla iletişiminizi bozmadan doğru arkadaş seçmesi konusunda yardımcı olunuz.

- Çocuğunuza zaman ayırınız, sorunlarını dinleyiniz, birlikte güzel vakit geçirecek ortamlar yaratınız

- **Çocuğunuzla konuşurken kendinizi onun yerine koyarak onun gibi düşünmeli ve olaylara onun bakış açısıyla bakmalısınız.**

Dinlediğiniz için Teşekkürler

İbrahim Özaydın İlkokulu Rehberlik Servisi
Psk. Danışman Tuğçe Naz YILMAZ