

NE VAR?
YOK?!

GENÇLERLE GÜVENLİ İLİŞKİLER ÜZERİNE ÇALIŞMAK

Eğitimciler ve Danışmanlar için
UYGULAMA EL KİTABI



Cinsel Şiddetle
Mücadele Derneği



info@cinselsiddetlemucadele.org

cinselsiddetlemucadele.org

[instagram.com/projenevarneyok/](https://www.instagram.com/projenevarneyok/)

Hazırlayanlar

Nurgül Öztürk, Psikolog

Merve Karabulut, Uzman Psikolog

Efsun Sertoğlu, Cinsel Sağlık Eğitmeni-Danışmanı

Tasarım



1. Basım

Ağustos 2017

2. Basım

Haziran 2018

3. Basım

Ağustos 2023

Bu kitabın 3. baskısı EMpower Vakfı'nın mali katkısı ile hazırlanmıştır. Kitabın içeriğinden sadece Cinsel Şiddetle Mücadele Derneği sorumludur ve bu içerik herhangi bir şekilde EMpower Vakfı'nın görüş veya tutumunu yansıtmaz.

BÖLÜM 1. NE VAR NE YOK?! PROJESİ

- Teorik Arka Plan	8
- Proje İçeriği	14
- Eğitimcilerin ve Gençlerin Paylaşımları	18
- Şiddet Bir Sınırı Aşmaktır Araştırma Sonuçları	26

BÖLÜM 2. NE VAR NE YOK?! EĞİTİCİ EĞİTİMİ PROJESİ

- Proje İçeriği	42
- Danışmanların Paylaşımları	45

BÖLÜM 3. TEMEL BİLGİLER

- Kavramlar Sözlüğü	52
- Şiddet Türleri ve Tanımları	58
- Şiddet Döngüsü	62
- Şiddete Maruz Bırakılan Gençleri Desteklemek	63
- Flört Şiddetini Besleyen Mitler	64
- Güvenli İlişkinin Özellikleri	65
- İlişki Spektrumu	66
- Uyarı İşaretleri	68

BÖLÜM 4. UYGULAMA ÖNCESİ ÖNERİLER

- Uygulama Kitabını Nasıl Kullanabilirsiniz?	70
- Daha Etkili Bir Çalışma Yürütmek İçin	73
- Gençlerle Güvenli İlişkiler Hakkında Konuşmak İçin 10 Öneri ...	77
- Kendinize Bu Soruları Sorun	80
- Güvenli Alan Oluşturma	81
- Grup İçinde Yaşanabilecek Açılmalar	82
- Kapsayıcı ve Güçlendirici Dil - Yaklaşım	83
- Sorular ve Öneriler	85

BÖLÜM 5. UYGULAMALAR

- Çizgiyi Sill!	88
- Komik Değil!	92
- Doğru Mu Yanlış Mı?	98
- Onay Aldın Mı?	104
- Ben Neresindeyim?	110
- Seni Online Görmüşler	114
- Adını Koyalım: Şiddet	120
- Saygı Var, Şiddet Yok!	124
- Aşk Bu Değil	130
- Güç Değil, Eşitlik	140

Cinsel Şiddetle Mücadele Derneği; 2014 yazında, cinsel şiddetin varlığının, meşruiyetinin ve yarattığı hasarların azaltılmasına ve ortadan kaldırılmasına yönelik çalışmalar yapmak; cinsel şiddeti daha görünür, konuşulur ve tartışılır kılmak; farklı cinsel şiddet biçimleri ile aralarında hiyerarşi kurmadan mücadele etmek üzere İstanbul'da kuruldu. Dernek ekibi 2014'ten bu yana; farklı meslek gruplarına, ebeveynlere ve gençlere yönelik eğitim, seminer, atölye ve farkındalık artırıcı etkinlikler düzenliyor; bilgilendirici görsel ve yazılı materyaller üretiyor ve özellikle koruyucu-önleyici çalışmalar, medya, gençlik ve savunuculuk alanlarına odaklanıyor.

Başlarken

Cinsel Şiddetle Mücadele Derneği olarak; cinsel şiddetin kültür yoluyla öğrenilen ve normalleştirilen, dolayısıyla gerekli çalışmalar ve müdahaleler yapıldığında önlenebilecek bir sorun olduğunu düşünüyoruz. Bu nedenle; çocuk ve gençlik alanlarında uygulamak üzere, cinsel şiddete karşı koruyucu-önleyici çalışmaların sayısının ve kapasitesinin artırılmasına yönelik adımlar atıyoruz.

Gençler arası sosyal/duygusal ilişkilerdeki şiddet olgusuna odaklandığımız Ne Var Ne Yok?! Projesi bu alanda attığımız önemli adımlardan biri oldu. Lise gençlerinin ve eğitimcilerin toplumsal cinsiyet temelli şiddet, ayrımcılık, akranlar arası zorbalık, dijital şiddet, kişisel sınırlar, onay kavramı ve flört şiddeti konularında farkındalıklarının artırılmasına yönelik pilot bir çalışma olarak tasarladığımız, daha sonra eğitici eğitimi ile yaygınlaştırmaya başladığımız projenin uygulama aşamalarını sizlerle paylaşıyor, bu çalışmaların sizler aracılığıyla yaygınlaşabilmesini umut ediyoruz.

Kitabın ilk bölümünde Ne Var Ne Yok?! Projesi hakkında detaylı bilgiye, projeye katılan eğitimcilerin ve gençlerin paylaşımlarına ve proje kapsamında yürütülen araştırmanın sonuçlarına değindik. İkinci bölümde Ne Var Ne Yok?! Eğitici Eğitimi Projesi'ne ve eğitime katılan psikolojik danışmanların gençlerle yürüttüğü uygulama deneyimlerine odaklandık. Üçüncü ve dördüncü bölümde, eğitimcilerin uygulama öncesinde ihtiyaç duyabileceği temel bilgilere ve önerilere yer verdik. Son bölümde ise hem proje süresince uyguladığımız hem de yararlı olabileceğini düşündüğümüz farklı uygulama örneklerini bir araya getirdik.

Eğitimciler olarak; gençler arası ilişkilerde şiddetin derecesi artmadan duruma müdahale etmekle olduğumuz kadar, şiddetin ortaya çıkmasını önlemekle de yükümlüüz. Dileriz bu kitap, gençlerin zarar görmedikleri ve zarar vermedikleri güvenli ilişkiler yaşamaları adına onları destekleyebilmeniz için çalışmalarınıza katkı sunacak bir kaynak olur.

BÖLÜM 1

NE VAR NE YOK?!

PROJESİ



Teorik Arka Plan

Ergenlik yalnızca şiddete maruz kalma değil, şiddetin uygulayıcısı olma açısından da riskin yüksek olduğu bir aşamadır (Aslan, Vefikuluçay, Zeyneloğlu, Erdost, ve Temel, 2008). Ergenin kendisine ya da bir başkasına yönelttiği veya gruplar arasında yaşanabilen şiddet ve istismar çok yeni konular olmamakla birlikte; gündeme taşınması, ciddi bir şekilde ve çok boyutlu olarak ele alınması yaklaşık son 10 yıllık bir döneme denk gelmektedir (Offenhauer, 2011).

Ergenlik, çocukluktan geçişle birlikte ilginin, mahremiyetin, arkadaşlığın ve desteğin artık aile dışındaki unsurlardan arandığı ve zihinsel ve duygusal dünyanın dışı doğru açıldığı bir dönemdir (Glass, Fredland, Campbell, Yonas, Sharps, ve Kub, 2002; Wekerle ve Wolfe, 1999). Ergenler arasındaki ilişkilerde en belirgin şekilde öne çıkan şiddet davranışlarının akranlar arası şiddet ve flört şiddeti olduğu söylenebilir. Araştırmalar ergenlerin, özellikle 14-15-16 yaş aralıklarında flört ilişkilerine başladıklarını ve şiddete maruz kalma risklerinin de paralel bir şekilde arttığını göstermektedir (Wekerle ve Wolfe, 1999; Aslan ve ark., 2008; Glass ve ark., 2002).

Flört şiddeti; flört yaşantısındaki birçok şiddet türünü kapsayan şemsiye bir kavram olarak kullanılmaktadır (Toplu-Demirtaş, 2015). Bazı araştırmacılar flört şiddetinin kapsamını yalnızca eski ya da şimdiki partnere yönelik fiziksel güç kullanımı ya da bu gücü kullanma tehdidi olarak sınırlandırmaktadır. Ancak daha genel anlamıyla genelgeçer kullanımı, farklı derecelerde zarar verebilen her türlü kontrol edici ve hükmedici davranışlar bütünü olarak kabul edilmektedir (Glass ve ark., 2002; Wekerle ve Wolfe, 1999). (Flört şiddetinin tanımı, türlerini ve ilgili kavramları ilerleyen bölümlerde bulabilirsiniz.)

Flört şiddeti yeni yeni gündeme gelen bir konu olmakla birlikte, bu konuda yapılan çalışmalar yaygınlığının yüksek olduğunu göstermektedir. Hacettepe Üniversitesi tarafından üniversite öğrencileri ile flört şiddetinin yaygınlığı üzerine yapılan araştırmaya katılan öğrencilerin yüzde 28.6'sı flört ilişkileri içinde şiddete maruz kaldıklarını bildirmişlerdir (Aslan ve ark., 2008). 337 kadın üniversite öğrencisiyle yapılan bir başka araştırmada ise katılımcıların yüzde 29.1'i yaşadıkları flört ilişkileri içinde en az bir kere cinsel şiddete maruz bırakıldığını ifade etmiştir. Bu oran duygusal şiddet söz konusu olduğunda yüzde 77.4'e yükselmiştir. Fiziksel şiddet ise yüzde 37.1 olarak görülmüştür (Toplu ve Hatipoğlu-Sümer, 2011).

Konuyla ilgili yapılan araştırmalar flört şiddetinin farklı biçimlerine odaklanabilmektedir, ancak genel duruma bakıldığında araştırmalar kapsamında

en yüksek oranda bildirilen şiddet türünün psikolojik şiddet olduğu, onu da fiziksel şiddetle ilgili bildirimlerin takip ettiği görülmektedir. Araştırmalarda en az oranda bildirimi yapılan şiddet türü ise tahmin edilebileceği gibi cinsel şiddettir (Offenhauer, 2011).

Yine yakın zamanda yapılan bir araştırmanın sonuçlarına bakıldığında; yaygınlığına ve yıkıcı etkilerine rağmen flört ilişkisi içinde gerçekleşen psikolojik saldırganlığın diğer şiddet türleri ile karşılaştırıldığında, üniversite öğrencileri tarafından önemsenmediği ve normalleştirildiği ortaya çıkmıştır. Bu durumun, üniversite öğrencilerinin psikolojik saldırganlığı bir problem olarak algılamamasına; sevgi, kıskançlık, aşk adı altında kabullenici tutumlar geliştirmesine ve uzun vadede bu davranışlara başvurmasına neden olabileceği düşünülmektedir (Toplu-De-mirtaş, 2015).

Özellikle son yıllarda akıllı telefon ya da sosyal medya araçları üzerinden teknolojik yöntemlerin kullanılması yoluyla takip, gözetleme, casusluk yapma gibi davranışların ergenler arasında ilişkilerdeki suistimali ve şiddeti arttırdığı yapılan çalışmalar tarafından ortaya konmaktadır (Draucker ve Martsolf, 2010). Bu alanda yapılan çalışmalar henüz az sayıda ve kısıtlı olsa da, sonuçlar teknolojik araçlar yoluyla gerçekleştirilen flört şiddetinin yüksek oranlarda olduğunu ve kapsamı bakımından yükselen bir tehdit haline geldiğini ortaya koymaktadır (Offenhauer, 2011). 2007 yılında ergenler arası flört şiddeti ve teknoloji üzerine yapılan araştırmadan çıkan sonuçlar bu savı destekler niteliktedir. Araştırmaya göre; katılımcı gençlerin yüzde 36'sı partnerleri tarafından günde 10 ila 30 kez arası cep telefonu ile aranmak suretiyle kontrol edildiklerini; yüzde 30 civarı ise benzer kontrol etme durumuna mesaj ve e-posta yoluyla maruz kaldıklarını bildirmişlerdir. Yine aynı araştırmada; gençlerin yüzde 17'si teknolojik araçlarla iletişime yanıt vermemeleri durumunda başlarına geleceklerle ilgili partnerleri tarafından korkutulduklarını belirtirken; her 4 gençten 1'i şimdiki veya eski partnerleri tarafından telefon mesajları ya da sosyal ağlar üzerinden aşağılama, küçümseme, lakap takma gibi davranışlara maruz kaldıklarını ifade etmişlerdir (Picard, 2007).

Yaş durumuna göre bakıldığında, flört şiddetinin yaygınlığının ve yoğunluğunun hem maruz kalan hem de uygulayan açısından erken yaş dönemlerinden ergenliğe doğru arttığı görülmektedir (Arriaga ve Foshee, 2004; Holt ve Espelage, 2005). 8. ve 9. sınıflarla 6 ay boyunca sürdürülen boylamsal bir çalışmada, flört şiddeti uyguladığını bildiren kişilerin oranının yüzde 20'den 32'ye, flört şiddetine maruz bırakıldığını bildiren kişilerin oranının da yüzde 36'dan 48'e çıktığı tespit edilmiştir (Arriaga ve Foshee, 2004).

Cinsiyet açısından yaygınlık ve yoğunluk oranlarına bakıldığında ise yapılan araştırmalar sonucunda kız ve oğlan çocuklarının istismar bildirim oranlarının hemen hemen denk olduğu görülmüştür (Arriaga ve Foshee, 2004; Offenhauer, 2011).

Örneğin; yapılan geniş çaplı bir araştırmada, kız çocuklarının yüzde 9.8'i fiziksel olarak flört şiddetine maruz kaldığını bildirirken, bu oranın oğlan çocuklarında yüzde 9.1 olduğu görülmüştür (Centers for Disease Control and Prevention, 2008).

Bazı çalışmalar, özellikle flört şiddetinin fiziksel yolla gerçekleştirilmesi konusunda kız ve oğlan çocukları arasında maruz kalma açısından belirgin bir fark olmadığını göstermektedir (Arriaga ve Foshee, 2004). Uygulama ve maruz kalma açısından bakıldığında, kız çocuklarının da flört şiddeti uygulama oranlarının yüksek olması açısından şiddet türleri arasında flört şiddetinin özgül bir yere sahip olduğu söylenebilir (Feiring, Deblinger, Hoch-Espada, ve Haworth, 2002; Wekerle ve Wolfe, 1999). Nitekim bazı araştırmacılar flört şiddetinin yoğunlukla karşılıklı şiddet biçiminde görüldüğünü ifade etmektedir (O'Leary, Slep, Avery-Leaf ve Cascardi, 2008; Toplu-Demirtaş, 2015). Samsun'da bir lisede yapılan araştırmada da çalışmaya katılan 251 lise öğrencisinin yüzde 77'si flört ilişkisi içinde şiddet uyguladıklarını, yüzde 72'si ise flört ilişkisi içinde şiddete maruz kaldıklarını bildirmişlerdir; ancak kadın ve erkek öğrenciler arasında flört şiddeti uygulama ve maruz kalma açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır (Fidan ve Çakır, 2015). Bu bakımdan, program geliştiricilere ve psikolojik danışmanlara, uygulanacak önleyici ve müdahale edici programlarda kadın ve erkek öğrencileri birlikte, tek bir hedef kitle olarak düşünmeleri önerilmektedir (Toplu-Demirtaş, 2015).

Ancak yine de uygulanan şiddetin ciddiyeti, yarattığı sonuçlar ve etkisinin uzunluğu bakımından hâlâ kız çocukların oğlan çocuklara oranla şiddetin maruz kalma oranlarının belirgin derecede fark ettiği görülmektedir (Aslan ve ark., 2008). Zira, uygulanan şiddet türleri açısından bakıldığında, oğlan çocukların daha yoğunluklu olarak flört ilişkisi içinde cinsel şiddet ve ağır fiziksel şiddet uyguladığı, buna karşın kız çocukların orta dereceli fiziksel şiddetin yanında daha yoğunluklu olarak sözel ve psikolojik şiddet uyguladığı ortaya konmuştur (Arriaga ve Foshee, 2004; Sears, Byers ve Price, 2007).

Flört şiddetinin yaygınlığını ve yoğunluğunu etkileyen unsurlar yaş ve cinsiyetten ibaret değildir. Etnik köken, cinsel yönelim/cinsiyet kimliği vb. gençlerin sahip olduğu diğer özelliklerin de flört şiddetine etkisi olup olmadığı araştırılmaktadır. LGBTİ+'lar, özellikle cinsellik ve cinsiyet ifadeleri üzerinden toplumsal düzlemde yoğun ayrımcılığa uğradığı için LGBTİ+ ergenlerin flört şiddeti kapsamında ne-

ler yaşadığı özel dikkat gerektiren bir konu haline gelmektedir. Ergenliğin, yeniden keşfetme, kendini tanıma ve sorgulama, aitlik kurma ve ötekiyle ilişki kurma açısından özgül bir dönem olması nedeniyle LGBTİ+ ergenlerin bu süreci nasıl geçirdikleri yetişkinlikteki hayatlarını doğrudan etkileyen bir öneme sahiptir. Ancak, LGBTİ+ ergenler ve flört şiddeti üzerine yapılan çalışmalar kısıtlı bir niceliğe sahiptir (Offenhauer, 2011). Bunun bir sebebi, bu konuya henüz yeterince ilgi gösterilmemesi iken, diğer sebebi LGBTİ+ ergenlerin ayrımcılığa uğrama, etiketlenme, şiddete maruz kalma gibi durumlar sebebiyle anonim araştırmalarda dahi kendilerini açmak istememeleridir. LGBTİ+ ergenlerle yapılan kısıtlı sayıdaki araştırmalar, yaygınlık açısından LGBTİ+ ergenlerle na-trans (trans olmayan) ve heteroseksüel akranları arasında belirgin bir farklılık olmadığını ortaya koymuştur. Ancak, na-trans – heteroseksüel akranlarından farklı olarak; LGBTİ+ ergenlerin, cinsel yönelimlerinin ve cinsiyet kimliklerinin açık edilmesi korkusu ve güvenlik kaygıları gibi özgül durumlarla da baş etmek zorunda olduklarını ortaya koymuştur (Freedner, Freed, Yang, ve Austin, 2002).

Flört şiddeti; yalnızca kısa süreli etkileri açısından değil, uygulayan ve maruz kalanların yetişkinlik hayatını ve yetişkinlikteki ilişkilerini doğrudan etkileyen bir olgu olması açısından da kritik bir problem alanıdır. Madde kullanımı, yeme ve uyku bozuklukları, riskli cinsel davranışların ortaya çıkması, intihar riskinin yükselmesi, travmatik belirtilerin ortaya çıkması, utanç ve suçluluk kaynaklı soyutlanma vb. gibi hem kısa dönemde hem de uzun dönemde derin etkiler bırakabilmekte, fiziksel ve psikolojik sonuçlara neden olabilmektedir (Aslan ve ark., 2008).

Yapılan tüm çalışmalar; ergenler arası ilişkilerde flört şiddetinin, yaygınlığı, yoğunluğu, ortaya çıkma biçimleri ve sonuçları itibarıyla, hem bireylerin hem de toplumun fiziksel ve ruhsal sağlığını doğrudan etkileyen ve ciddiyetle ele alınması gereken bir konu olduğunu ortaya koymaktadır. Araştırmalar, yapılan kısa süreli müdahale programlarının tutum ve algı değişiminde önemli olduğunu, ancak flört şiddetinde şiddet davranışlarının değişmesi için uzun süreli ve kapsamlı programların takip edilmesi gerektiğini ortaya koymaktadır. Farklı ülkelerde buna yönelik yapılan sınırlı sayıdaki uzun süreli programların etkili olduğu görülmüştür (Offenhauer, 2011). Flört şiddeti kritik bir toplumsal gerçek olarak önümüzde durmaktadır. Okullar başta olmak üzere, bu konunun tespit ve müdahale edilebileceği yerlerde dikkatle ele alınmaması ve yok sayılması gençlerin yaşadıkları şiddeti ortadan kaldırmamakta; onları sessizleştirmekte ve şiddetin etkilerinin daha da derinleşmesine yol açmaktadır. Bu nedenle, önleyici ve müdahale edici programlar bu alanda kritik öneme sahiptir.

Kaynakça

- Arriaga, X. B., & Foshee, V. A. [2004]. Adolescent dating violence: Do adolescents follow in their friends' or their parents' footsteps? *Journal of Interpersonal Violence*, 19, 162-184.
- Aslan, D., Vefikuluçay, D., Zeyneloğlu, S., Erdost, T., & Temel, F. [2008]. Ankara'da iki hemşirelik yüksekokulunun birinci ve dördüncü sınıflarında okuyan öğrencilerinin flört şiddetine maruz kalma, flört ilişkilerinde şiddet uygulama durumlarının ve bu konudaki görüşlerinin saptanması araştırması (Teknik Rapor). Ankara: HÜKSAM.
- Centers for Disease Control and Prevention [2008]. Youth risk behavior surveillance (MMWR, Vol. 57). Retrieved from <https://www.cdc.gov/mmwr/pdf/ss/ss5704.pdf>
- Feiring, C., Deblinger, E., Hoch-Espada, A., & Haworth, T. [2002]. Romantic relationship aggression and attitudes in high school students: The role of gender, grade, attachment and emotional styles. *Journal of Youth and Adolescence*, 31(5), 373-385.
- Fidan, S., & Çakır, S. [2015]. Lise öğrencilerinde şiddetin farklı bir yüzü: "Flört şiddeti". Retrieved from https://www.academia.edu/29055840/Lise_flort_%C5%9Fiddet
- Foshee, V. A., Bauman, K. E., Linder, F., Rice, J., & Wilcher, R. [2007]. Typologies of adolescent dating violence: Identifying typologies of adolescent dating violence perpetration. *Journal of Interpersonal Violence*, 22(5), 498-519.
- Freedner, N., Freed, L. H., Yang, Y. W., Austin, S. B. [2002]. Dating Violence Among Gay, Lesbian and Bisexual Adolescents: Results From a Community Survey. *Journal of Adolescent Health*, 31 (6), 469-474.
- Glass, N., Fredland, N., Campbell, J., Yonas, M., Sharps, P., & Kub, J. [2002]. Adolescent dating violence: Prevalence, risk factors, health outcomes and implications for clinical practice. *Journal of Obstetric, Gynecologic and Neonatal Nursing*, 32(2), 227-238.
- Holt, M. K., & Espelage, D. L. [2005]. Social support as a moderator between dating violence victimization and depression /anxiety among African, American and Caucasian adolescents. *School Psychology Review*, 34(3), 309-328.
- Offenhauer, P. [2011]. Teen dating violence: A literature review and annotated bibliography. Washington: The Library of Congress.
- O'Leary, K. D., Slep, A. M. S., Avery-Leaf, S., & Cascardi, M. [2008]. Gender differences in dating aggression among multiethnic high school students. *Journal of Adolescent Health*, 42, 473-479.
- Picard, P. [2007]. Tech abuse in teen relationships study. Illinois: Liz Claiborne, Inc.
- Sears, H. A., Byers, E. S., & Price, E. L. [2007]. Co-occurrence of adolescent boys' and girls' use of psychologically, physically and sexually abusive behaviors in their dating relationships. *Journal of Adolescence*, 30(3), 487-504.
- Toplu-Demirtaş, E. [2015]. Psychological aggression perpetration among dating college students: The interplay of societal, parental, and personal factors (Unpublished doctoral dissertation). Middle East Technical University-Ankara.
- Toplu, E., & Hatipoğlu-Sümer, Z. [2011, Ekim]. Flört ilişkisinde şiddetin yaygınlığı ve türleri. Paper presented at the meeting of the XI. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi, 2011, İzmir, Turkey.
- Wekerle, C., & Wolfe, D. A. [1999]. Dating violence in mid-adolescence: Theory, significance and emerging prevention initiatives. *Clinical Psychology Review*, 19(4), 435-456.

bağımsızlık
güven huzur eşitlik
eğlence teşekkür
keyif aşk
saygı sevgi sorumluluk
özgüven
özsaygı destek anlayış
sınır mutluluk

NE VAR YOK?!

ısrar şiddet aşağılama
ayrımcılık baskı taciz
tehdit kışkırtılık
takip şüpheli cinsiyetlilik
alay kontrol kısıtlama
suçlama
görmezden gelme onay
sahiplenme kıyaslama

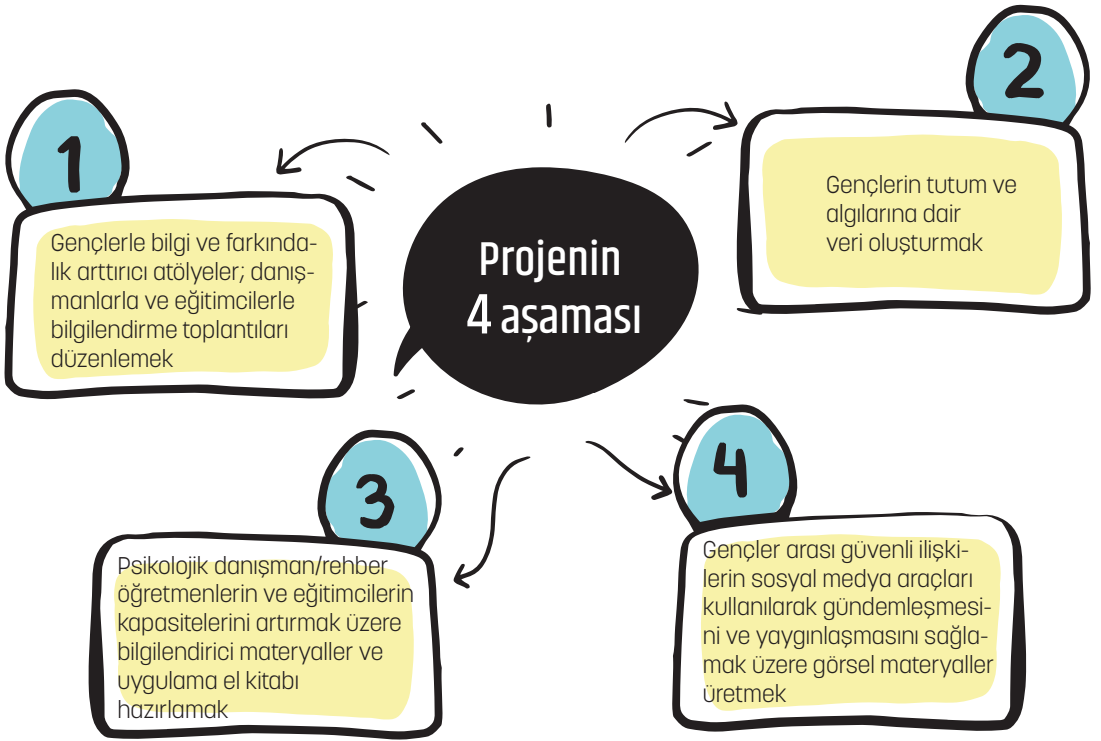
Şiddetsiz okullar, güvenli ilişkiler ve
bağımsız güçlü bireyler için
Bir gençlik projesi...

#projenevarneyok

NE VAR YOK?! | **Cinsel Şiddetle Mücadele Derneği** | **Ministry of the Netherlands**

*Burada öne geçirilen kavramlar Cinsel Şiddetle Mücadele Derneği'ne ait bir dokümanla hiçbir biçimde Hollanda Kızların Başbakanlığı'nın resmi görüşleri olarak değerlendirilmez.

Ne Var Ne Yok?!; Cinsel Şiddetle Mücadele Derneği'nin ilk gençlik projesidir. Proje; toplumsal cinsiyet temelli şiddet, ayrımcılık, akran zorbalığı, dijital şiddet, flört şiddeti ve güvenli ilişkiler gibi konularda hem öğrencileri hem eğitimcileri bilgilendirmek, farkındalıklarını artırmak ve güçlendirmek; böylece şiddet vakalarını en aza indirmeye yönelik koruyucu-önleyici bir model geliştirmek üzere bir pilot çalışma olarak tasarlandı. 2016-2017 eğitim-öğretim yılında, İstanbul'daki 7 farklı özel lise, kamu ve meslek lisesinde, okul rehberlik birimleriyle işbirliği içerisinde yürütülen projenin sonunda; **"Şiddet Bir Sınırı Aşmaktır: Gençlerin Toplumsal Cinsiyet ve Flört Şiddeti Algılarına Yönelik Araştırma Raporu"**, eğitimcilere yönelik bilgilendirici broşür ve şu an elinizde bulunan eğitimciler ve danışmanlar için uygulama el kitabı hazırlandı.



Proje kapsamında; İstanbul'da 7 farklı lisede eğitim-öğretim gören Hazırlık, 9, 10, 11 ve 12. sınıf öğrencileriyle sınıflar bazında 2 ders saati bir araya gelinerek; bu kitapta yer alan uygulamaların bir bölümü çalışılmıştır. Her çalışma okul rehber öğretmeni ya da branş öğretmeni eşliğinde gerçekleşmiştir. Ayrıca proje için üretilen görseller gençlerle dersler süresince paylaşılmıştır. Proje uygulama süresince yaklaşık **3500 gence** ulaşılmıştır.

Neden böyle bir proje?

- Eğitim ortamında artan şiddet olayları ve gençler arasında şiddetin normalleştirilmesi
- Eğitimcilerin ve danışmanların, gençlerle yürütecekleri şiddeti önleme çalışmaları konusunda yöntem ve materyal eksikliği yaşaması
- Gençlerin sosyalleşme alanlarından biri okul olmasına rağmen; gençlik döneminin duygusal, cinsel ve sosyal gelişiminin önemli ve yok sayılamaz bir bileşeni olan flört olgusunun, toplumsal yapı nedeniyle bu alanlarda yeterince konuşulamaması
- Yaşadığımız dijital/görsel dünyada; şiddet konusunda gençlerin gelişim dönemine uygun bir dil ve yaklaşıma sahip, yaratıcı ve güçlendirici görsel materyallerin eksik oluşu

Bu projenin uygulama sürecinde yürütülen atölyeler ve bilgilendirme toplantıları aracılığıyla hedeflenen;

- Gençlerin sosyal ve duygusal ilişkilerindeki şiddet oranının azalmasına, tutum ve davranış düzeyinde kişisel sınır oluşturabilmelerine ve bu sınırları koruyabilmelerine,
- Gençlerin hayır deme ve hayır cevabını kabul etme becerisi kazanmalarına,
- Genç kadınların özgüvenlerinin artmasına ve kendilerini daha rahat ifade edebilmelerine,
- Gençlerde cinsiyetler arası eşitlik bilincinin yerleşmesine ve okulda yaşanabilecek toplumsal cinsiyet temelli şiddet olaylarının azalmasına,
- Rehber öğretmenlerin akran zorbalığı, dijital şiddet ve flört şiddeti vakalarına yaklaşım, müdahale biçimleri ve çözüm yöntemleri konusunda güçlenmelerine,
- Gençlerin ihtiyaç duydukları noktada okul rehber öğretmeninden bilgi ve danışmanlık alabilmelerine katkı sunmaktır.

Eğitimciler İçin Bilgilendirici Broşür



Görsel Materyaller

* Tüm görsel materyallerimize web sitesinden ulaşabilir, görselleri indirerek kullanabilirsiniz.

Rozetler



Stickerlar



Posterler



Eğitimcilerin Paylaşımları

Uygulayıcılar için düzenlenen bu el kitabından, bu işe gönül verenler tarafından hazırlandığı için, keyifle yararlanacağınızı tahmin ediyorum. Kitaptaki örnek uygulamaları görev yaptığımız okulda öğrencilerin özgür iradeleri ile öğrencileri sıkmadan, yargılamadan, öğrenciler üzerinde baskı kurmadan ve onların aktif katılımı ile gerçekleştirdik. Öğrenciler için bakış açılarını geliştirmek, akranlarının düşüncelerini öğrenmek, akran ilişkilerinde yaşayabilecekleri sorunlar için mikro öğrenme imkanı bulmak her zaman mümkün değil. Öğrenciler bu uygulamalarla günlük hayatın pratiğini yapmış oldular. Uygulamalarda gençler arkadaşlarının, sosyal çevrenin tavırını incelediği gibi kendi değer ve yargılarını da sorgulama imkânı buldular. Güvenli ilişkilerin nasıl olduğu ve güvenli ilişkiler için nasıl davranılması gerektiği konusunda farkındalık yaratan uygulamaları bizlerle paylaştıkları için Cinsel Şiddetle Mücadele Derneği'ne teşekkür ediyorum.

Derviş Rıza Alkaç
Rehber Öğretmen

Bizler, lisede, ergen çocuklarla çalışan öğretmenler olarak, onların en çok önemsedikleri şeyin birbirleriyle kurdukları ilişkiler olduğunu biliyoruz. Ancak eğitim sistemi içinde, bugüne dek, ilişki biçimlerine, kişisel hak ve özgürlüklere, çatışmalara dair sistemli bir farkındalık çalışması olmaması, (olanların rehberlik servisinin ulaşabildiği sayılı alan ve kişiyle sınırlı olması) ilk andan itibaren Ne Var Ne Yok?! projesine dair merak ve heyecanımızın nedeni oldu. Onlar, öğrencilerimiz; bizi içine almaktan hiç hoşlanmadıkları kendi ilişki alanlarında ilk dostluk ve flört deneyimlerini yaşarken, bazı hak ihlallerinin nerelere varabileceği ve bunlardan kendilerinin nasıl yara alabilecekleri konusunda, doğal olarak, öngörüsüz ve savunmasızlar. Onları korumak adına, elimizden geleni yapmaksa bizim birincil görevimiz. Bu çalışmada, bu bilinçle yola çıkarken biz de onlarla birlikte deneyimlemenin, tartışmanın ve öğrenmenin heyecanı içindeydik.

Cinsel Şiddetle Mücadele Derneği'nin eğitici eğitimiyle başlayan bu proje sürecinin her aşamasında titiz bir işbirliği sürdürdük. Bizi sürecin her anına dahil ettikleri için, çok özverili ve hassas çalışma arkadaşlarımıza burada tekrar teşekkür etmek isteriz. Süreç boyunca, öğrencilerimiz ve biz, çeşitli kavramların içini hayatımızdan örneklerle doldurduk. Amaçladığımız koruma için ilk adımları böylece atmış olduk. Bir yandan çok hızlı dönütler alırken, bir yandan da uzun vadede ortaya çıkacağını umduğumuz bir farkındalığın tohumlarını attığımıza inandık. Bu umut ve inancı diri tutarak, harika bir işbirliği içinde, süreci -şimdilik- bitirdik.

Biz ve başka eğitimci arkadaşlarla, büyüyerek ve umudu büyüterek tohumlar atmaya devam etmek ve fidanları görmek dileğiyle...

Öznur Şahinler
Edebiyat Öğretmeni

Cinsel Şiddetle Mücadele Derneği'ni, 2 sene önce, arka arkaya gelen istismar vakası haberlerinden sonra; eğitimciler olarak uzmanlardan destek alma ihtiyacı duyduğumuzda tanıdım. O süreçte yaptıkları çalışma, istismar ve cinsel şiddet hakkında farkındalık ve bilgime önemli katkı sağlamıştı. Akabinde derneğin gençlerle flört şiddeti üzerine bir çalışma yapacağı bilgisini aldım. Çalıştığım okulda fiziksel şiddet çok sık ve yoğun yaşanmamakla birlikte, gençlerin şiddetin farklı türleriyle -yer yer mağdur yer yer fail olarak - iç içe olduğunun farkındaydım. Fakat konuyla ilgili yeterince yapılandırılmış çalışma/kaynak ve donanıma sahip olmadığımız için özellikle önleyici çalışmalar konusunda yapabildiklerim çok sınırlı, yetersiz kalıyordu. Ayrıca aynı dönemde birkaç öğrencim arasında yaşanan, tam da flört ve sanal şiddet ekseninde gelişen ve çok geç haberdar oldu-

ğum bir örnekle karşı karşıyaydım. Dolayısıyla büyük bir heyecan ve sevinçle projeye katılmaya karar verdim.

Öğrencilerin arasında, izleyici olarak atölyelere katılmak benim için çok öğretici oldu. Gençler okul dışından uzmanlarla yapılan bir çalışmada, söz hakkı verildiğinde, yaratılan güvenli ortamın da etkisiyle kendilerini çok rahat ve özgürce ifade ediyorlardı. Şiddet türlerini, toplumsal cinsiyet rollerini sınıfta uygulanan etkinlikler aracılığıyla tartışırken kendi deneyim ve bakış açılarını gözden geçirmelerini, farkındalıklarının artışı gözlemek oldukça heyecan vericiydi. Etkinlikler sırasında ve sonrasında geçmişte yaşadığı, hâlâ yaşamakta olduğu farklı şiddet vakalarını paylaşan öğrenciler oldu. Hatta o dönem gençler arasında yaygın bir biçimde sanal şiddet aracı olarak kullanılan bir telefon uygulamasından ve o uygulama yüzünden öğrenciler arasında hızla büyüyen problemlerden, bu etkinliklerden biri sırasında sanal şiddetten bahsederken haberdar olduk. Yapılan çalışmalar, maruz kaldıkları pek çok davranışın şiddet olduğunu ve şiddetin mağduru olmalarının kendi suçları olmadığını net bir şekilde anlamalarını sağlamıştı. Şiddete maruz kaldıklarında okulda rehberlik servisi ve güvenilir bir öğretmenden destek alabileceklerinin sık sık altının çizilmesinin de bu paylaşımlar için gençleri cesaretlendirdiğini düşünüyorum. Bu arada “rehber öğretmen de olsa öğretmen sonuçta” cümlesiyle ifade ettikleri bize dair güvensizlikleriyle yüzleşmek, bu yargılarını aşma fırsatı bulmak bu çalışmanın benim açımdan diğer önemli bir kazanımı oldu.

Çalışma tamamlandıktan sonra da öğrencilerin birbirlerini kordorda/sınıfta cinsiyet ayrımcı ifadeleri ile ilgili olarak uyarabildiklerini; sözel ve psikolojik şiddet uygulayan arkadaş ve öğretmenlerinin davranışlarının adını koyabildiklerini gözlemek projenin sınırlı zamanda ne büyük ve kalıcı değişim yarattığını göstermiş oldu.

Esra Sokullu
Rehber Öğretmen

Ne Var Ne Yok?! projesini ilk duyduğumda, bu projenin kesinlikle kendi görev yaptığım kız lisesinde de uygulanması gerektiğini düşündüm. Çünkü sadece kızların olduğu bir okulda okuyan bir gençsen, genellikle sosyal bir erkek arkadaşın yok demektir. Erkeklerle gündelik bir ilişki içinde değilsen; diğer cinsiyetle arkadaş olarak ilişki kuramadığın, sadece sevgili olabileceğini düşündüğün, nasıl davranacağını bilmediğin ve yaşadığın ilişkilerde de bu nedenlerle şiddetin yoğun olarak var olduğu bir hayatın içindesin demektir. Rehberlik birimi olarak gençler arasında flört şiddetinin yaşandığını öğrencilerimizden çok dinliyorduk. Dolayısıyla bazen yaşadıkları şiddeti fark etmedikleri ya da bu şiddet davranışlarından rahatsız olmadıkları durumlar; bazen de kendi yaptıkları şiddet davranışları hakkında farkındalık yaratma amaçlı bireysel destek çalışmaları yürütüyorduk. Fakat sınıfın hep birlikte bu konuya değinebileceği ve bu konuları bir arada tartışabileceği bir çalışma yapmamıştık. Çünkü bunun için elimizde yeterli materyal yoktu ve bu konudaki konuşmalar biraz havada kalabiliyordu. Gençler arası şiddet davranışlarının arttığı, özellikle flört ilişkilerinde normal karşılanmaya başlandığı, çok olumsuz sonuçlarla karşılaşana kadar önemsenmediği bir zamanda yapılan her çalışmanın çok gerekli olduğunu düşünüyorum. Proje uygulama sürecinde ilk başta öğrenciler konuşmaktan çekinse de, daha sonra bu konudaki fikirlerini rahatlıkla ifade ettiler. İlk defa bu konuda sınıf olarak ciddi bir şekilde konuyu ele aldılar ve farkındalık kazandılar.

Sonrasında bu projenin okulda uygulanmasından duydukları memnuniyeti "Okulumuz çok iyi bir okul, değişik ve faydalı çalışmalar uygulanıyor" ya da "İlgilendiğim bir konuydu, bizim okulumuzda yapılmasına çok sevindim" gibi cümlelerle ifade etmeleri bizi de mutlu etti. Okulumuza ve öğrencilerimize yaptıkları katkılardan dolayı projeyi hazırlayan ve uygulayan Cinsel Şiddetle Mücadele Derneği'ne çok teşekkür ederim.

Fatma Ayan
Rehber Öğretmen

Bence...

"Bizlere verdiğiniz bilgileri ailelere de verseniz çok iyi olur."

"Dünyayı ne var ne yok ekibi yönetsin :)"

"Böyle şeylere derslerden daha çok ihtiyacımız var."

"Herkesin kafasında soru işareti olarak kalan; ancak toplum kaygısı yüzünden dile getirilemeyen konuları konuşmamız çok güzeldi."

"Bu eğitimin tüm topluma uygulanması gerek."

"Bize yapılan bu eğitim ilkokullarda da yapılırsa yararlı olur. Eğitim ilkokulda başlar ve çocuklar daha çok orada gördükleriyle hayatlarına devam eder, onları uygularlar."

"Yeterli zaman yoktu. Ne var ne yok projesi birkaç gün daha sürmeliydi."

"Hayatımızın büyük bir bölümünü okulda geçirdiğimiz için bu bilgileri burada kullanmalıyız."

"İnsanların kafasına bunları zorla da olsa sokun!"

"Okullara daha çok afiş asılmalı, rozetler dağıtılmalı ki herkes daha dikkatli olsun."

"Böyle faaliyetlerin her zaman her eğitim döneminde insanlara aktarılmalı, ben ve benim gibi öğrenciler için zorunlu ders olmalı."

"Daha çok bu tür konferanslar yapın kulüpler kurun, kurun ki buna daha fazla ihtiyaç kalmasın."

"Böyle konuları rahatlıkla tartışmak ve okulumuzun da destek olması bizi daha iyi yapıyor."

NE VAR YOK?!

Ne Öğrendim...

- "Bir şeyi istemiyorsam hayır demekten korkmamalıyım. Kimse baha sahip değil, kendi sınırlarımı kendim koyar, kendi çizgimi kendim çizerim.॥
- "İzin alma ve vermenin önemi (consent) aklımda kalan en önemli şey. Şiddet gördüğümde bunu rehber öğretmenlerimle paylaşabileceğimden artık eminim.॥
- "Bize haklarımızdan bahsedildi, bilmediğim şeyler öğrendim.॥
- "Bu eğitim çok iyi oldu. Çünkü ne kadar yanlış şeyler yaptığımı fark ettim.॥
- "Az ve önemsemediğimiz şeyleri başka birisinin önemseyebildiğini ve şiddetin sadece temasta olmayacağını öğrendim.॥
- "Şiddet içinde olduğumuzu öğrenmek üzdü. Farkında olmadan şiddet uyguladığım için de üzgünüm.॥
- "Slayt çalışmalarında sadece toplumda kadının ezilmediğini, erkeklerin de ayrıca baskı altında olduğunu görmüş oldum.॥
- "Aslında abartı olan şeylerin günümüzde ne kadar normal gösterildiğini öğrendim.॥
- "Kız ve erkek ortamında konuşulması en zor şeylerden birisi olan bir konuyu ele aldık. Bence beklediğimizden güzel bir çalışma oldu.॥
- "Öğrendiğim yeni kavramları (türcülük vs.) kullanıp, teorik olarak üzerinde çalışıp, hayatıma dahil ettim.॥
- "Cinsel şiddetin günümüzde daha üstü örtülü şekillerde olabileceğinin farkına vardım.॥
- "Günlük hayatta bilmemiz gereken ama başkaları ile paylaşamadığımız konuları konuştuk.॥
- "Eşitsizliği yok edebiliriz.॥
- "İnsanın sevgilisini kısıtlamasının ona sevgi göstermeye tekabül etmediğini öğrendim.॥
- "Şiddet olaylarının bildirilmesi gerekir.॥
- "Yaşadığımız herhangi kötü durumda içimize kapanık kalmayıp, bize yardım edebilecek kişilere ulaşmalıyız.॥
- "Bilimsel gerçeklerin anlatıldığı dersti. Flört şiddetinin hepimiz farkındayız ama anatomik olarak bilmediğim konular vardı.॥
- "Hayır" demekte sorun yok :)॥
- "İnsanlar uyurken çay istemiyorlar.॥
- "Hiçbir şeye mecbur değiliz. Kendimizi öyle hissetsek de...॥
- "Bize hayatı daha doğru şekilde aktardılar.॥
- "İnternet hakkındaki bilgiler, çünkü günlük hayatta sosyal medyaya bir sürü fotoğraf koyuyoruz.॥

NE VAR YOK?!

En Çok...

"Stickerlar konuştuğumuz konuların akılda kalmasına, sürekli hatırlanmasına yardımcı oldu. Böylece işlediğimiz ders hemen unutulmadı, öğrenciler arasında bu konunun tartışılmasına ortam sağladı."

"Çalışmalarda benim fikrim sorulduğu için mutlu oldum."

"En çok toplumsal cinsiyet konusu hoşuma gitti. Çünkü bu durum gerçekten hayatımızda bazı şeyleri zorlaştırıyor."

"Çeşitli formlar doldurmak çok hoşuma gitti. Bunu yaparak bizim düşüncelerimizi önemseyişinizi belli ettiniz."

"Rahatça soru sorabilmemiz için güvenli bir ortam yaratılması hoşuma gitti."

Özgür ve söz hakkı sahibi olduğumu hissettim.

"Sınıftaki bir arkadaşımın "aşırı kıskançlık sevgi göstergesi midir?" sorusuna; sakince tartışmanın sonunda herkesin "hayır değildir, aşırı kıskançlık şiddettir" demesi"

"Herkes fikirlerini açıkça belirtti, bunları dersten sonra bile konuştuk. Rozet ve stickerlar çok hoşuma gitti. Toplu taşımada çantamıza bakıp az da olsa bilgilenebilir insanlar."

"Hayatımda bir şeyleri değiştirecek tek atölyeydi. Gerçekten bir şeyler kaptım, en azından sigara içen birisi sigaranın zararlarını anlatmadı."

"Sesimizi korkmadan çıkarmamız için güzel bir çalışma."

"Beni anlatması hoşuma gitti. Yaşadığım şeyi hiç tahminadığım birinden dinledim adeta."

NE VAR YOK?!

Bundan Sonra

"Mesela kadınlar araba kullanamaz diyorlar, ben de sadece kadınlara özel araba kursu açar daha çok kadının katılmasını sağlarım."

"Aslında cinsiyet ayrımcılığını her ne kadar istemsek de; kelimelerimize bile yerleşmiş olan "kız gibi, adam gibi" kalıbını günlük yaşantımızda ister istemez kullanıyorduk. Kelimelerime daha çok dikkat eder oldum."

"Birine karşı rahat rahat konuşamıyorsam, bana saygı duymuyorsa; o güvensiz ilişkiyi orada bitirmek gerektiğine olan kararım kesinleşti."

"İsrar etmeyi ve üstelemeyi azaltacağım."

"Kız arkadaşım ile ilişkiyi gözden geçireceğim."

"Sosyal medyada paylaştığım ve paylaşacağım şeylere daha çok dikkat edeceğim, çünkü başkalarının kişisel haklarını çiğneyebiliyoruz."

"Hayır!" kelimesinin naz yapmak olmadığını insanlara anlatmayı düşünüyorum."

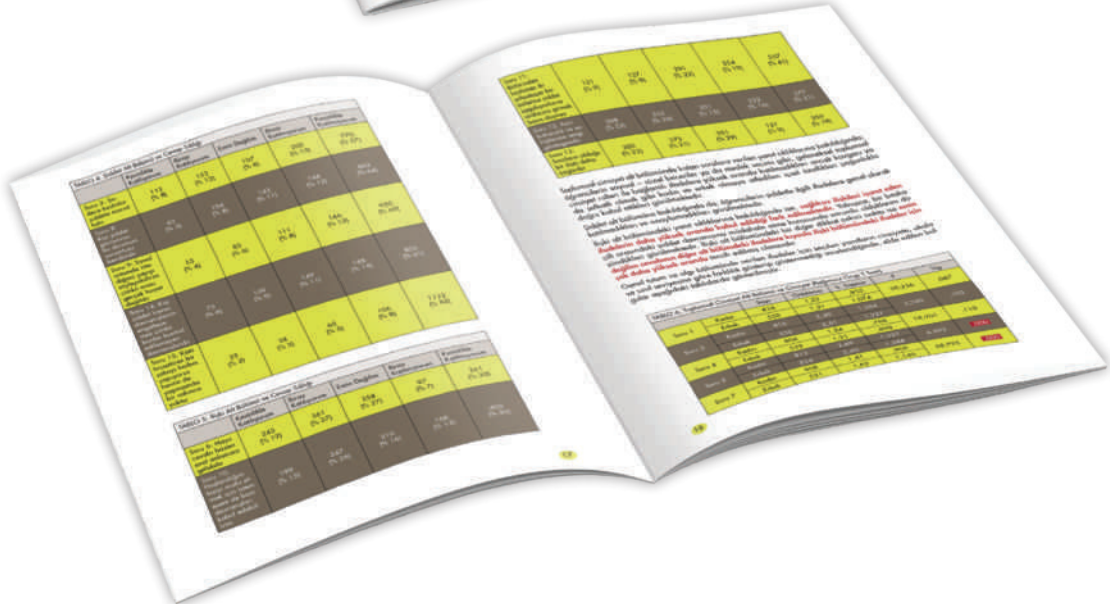
"Rahatsız hissettiğin zaman gidebilirsin. Seni üzüyor veya canını acıyorsa o kişiden uzaklaş."

"Bazı zamanlarda karşımdaki insanı zorladığımı fark ettim. Daha dikkatli olacağım."

"İlişkilerimde şiddeti normalleştirmeyeceğim."

NE VAR YOK?!

Gençlerin Toplumsal Cinsiyet ve Flört Şiddeti Algılarına Yönelik Araştırma Raporu



Ne Var Ne Yok?! Projesi'nin uygulama sürecinin diğ er bir aşaması olan bu araştırma aracılığıyla; gen erlerin toplumsal cinsiyet rollerine bakışları ve bu rollerin hayatlarına yansımaları, şiddeti nasıl gördükleri, neyi şiddet olarak kabul ettikleri, dijital ortamda uygulanan şiddet konusuna bakış açıları, şiddetle ilgili toplumsal ve güncel olayları nasıl yorumladıkları, eğitim ortamında nelerle karşılaştıkları, güvenli ve güvensiz ilişki tanımları, şiddete maruz bırakıldıklarında kimden yardım istedikleri konularındaki algılarına dair veri oluşturuldu. Bu verilerin elde edilmesiyle hedeflenen;

- şiddet konusunda gen erlerin algılarının ve düşüncelerinin görünür kılınması,
- şiddete sebep olan dinamiklere dair durum analizi yapılabilmesi,
- şiddeti  nleme noktasında gen erlerin algı ve ihtiyaçlarına yönelik çalışmalara yol gösterebilecek istatistiki bilginin sunulmasıydı.

Araştırmaya, projenin uygulandığı sınıflardan; **14-18 yaş** arası toplam **3.153  ğrenci** katıldı. Araştırmada sınıflara göre iki farklı ölçek kullanıldı. 3.153 öğrenciden 1.361'i **Akran şiddeti Tutum  l eği**'ni doldururken, 1.792'si **Flört şiddeti Tutum  l eği**'ni doldurdu.

* Burada sonuçların bir kısmına yer verdiğimiz araştırmanın tamamını derneğin web sitesinde bulunan Programlar > Dönüştürme ve  nleme Programı > Ne Var Ne Yok?! > Ne Var Ne Yok?! Yayınları bölümünden inceleyebilirsiniz.

Erkekler birbirine sarılmıyor ama kızlar rahat rahat sarılıyor; el ele yürüyor koridorlarda.

- 15 Yaş -

Kızlar basketbol oynamaz gibi düşünülüyor. Okulda oynayan kız olmadığı için ben de oynayamıyorum; erkekler de aralarına almıyor.

- 16 Yaş -

Toplumsal cinsiyet rolleri psikolojik baskıyla bize şiddet olarak dönüyor.

- 16 Yaş -

En iyi kadın futbolcuyu getirin; en kötü erkek futbolcudan daha kötü oynar.

- 15 Yaş -

Kızlar arabayla oynamak istediğinde kabul edilebiliyor, fakat oğlanlar ip atlamak istediğinde sorun oluyor.

- 15 Yaş -

Erkek kavgacı değilse bu ülkede yaşayamaz.

- 16 Yaş -

Çok önemli diğer bir konu da bu normlarla ilgili sürekli bir 'ispat' mecburiyetinde bırakılmamız. Burada tartışırken bile kadınların da güçlü olduğunu ispatlayan örnekler bulmaya çalışıyoruz. Kimseye bunu ispatlamak zorunda değiliz ve olmamalıyız.

- 17 Yaş -

Ben küçük yaşta beri pc oyunları oynuyorum ya da futbola ilgili duyuyorum diye çevremdekiler şaşırıyor. Sanki oyunlar bir cinsiyet için yapılıyor gibi; bu bilinçaltına yerleşiyor.

16 Yaş

"Bir kadınla konuşuyorsun, dikkat et" denmesi çok saçma, herkesle konuşurken dikkat edilmeli.

- 16 Yaş -

Neden erkeklerin sünneti kutlanıyor, törenler yapılıyor da; kızların adet dönemi utanç konusu oluyor?

- 16 Yaş -

Kadın-erkek eşitliği derken bile ayırım yapmıyor muyuz? Neden kadın, erkek diyoruz?

- 16 Yaş -

Erkeklerin sürekli seks düşünmesi kabul edilir bir durum olduğu için rahat rahat cinsellikle ilgili konuşuyorlar. Kadınların konuşması ise tabu olduğu için bizim açımızdan durum farklı oluyor.

- 16 Yaş -

Köye gittiğimde kafam karışıyor
bu konularda. Gelenekler var
orada.. Anneannem yemeği önce
benim önüme koyuyor, çünkü
erkekler önce yer bizim köyde.
O zaman ne yapmalıyım?

- 15 Yaş -

Neden masallarda hep
Külkedisi bir erkeğin gelip onu
kurtarmasını bekliyor?

- 16 Yaş -

İskoçya'da erkeklere etek boyuyla ilgili
baskı yapıyorlar mı sizce?

- 16 Yaş -

Bir erkek olarak tayı
giyemiyorum; giyinince
dalga geçiyorlar.

- 15 Yaş -

Kapalı giyinince keşban, paçoz;
açık giyinince yollu ya da
yelloz oluyoruz.

- 16 Yaş -

Neden erkeklere
çiçek hediye
edilmiyor?

- 15 Yaş -

Erkekler ağlamaz değil
aslında; göstermeden ağlar.

- 16 Yaş -

Toplumda kadın ve erkeği
birbirinden ayıran
bu çizgi kalkmalı.

- 17 Yaş -

Bu cinsiyet kalıpları
nedeniyle kişi yapmayı
sevdiği bir şeyi artık
yapamayabiliyor.

- 17 Yaş -

Toplum ancak gençlerin
farkındalığı sayesinde
değişebilecek, ben
umutluyum.

- 18 Yaş -

Bizim doğamızda var
kadınları korumak. Hayvanlar bile
böyledir; bilmiyor musunuz.

- 16 Yaş -

Biz ne düşünürsek
düşünelim;
toplum değişmedikçe
bunlar aynı kalacak.

- 18 Yaş -

Gençlerin Flört Şiddeti Algıları

Her 4 gençten 3'ü

Şiddet gören bir kişinin ilişkii kolayca bitirebileceğini

Her 5 gençten 3'ü

Sevgilisini önemseyen kişinin onun kiminle, nerede, ne yaptığını kontrol edebileceğini

Her 2 gençten 1'i

Genellikle eğitimsiz insanların şiddet uyguladığını

Her 10 gençten 3'ü

Şüphelendiklerinde sevgililerinin telefonlarını kontrol edebileceklerini

Her 10 gençten 3'ü

İlişkinin iyi gitmesi için bazen istenmeyen davranışlara da evet denebileceğini

Her 5 gençten 2'si

Sözel şiddetin fiziksel şiddet kadar zarar verici olmadığını

Her 5 gençten 2'si

Kıskançlığın sevgi göstergesi olduğunu

düşünüyor

* Bu veriler; Ne Var Ne Yok Projesi?! kapsamında 3153 öğrencinin katılımıyla gerçekleştirilen "Şiddet Bir Sınırı Aşmaktır: Gençlerin Toplumsal Cinsiyet ve Flört Şiddetine Yönelik Algıları Araştırması"ndan elde edilmiştir.

Flört İçi Şiddet Davranışları

Gençlerin;

% 65'i

Kiminle, nerede, ne yaptığını kontrol etmenin / kısıtlamalar koymanın

% 2'si

Tokat atmanın

% 7'si

Tehdit etmenin

% 16'sı

Sürekli bağırmanın/ hakaret etmenin

% 18'i

Cinsellik için ısrarcı davranmanın

% 21'i

Herkesin içinde kırıcı şakalar yapmanın / alay etmenin

% 48'i

Sürekli kendisiyle vakit geçirmesi için baskı yapmanın / ısrarla mesaj atmanın

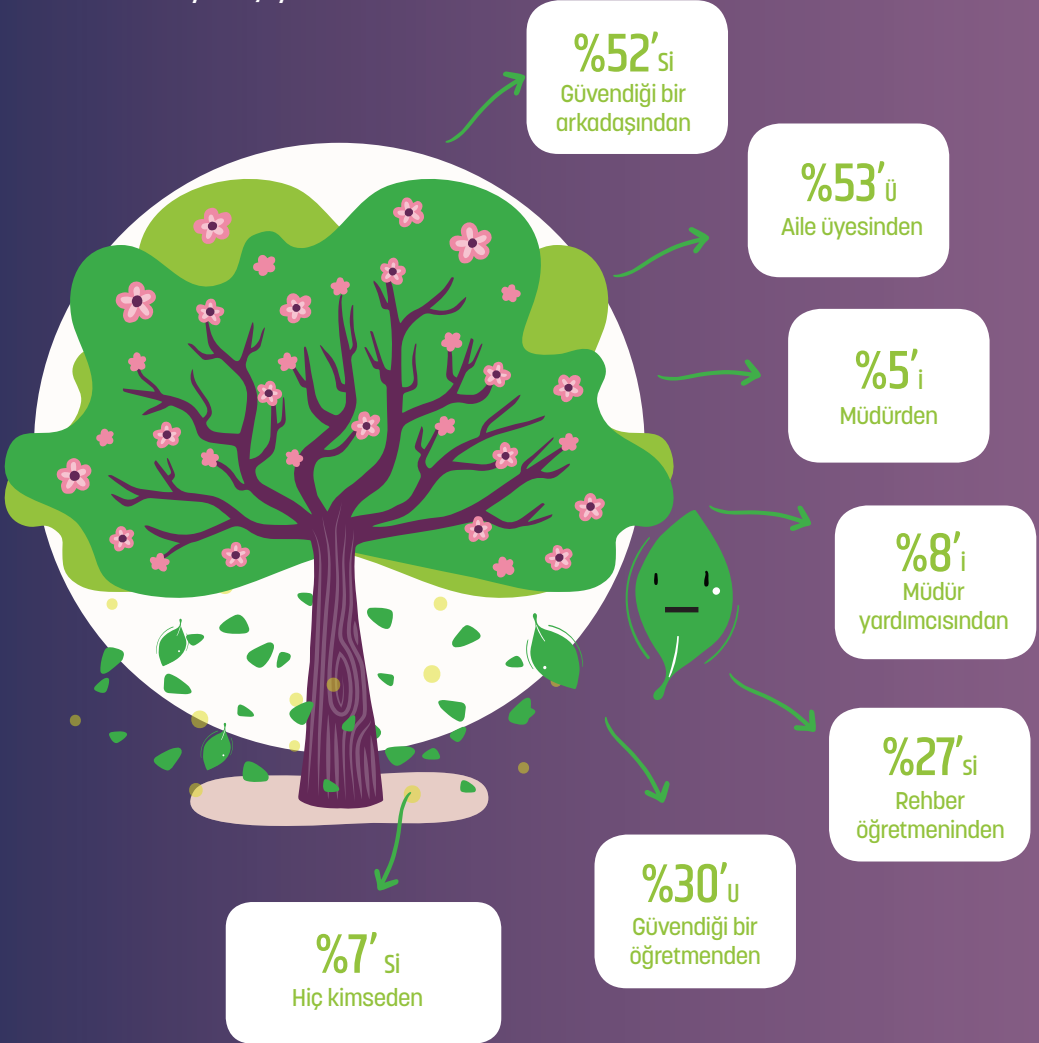


**şiddet
olmadığını
düşünüyor**

* Bu veriler; Ne Var Ne Yok Projesi?! kapsamında 3153 öğrencinin katılımıyla gerçekleştirilen "Şiddet Bir Sınırı Aşmak-tır: Gençlerin Toplumsal Cinsiyet ve Flört Şiddetine Yönelik Algıları Araştırması"ndan elde edilmiştir.

Destek Kaynakları

Gençler fiziksel/psikolojik/cinsel bir şiddet yaşamaları durumunda kimlerden destek almayı seçiyorlar?



* Bu veriler; Ne Var Ne Yok Projesi? kapsamında 3153 öğrencinin katılımıyla gerçekleştirilen "Şiddet Bir Sınırı Aşmaktır: Gençlerin Toplumsal Cinsiyet ve Flört Şiddetine Yönelik Algıları Araştırması"ndan elde edilmiştir.

Gençlerden Gelenler:

Toplumsal Cinsiyet Nedir?

Tamamen birbirleriyle eşit ve aynı olan insanları **üstünlük** sağlayabilmek için kalıplara sokarak ayırmak ve **gruplamak**tır

Kalıplaşmış cinsiyet rollerini herkesin benimsemesi **beklentisi**

İnsanların hissettikleri cinsiyeti söylemekten **korkmalarıdır**

Kişinin kendisini hissettiği cinsiyeti tercih edememesi, **baskı** nedeniyle toplumda beklenen rolü üstlenmesi

Olmalıdır

Kadın ve erkeğin belirli kalıplara sokulması ve bu durumu aşan insanların **dışlanması** ve şiddet görmesi

Cinsiyet ayrımcılığının kulağa daha hoş gelen bir diğer hali

Biyolojik cinsiyetlere sosyal **sorumluluklar** yüklemek

'Kız gibi, erkek gibi' cümleleriyle karşı tarafı kalıplaştırmak

Şu zamanda bir erkek çocuğa da, bir kız çocuğa da, hayvanlara da -ki nesnelere bile **taciz, tecavüz** ediliyor. Toplumsal cinsiyetin hepsini içerdiğini düşünüyorum

Kişinin kendisini hissettiği cinsiyeti tercih edememesi, **baskı** nedeniyle toplumda beklenen rolü üstlenmesi

Toplumu bizlerin fikrini almadan bizlere üstlendiği **roller**

Cinsiyet **genellemeleri**dir

Toplumda bulunan **zihinsel** cinsiyet farklılığı

İnsanların cinsiyetine ya da cinsel tercihlerine göre **yargılanması**dır

Kadın ve erkek toplum kalıplaştırdığı davranışları yapma **zorunlulukları**

Toplumu büyük bir kesiminin yaptığı; ancak yaptığı şeyin **şiddet** olduğunu düşünmediği şey

Tamamen bir **uydurma**dır

Erkek ile kadın arasındaki **bilinçaltı** farklar

Toplumu bizlere biçtiği **kaftan**

Hayatın kendisidir

Eşitsizlik (ülkede)

Saçmalık

Cinsiyet göz **yanılgısı**

Ayrıcalıklara erişimimizin **engellenmesi**

Cinsiyetle ilgili: **zihniyet**tir

Toplumsal bir **kurgu**

Kadın ve erkeklerin durması gereken **sınırlar**

Etiket

demektir; cinsiyet cinsiyetsizliktir

Kadın ve erkek diye ayrılan; kadının da erkeğin de **değer**inin bilinmediği bir toplum demektir

Toplumu **direttiği** cinsiyet farkıdır

Kimseyi ayırt etmeden, o transeksüel olmalı tarzı şeylerden bahsetmeden herkesin **eşit** olması

Cinsiyete göre **kefeler** koyulmamız

İnsanların cinsiyet **tabuları**

Halkın **gelişmişlik** düzeyine bağlıdır

Ata-erkeğin **baskın** olması

Toplumsal **şiddet** demektir

Kız erkek **stereotip**

İnsanların cinsiyetlerle ilgili **önyargıları**

Cinsiyet **kuralı** **Cahilliğin**

en küçük boyutudur

Kısaca aptallık ya da geri kâfâllık

Bir katliam demektir

Kadın **feminizm**

Bazen doğru, bazen yanlış

Ayrımcılık, **adaletsizlik** ve eşitsizlik

NE VAR YOK?



Gençlerden Gelenler:

Güvenli İlişki Nedir?

ÇIKAR İLİŞKİSİ OLMAMASI

*İki tarafın da diğer tarafın üzüleceğini bilse
bile doğruları söylemesi, yalana geltmemesi!*

İki kişinin de ayrılmaya gücünün olduğu ilişki

*Güvenli ilişki yoktur;
"henüz güvenli ilişki" vardır.*

Onay

İki tarafın da birbirlerinin hayatlarını kolaylaştırması

Bana zarar vermeyeceğini bilmek

Ters giden şeyler olursa söyleyeceğini
ve konuşup düzeltere bileceğini bilmek

Evli mutlu çocuklu

Sevgiyi zorbalık sanmamak

Sağlıklı bir iletişim kurabilmek

Mahremiyetin olması

Akşam rahat uyumak

İnsanların birbirlerinin hayatına
burnunu sokmaması

Birbirinizin karakterini değiştirme hakkı
olmadığını bilmek ve ona göre davranmak;
hayatta önce kendini sonra ikinizi düşünmek

*Karşının açık
aynalaması*

Eşit haklara sahip olmak

Birbirinin yanında yalnızken
olduğundan daha güvende hissetmek

Gün içinde ilişkiye zarar verecek
herhangi bir şey yapıp yapmadığı
hakkında şüphe duymamak

Kendi güvenliğin için belirlediğin sınırların aşılması

Bir tarafın yapabildiğini diğer tarafın da yapabilmesi

Birbirinin zamanını çalmamak,
birbirine engel olmamak

İki tarafın da istediğinde ilişkiyi
sonlandırabileceğini hissederken;
sürekli olarak ilişkide kalmayı seçtiği ve
karşılıklı sevginin saygıyla desteklendiği bir ilişki

İlişkim var diye kendimi kısıtlamamak

Eğitilmiş insanlar

Empati

İstedikimiz anda bütün şifrelerini verebilmesi

BİRLİKTE OLMADIĞIMIZ ZAMANLAR
AKLIMIZIN KALMAMASI

Hiçbir ilişki tamamen güvenli değildir

İki tarafın da, kendi özgürlüklerinin karşısındaki
kişinin özgürlüklerini ihlal etmeye
başladığı anda bittiğinin farkında olmasıdır

Çiftlerin ilk önce kendilerine güvenmesiyle başlar

Birlikteyken içinden geldiği gibi davranabilmek,
eleştirileceğim korkusu olmadan zaman geçirebilmektir

Kendi hayatını yaşarken
diğerininkini güzelleştirmesidir

KARŞISINDAKİ İNSANIN DA BİREY OLDUĞUNU
UNUTMADAN, ONA EŞYA GİBİ BAKMADAN

Akşam tartışmalar bile sabahı unutmalarıdır

Dönüp bakıldığında ilişkinin başladığı günden pişmanlık duyulmaması

Kişilerin ilişki sebebiyle stres olmaması

Hayır denilen şeyin hayır olarak kabul edilmesi demek

Özel günlerin hatırlandığı bir ilişki

Birbirine gözü kapalı güvenmek

Diğer insanlarla geçirdikleri vakti eziyete dönüştürmemeleri

Her yerde olduğunu bilmese bile, kötü işler yapmadığını düşünmektir

Bir şeyi istemediğinde onun yapılmayacağını bilmek,
ilişkide alınacak kararlar hakkında söz sahibi olmak

İki tarafın da kırmızı çizgiyi bilmesi

İnsanın kendisinden çok onun iyliğini düşünmesidir

NE
VAR
TUTULU?

İstanbul'da Yaşamak

Gençlerden Gelenler:

Güvensiz İlişki Nedir?

Korkunun egemen olduğu bir ilişki

Bir tarafın, hoşnut olmadığı şeyleri diğerine söyleyecek cesareti olmaması

SÜREKLİ BİR KORKUYLA YAŞAMAK

Kararılarımı karşıyor, istemediğim şeyleri yaptırmaya çalışıyorsa

Birbirlerini yormaları ve günlük hayatta birbirlerine yük olmaları

Kişinin kendine zaman ayıramaması

İlişkide olan bireylerin ruh sağlığının ve fiziksel sağlığının tehlikede olmasıdır

Değersiz hissetmek

Hiç olmasın daha iyi
Kendini olamamak

Onla yalnız kalmaktan çekilmesi,
kendini düşüncelerini söyleyememesi

Güvensiz ve savunmasız hissetmek

Cinsel baskı olması, cinsel anlamda birine borçlu olduğunu hissetmek

Sürekli başkalarıyla karşılaşılmak
Sevgiliyle güzel ve eğlenceli vakit geçirmektense; zorlu ve mental olarak yorucu bir zaman geçirmek

İnternette tanışmak

Kendini hep diken üstünde hissetmek

Kişilerden biri veya ikisinin diğeri için kendini değiştirmek zorunda hissetmesi

Seni kötü etkileyen, hayatını olumsuz yönlere çeken birinin hayatında olmasına izin vermektedir

Boş yere üzülme, zaman kaybetmek

Bir nevi boşa kürek çekmek

Karşıdaki kişinin herhangi bir an zarar verebileceği hissetmek

Sürekli olarak karşı taraf adına kendini sınırlandırmak zorunda kalmak

Güvenli kısmının bilginin sonraki kısmıdır. Şiddet sonradan başlar ve kimse en başından şiddet uygulamaz

Yanında güvensiz hissetmek

İstenilen zamanda dur veya hayır diyememektir

Bir şeyler için acele edilmiş demektir

CEVAPSIZ SORULAR, KABA DAVRANIŞLAR, HİSSİZ GÜLÜŞLER, SORGULAYAN DAVRANIŞLAR

Sağlıksız bir ilişki

Şiddetin en ufak belirtisinin bile var olduğu ilişki

Kişinin karşıdaki tarafından takdir edilmemesi, kendini sürekli olarak karşıdakine kanıtlaması gerekmesi

Sürekli el ele tutuşmaları

Yakın arkadaşlarından ayırmaları; sadece benimle görüş tarzı tavırlar olması

Sevgili buna kızar mı, sevgili izin vermez, sevgili ne der acaba diye düşünmek

Bir tarafın daha baskın ve zorba olması

SENİ BENLİĞİNDEN UZAKLAŞTIRMAYA ÇALIŞIP, SENİ KENDİSİNİN BİR MALİ OLARAK GÖRÜYORSA

Kişinin ilişkisinin devamı için kendisine zarar veren ödünler vermesi

Tek göz açık uyuması; şüphe ve belirsizlik

İlişkilerinin çok fazla gel-gitti olması

Birbirlerinin yanlışlarını yüzlerine çarpmaları

Her dakikanızı her adiminizi takip etmesi

Bir tarafın daha baskın olması, sözünü daha çok geçirmesi

Birbirine merhem olamamak

Telefon kontrol etmeyi aklından geçirdiğin andan itibaren...

Uçurum olduğunu bile bile, o yolda yürümek demektir

Yaptığı her hareketi sorgulamak, onu yargılamaktır

Birinin "çünkü seviyorum"u bahane olarak kullanması

Mutsuzluk, sürekli hüznün

Haklarının elinden alması

NE VAR YOK?!

İstanbul'da Bir Bebek

İnsanları "sokağa çıkma, kısa etek giyme.." diyerek kısıtlarsak şiddet son mu bulacak? Asıl önlem şiddeti uygulayanlara yönelik uygulamalar olmalı.

- 18 Yaş -

Sanal ortamda şiddet uygulamak daha güvenli.

- 15 Yaş -

Evlilik programlarından birinde birisi 'beni kısılandı ve kısıtladı; ben de ondan ayrıldım' derse; bir hafta sonra toplumun kafası değişiyor.

- 17 Yaş -

İyi de kimse durduk yere şiddet uygulamaz ki; karşısındaki bir şey yapmıştır kesin.

- 16 Yaş -

Ailelerimiz TV'deki şiddet haberlerini gördükten sonra bizi bakkala bile

- 16 Yaş -

Ailelerimizden duygusal tehdit duyarak büyüdük; buna o kadar alıştık ki ilişkilerimizde olması yanlışmış gibi gelmiyor.

- 17 Yaş -

Cinsiyet dediğimiz şeyin sadece biyolojik açıdan belirlenmesine karşıyım. Kişi biyolojik olarak erkek olduğu halde bir kadın gibi hissedebilir. Feminizm ve lgbtq+ hakları konularında bilinçlenmeye ihtiyacımız var.

- 17 Yaş -

LGBT'i hastalık olarak, öteki olarak görmek şiddettir.

- 16 Yaş -

Whatsapp'tan bıçak, silah emoji göndermek de şiddet midir?

- 17 Yaş -

Birinin dış görünüşüyle alay etmek, onun diğer özelliklerini yok saymaktır.

- 16 Yaş -

Ayrımcılığın cezası ne;
hapis mi, para mı?

- 16 Yaş -

Birini fark ettirmeden
takip ediyorsak yine de
şiddet sayılır mı?

- 16 Yaş -

Şiddet uygulayan kişilerin eğitimsiz kişiler
olduğu düşüncesine inanmıyorum.
Müdürler öğrencilerine tecavüz ediyorlar;
eğitimsizler mi?

- 16 Yaş -

TDK'da "kirlî" sözcüğü
"ay başındaki kadın" demek.
Bu bir kadın için çok büyük
hakaret. Regl döneminin
utanılacak bir şey olduğunu
düşünmüyorum.

- 16 Yaş -

Tecavüze uğrayana "kirlendi"
demek baskı, şiddettir.

- 17 Yaş -

Bu ülkede güvende
hissetmek biraz zor bence.

- 17 Yaş -

Bu ülkede kadın olmaktan
utanıyorum.

- 16 Yaş -

Bizim toplumumuz çok bilinçsiz;
Özgecan örneği var, Münevver
Karabulut var. Başka toplumlarda
bilinçlendirme çalışmaları
yapılıyor. Burada da yapılmalı.

- 17 Yaş -

Biri bizimle dalga geçtiğinde
biz de gülüyoruz;
alıştık artık çünkü.

- 15 Yaş -

Şiddet uygulayanı haklı
çıkarmaya çalışan
bir toplumuz. Oysa şiddet
hakkedilen bir şey değildir!

- 18 Yaş -

Kişi rahatsız oluyorsa; sosyal medyadan
yapılan davranışlar da şiddet sayılır.

- 17 Yaş -

Sahiplenmek, sevgi başlığı altında insanların gösterdiği davranışlardır. Bence sadece sahip olmaya çalışmaktır sahiplenmek; yani yüksek ego göstergesi

- 17 Yaş -

Bence sıkıntı; biri diğerinin de bir hayatı olduğunu unutunca başlıyor. Ya da tam tersi; kendi hayatın olduğunu unuttuğunda..

- 17 Yaş -

Onca yıllık partnerin sonuçta; bu kadar zaman şiddet uygulayan biriyle yaşadığını kabul etmek de zor. Sanki kabul etmeyince şiddet de aslında yokmuş gibi oluyor.

- 17 Yaş -

Erkekler kıskanınca seviyor oluyor, kadınlar kıskanınca dırır oluyor.

- 16 Yaş -

Bazı kadınlar hanımefendi bayan gibi sözcükler kullandığımda (yanlış olduğunu biliyorum) romantik diyorlar; bazıları kullanmadığımda odun diyor. Tüm kadınlar aynı değil. Kimisi de bayan deyince kızıyor.

- 15 Yaş -

Sorunsuz ilişkiler sıkıcı oluyor. Fiziksel şiddetin olduğu bir ilişki daha uzun sürer bence.

- 17 Yaş -

Partnerlerin birbirlerini kontrol edebilmesi için tasarlanmış özel telefon uygulamaları var.

- 17 Yaş -

"Biz" dilinin kullanılmasından da hiç hoşlanmıyorum. Güvenli bir ilişkide durum 'ona ihtiyacım var' olmamalı; 'onunla iyi vakit geçiriyorum' olmalı..

- 17 Yaş -

Flörtü kabul ettiyse; her şeyi kabul etti demektir gibi bir algı var.

- 17 Yaş -

Sınır olmasa da olur. Aşkta sınır yoktur.

- 16 Yaş -

Sevgili olunca kısıtlama hakkını nasıl kendimizde buluyoruz? Sevgili olmak bu hakları beraberinde getirir mi?

- 17 Yaş -

Rehberlik odasında her şey açılmış gibi hissediyorum, sanki izleniyormuşum gibi..

- 16 Yaş -

Herkes kendi partnerini temizlerse; bütün partnerler temiz olur.

- 18 Yaş -

Şiddet bir sınır gibidir. O sınırı bir kere aşarsanız artık aşılması daha kolaydır. Asıl mevzu o sınırı hiç aşmamak.

- 17 Yaş -

Şiddetsiz okul mümkün değil. Çünkü okulda hocalar var

- 17 Yaş -

Toplumsal cinsiyet rolleri ile ilgili partnerle konuşuruz tamam, ama toplumu ne yapacağız?

- 18 Yaş -

Erkekler "hayır" dediğinde onların nazlandığını düşünüyor muyuz? Bu nasıl bir cinsiyetçiliktir!

- 16 Yaş -

İnsanlar her ne kadar birşeyler biliyormuş gibi konuşsa da; bir eğitimci bile bu konularda ayrımcılık yapıyor. O yüzden gerçekten üzülüyorum.

- 16 Yaş -

Şiddet yaşarsam güvendiğim bir arkadaşım ile konuşurum, öğretmenimle konuşmam.

- 16 Yaş -

Sevgilin karışmasa da, toplum karışıyor zaten.

- 17 Yaş -

Rehber öğretmene de güvenmiyorum; öğretmen sonuçta.

- 17 Yaş -

Bu konuları burada değil; kenar mahallelerde anlatmanız gerekiyor bence.

- 18 Yaş -

BÖLÜM 2

Ne Var Ne Yok?!

Eğitici Eğitimi Projesi



EğİTİMDE VE EğİTİMLE
ŞİDDETI ÖNLEMEK
MÜMKÜN!

NE VAR
YOK?!

EĞİTİCİ EĞİTİMİ

Gençlerle
Güvenli İlişkiler
Üzerine Çalışmak

#projenevarneyok



SABANCI VAKFI

Hibe Programı ile desteklenmiştir.

Ne Var Ne Yok?! Eğitimci Eğitimi Projesi; liselerde görev yapan psikolojik danışmanların ve rehber öğretmenlerin akran ve flört şiddetini tanıma, önleme ve şiddete müdahaleye yönelik mesleki kapasitelerini geliştirmek ve okul ortamında gençlerle koruyucu-önleyici çalışmalar yapmalarını desteklemek amacıyla geliştirildi. Proje, eğitim ortamlarında şiddetle mücadeleyle yönelik çalışmalar yürütülebileceğini vurgulamak ve göstermek üzere **“Eğitimde ve Eğitimle Şiddeti Önlemek Mümkün”** sloganıyla yola çıktı.

Projenin Hedefleri:

- Lisede görev yapan okul psikolojik danışmanlarına yönelik; toplumsal cinsiyet, ayrımcılık, şiddet türleri ve şiddetle mücadele gibi konuları içeren bir eğitimci eğitimi programı hazırlamak
- Eğitimci eğitimi ile danışmanların; akranlar arası şiddet, toplumsal cinsiyete dayalı şiddet, dijital şiddet ve flört şiddeti konularında farkındalıklarının artmasını, bu alanda gençlerle çalışabilecek donanım ve materyale ulaşmalarını desteklemek
- Danışmanları gençlerle uygulayabilecekleri 10 farklı uygulama örneği ve materyal içeriği ile tanıştırmak
- Eğitimci eğitimine katılan 20 psikolojik danışmanın kendi okullarında, belirledikleri sınıf kademelerinde, her şubede en az 2 grup çalışması yapmalarını ve projenin en az 5000 gence ulaşmasını sağlamak
- Projede elde edilen deneyimler sonucunda, alanda çalışan diğer eğitimcilerin yararlanabileceği kaynaklar oluşturmak
- Ne Var Ne Yok?! uygulamalarının yaygınlaşmasını sağlayacak sürdürülebilir bir eğitimci eğitimi modeli geliştirmek

Sabancı Vakfı Hibe Programı kapsamında desteklenen ve 2017-2018 eğitim-öğretim döneminde gerçekleştirilen proje 3 aşamadan oluşmaktadır.

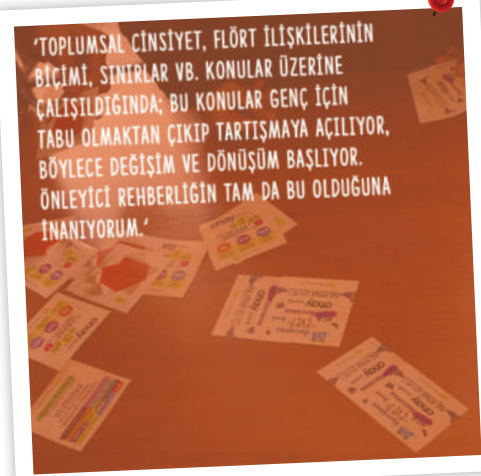
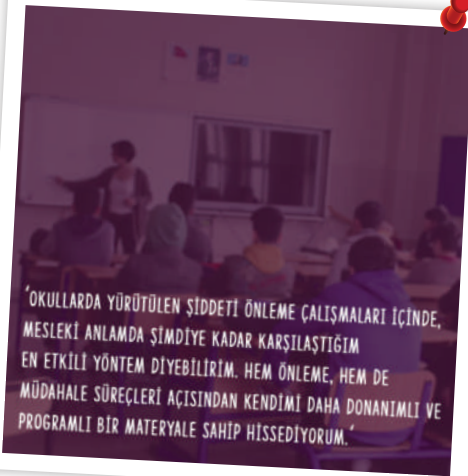
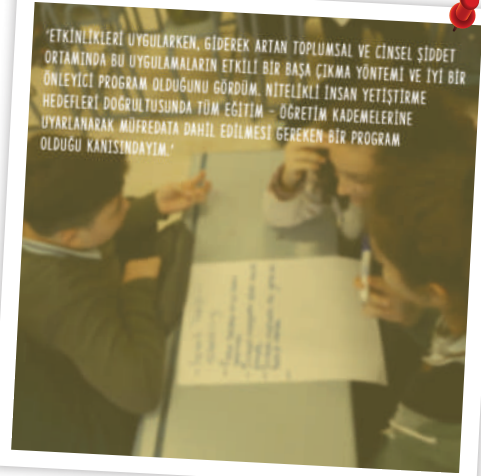
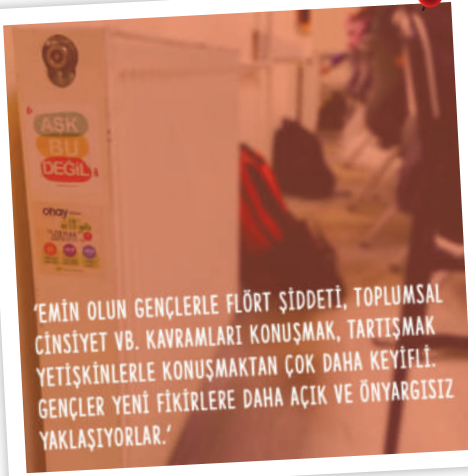
- Eğitimci Eğitimi
- Uygulama - Süpervizyon
- İzleme - Araştırma

1. Eğitimci Eğitimi

Ne Var Ne Yok?! Eğitimci Eğitimi Projesi; İstanbul’da görev yapan 20 lise psikolojik danışman ve rehber öğretmenin 6 gün, 32 saat süren eğitimci eğitimine katılımı ile başladı. Eğitimci eğitiminde; danışmanların toplumsal cinsiyet, akranlar arası şiddetin farklı biçimleri, şiddeti fark etme ve şiddete müdahale etme konularında bilgi ve farkındalıklarının geliştirilmesinin yanı sıra, gençlerle formel olmayan

yöntemler kullanarak grup çalışmaları yürütmelerini sağlayacak araçlar kazanmaları da hedeflendi. Eğitimin son 2 gününde Ne Var Ne Yok?! uygulama içerik ve materyalleri ile tanışan danışmanlar; kitapta yer alan uygulamalar arasından, çalıştıkları grupların ihtiyaçlarına ve okulun yapısına uygun içerikleri seçerek uygulama ve süpervizyon aşamasına hazırlık yapmaya başladılar.

Danışmanların Paylaşımları



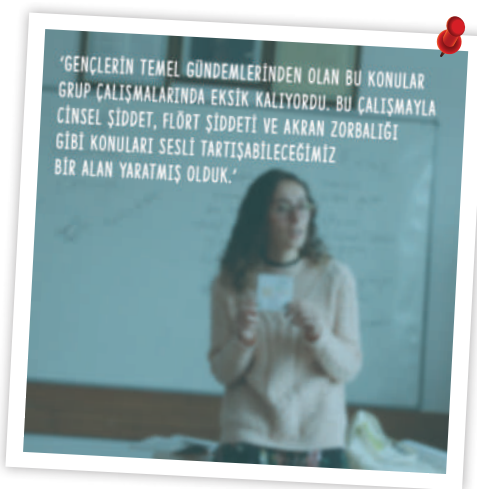
Eğitimin Konu Başlıkları:

- Gençlerle Çalışma İlkeleri
 - Kavramlar, Toplumsal Algı ve Dili Dönüştürmek
- Toplumsal Cinsiyet ve Toplumsal Cinsiyet Temelli Şiddet
- Akranlar Arası Şiddet; Tanımı, Biçimleri, Mitler ve Gerçekler
 - Dijital Şiddet; Tanımı ve Biçimleri
- Flört Şiddeti; Tanımı, Biçimleri, Mitler ve Gerçekler
- Şiddet Döngüsü ve Şiddet İçeren Bir İlişkiyi Sonlandırmak
 - Güvenli İlişkilerin Özellikleri
- Şiddeti Fark Etme ve Şiddete Müdahale Etme
- Şiddete Maruz Bırakılan Gençlere Destek ve Danışmanlık
 - Şiddet Uygulayan Gençlerle Çalışmak
 - Akranlar Arası Şiddetin Hukuki Boyutları
- Akranlar Arası Şiddete Koruyucu-Önleyici Yaklaşım
 - Sınıflarda Yapılacak Uygulama Örnekleri

2. Uygulama - Süpervizyon

Danışmanlar; uygulama kitabı içerisinde bulunan 10 uygulama arasından, çalışacakları kademelerin ihtiyaçlarına uygun en az 2 uygulama seçerek bu uygulamaları 9, 10, 11 ve 12. sınıf öğrencileri ile yürüttüler.

Şubat-Haziran ayları arasında, **17 farklı lisede 178 şubede** uygulama gerçekleştirildi. Danışmanlar **500'**ün üzerinde sınıf çalışması yürüterek **5518 gence** ulaşılar.

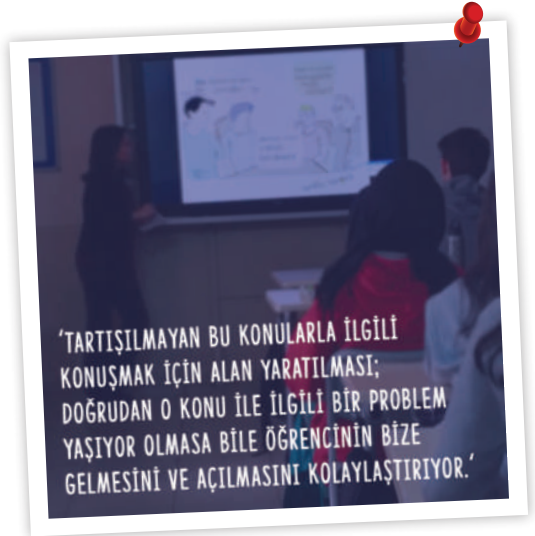
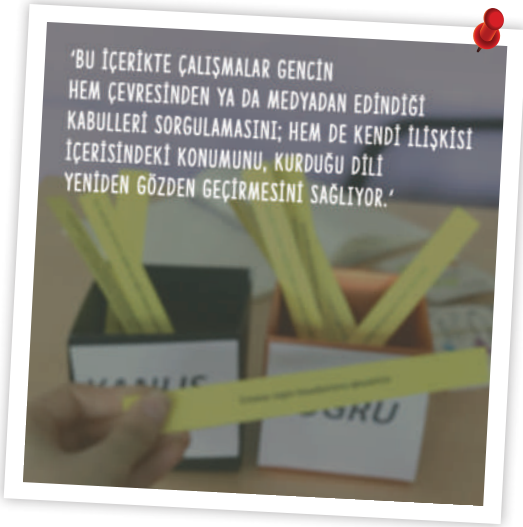


Süpervizyon Süreci

- Danışmanların gerçekleştirdikleri grup çalışmalarından en az 1 tanesi proje eki-bi tarafından gözlemlenerek geribildirim verildi.
- Uygulama süreci başladıktan sonra; danışmanların karşılaştıkları zorluklar, baş etme yöntemleri ve deneyimlerinin bir arada değerlendirilmesi amacıyla, farklı tarihlerde 3 adet süpervizyon toplantısı gerçekleştirildi.
- Süpervizyon toplantılarında paylaşılan deneyimlerden hareketle, elinizdeki bu kitap güncellendi ve genişletildi.

3. İzleme - Araştırma

Liselerde; akranlar arası şiddet, toplumsal cinsiyet temelli şiddet, sanal şiddet ve flört şiddetine ilişkin yaşantılar, sorunlar, ihtiyaçlar ve çözüm önerilerini belirlemeye yönelik ihtiyaç analizi ve odak grup çalışmaları yapılarak, izleme-araştırma sürecinin sonunda **“Eğitimde Flört Şiddeti Araştırması: Sorunlar ve Çözüm Önerileri”** başlıklı bir rapor hazırlandı. Rapora ulaşmak için derneğin web sitesini ziyaret edebilirsiniz.





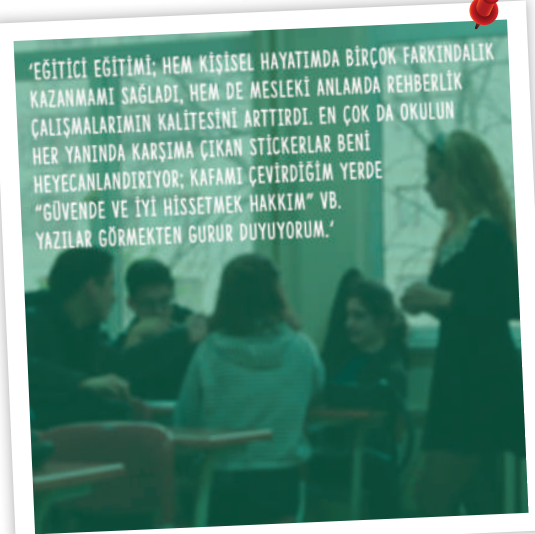
'KİŞİSEL SINIRLAR ÜZERİNE ÇALIŞTIKÇA
VE KONUŞTUKÇA; GENÇLERİN FARKLI
YÖNLERİYLE TANIŞMA FIRSATI BULDUM.'



'GENÇLERE DOĞRU BİLDİKLERİ YANLIŞLARI
GÖSTEREN BİR ÇALIŞMA. SADECE GENÇLERİN DEĞİL,
YETİŞKİLERİN DE BİLMESİ GEREKEN KONULAR.
ÖĞRETMENLERİN DE BU ÇALIŞMALARDAN GEÇMESİ,
BU KONULARDAN HABERDAR OLMASI GEREKTİĞİNİ DÜŞÜNÜYORUM.
BARIŞ DİLİNİ İNŞA ETMEK ADINA NET VE KARARLI BİR ADIM.'



'DEVLET OKULLARINDA GRUP ÇALIŞMALARI YÜRÜTMEK,
GENÇLERLE İLİŞKİLENMEK ADINA ÇOK İYİ OLUYOR.
BU ÇALIŞMA SAYESİNDE ÖĞRENCİLERİMLE GÜVEN
İLİŞKİSİNİN TEMELLERİNİ ATTIM, İLK YILIMDA
KOLAYCA ÇOCUKLARIN FREKANSINA GİRDİM.'



'EĞİTİCİ EĞİTİMİ; HEM KİŞİSEL HAYATIMDA BİRÇOK FARKINDALIK
KAZANMAMI SAĞLADI, HEM DE MESLEKİ ANLAMDA REHBERLİK
ÇALIŞMALARIMIN KALİTESİNİ ARTTIRDI. EN ÇOK DA OKULUN
HER YANINDA KARŞIMA ÇIKAN STİCKERLAR BENİ
HEYECANLANDIRIYOR; KAFAMI ÇEVİRDİĞİM YERDE
"GÜVENDE VE İYİ HİSSETMEK HAKKIM" VB.
YAZILAR GÖRMEKTEN GURUR DUYUYORUM.'

'BAŞLANGICINDAN SON AŞAMASINA KADAR AYRINTILI,
PLANLI VE ÖZVERİ İLE HAZIRLANMIŞ BU PROJE
BENİM İÇİN, İÇERİĞİNİN VERDİĞİ MESAJLARI
UYGULAMALARIN HER AŞAMASINDA HİSSETTİĞİM,
İÇSELLEŞTİRDİĞİM BİR EĞİTİM VE YAŞAM TECRÜBESİ OLDU.'

'GENÇLER BİRBİRİLERİNE ZATEN
ÖĞRETİYORLAR, AKRAN ÖĞRENMESİ İÇİN
ÇOK UYGUN BİR ÇALIŞMA YÖNTEMİ.'

'BİREYSEL GÖRÜŞMELERDEN ZİYADE
BU TÜR ÇALIŞMALARLA AĞIRLIK VERMEM
GEREKTİĞİNİ FARK ETTİM.
GRUP ÇALIŞMALARI YAPTIKÇA,
SINIFLARA VE KONUYA HAKİMİYETİM ARTTI.'

'YAPTIĞIM İLK UYGULAMADA KENDİMDE
EKSİK GÖRDÜĞÜM NOKTALARI
BELİRLEMİŞTİM. ÇALIŞMA BİTİMİNDE
ARAŞTIRIP EKSİĞİMİ GİDERMEYE
ÇALIŞMAK BENİ GÜÇLÜ KILDI.'

'DEĞİŞİMİN HIZLA GERÇEKLEŞTİĞİ GÜNÜMÜZDE; DAĞINIK HALDE BİLDİĞİMİZ TOPLUMSAL CİNSİYET TEMELLİ ŞİDDET, AYRIMCILIK, AKRAN ZORBALIĞI GİBİ KAVRAMLARIN GENÇLERİN YAŞAMINDA NE TÜR ETKİLERİ OLDUĞUNU FARK ETMEMİ SAĞLADI. TABİ BUNUN YANINDA YENİ DENİLEBİLECEK SANAL ŞİDDET, FLÖRT ŞİDDETİ VE GÜVENLİ İLİŞKİLER GİBİ KAVRAMLARI DA DAHA DERİNLEMESİNE ÖĞRENME FIRSATI BULDUM.'

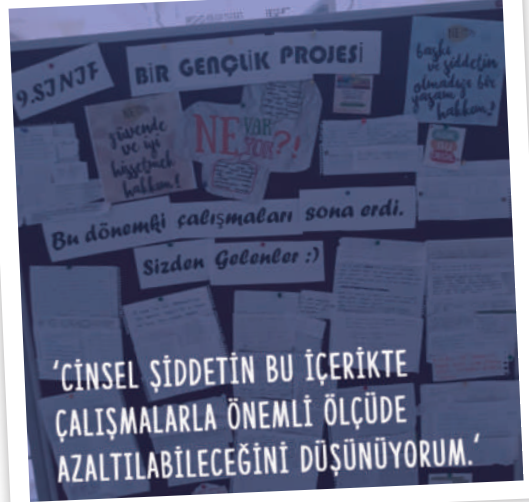


-TOPLUMSAL CİNSİYET
TEMELLİ ŞİDDET-

'GRUP ÇALIŞMALARININ ARDINDAN, BİREYSEL ANLAMDA ÖZELLİKLE YAŞADIĞI İLİŞKİYİ SORGULAMA VE SORUNLARINI KONUŞMA MAKSADI İLE GELEN ÖĞRENCİ SAYISI OLDUKÇA ARTTI.'



'EĞİTİMCİLERİ GENÇLER KARŞISINDA ÇARESİZ KALMAKTAN KORUYAN BİR ÇALIŞMA.'



'CİNSEL ŞİDDETİN BU İÇERİKTE ÇALIŞMALARLA ÖNEMLİ ÖLÇÜDE AZALTILABİLECEĞİNİ DÜŞÜNÜYORUM.'

BÖLÜM 3

Temel Bilgiler

Bu bölümde, uygulamalara başlamadan önce bilmenizin faydalı ve kolaylaştırıcı olacağını düşündüğümüz temel bilgilere yer verdik. Öncelikle bu bilgileri okumanız; uygulamalar sırasında kullanacağınız ve karşınıza çıkabilecek kavramlara hakim olmanızı, şiddet olgusuna, şiddet türlerine ve güvenli ilişki kavramına yaklaşımınızı gözden geçirmenizi, farklı şiddet türlerine dair bilgileriniz, değerleriniz ve kalıp yargılarınız üzerine düşünmenizi, riskli durumlarda uyarı işaretlerini fark ederek duruma zamanında müdahale edebilmenizi destekleyecektir.

Gaslighting
Feminizm
Nefret Söylemi
Toplumsal Cinsiyet
Türçülük
Toplumsal Cinsiyet Rollerini
Sexting
Hayatta Kalan
Upstander / Müdahale Eden
Mağdur Suçlayıcılık

KAVRAMLAR SÖZLÜĞÜ

LGBTİ+
Koruyucu-Önleyici Çalışma
Güvenli Alan
Transfobi
Fail
Ayrımcılık
Cinsiyet Ayrımcılığı
Cinsiyetçilik
Cinsiyet
Homofobi
Fırsat Eğitimi
Bystander / Seyirci Kalan
Heteronormativite
Rıza / Onay

Cinsiyet:

Cinsiyetler arasındaki genetik ve biyolojik farklılıklardır. Bu farklılıklar fizyolojik (yumurtalık veya testisler, kromozomlar, dış üreme organları, iç üreme organları ve hormonlar) olarak tanımlanabilir. "Bedensel cinsiyet", "biyolojik cinsiyet" ya da "atanmış cinsiyet" şeklinde de kullanılır.

Toplumsal Cinsiyet (Gender):

Kadınlık ve erkeklığın toplumsal olarak kurulduğunu, kadın ve erkekler atfedilen rol ve sorumlulukların; içinde yaşanılan tarihsel, toplumsal ve coğrafi koşulların bir ürünü olduğunu ifade eder. Kişiler toplumsal cinsiyet normlarını aile, okul, işyeri, medya gibi sosyal ortamlardaki etkileşim süreci içinde öğrenir ve içselleştirirler. Kadınlar ve erkekler biyolojik farklılıklarla doğarsalar da onlara atfedilen tüm özellikler, içinde yaşadıkları toplum tarafından belirlenmektedir. Yani değişmez, sabit ve koşulsuz bir cinsiyet ve cinsiyet özelliği yoktur. Cinsiyet kimliği kompleks, akışkan ve kişiye özeldir. Bu nedenle kadın ve erkek arasında kurulmuş eşitsiz ve hiyerarşik ilişkinin kendisi yapaydır; sorgulanabilir, değiştirilebilir, dönüştürülebilir.

Toplumsal Cinsiyet Roller:

Kişinin kendisini bir oğlan çocuk/erkek veya kız çocuk/kadın konumunda göstermek ve öyle kabul görmek için yaptığı ve söylediği şeylerin tümü olarak tanımlanabilir. Toplumsal cinsiyet rolleri toplumun görmek istediği kadın-erkek kalıplarına göre şekillenir. Bu kalıplar içselleştirilir ve davranışa dökülür.

Cinsiyet Kimliği:

Kişinin kendisine doğumda atanan cin-

siyetini değil, kendisini özdeşleştirdiği, ait hissettiği ve tanımladığı cinsiyeti ifade eder. Toplumun beklentisi, bedensel cinsiyet ve cinsiyet kimliğinin birbiriyle aynı ve uyum içinde olmasıdır. Oysa kişinin kendini kadın ya da erkek olarak tanımlaması, cinsiyetini nasıl algıladığının sonucudur. Örneğin; bir kişinin bedensel cinsiyeti erkek olabilir, ancak o kişi kendini kadın olarak tanımlayabilir. Ayrıca, kişi kadın ve erkek kimliklerini kullanmadan da kendini tanımlayabilir ya da hiç tanımlamamayı tercih edebilir.

Cinsel Yönelim:

Kişinin, belli bir cinsiyetteki kişilere karşı süregelen duygusal, romantik ve cinsel çekimini ifade eder. Heteroseksüel, eşcinsel, biseksüel, aoseksüel gibi kavramlar cinsel yönelimle ilgilidir. Cinsel yönelim kavramı, kadın-erkek ikili cinsiyet sistemi üzerinden tanımlanmış olduğu için günümüzde farklı tartışmalar da yaratmaktadır.

İnterseks:

Tipik kadın veya erkek tanımı dışında kalan anatomik cinsiyet özelliklerine (kromozomlar, salgı bezleri, genital ve/veya üreme organları) sahip kişileri tanımlayan terimdir. İnterseksüelliğin birçok farklı şekli vardır. Bu nedenle, "çift cinsiyetli" ya da "hermafrodit" yerine, "cinsiyetler arası" ya da "interseks" kavramını kullanmak daha doğrudur. İnterseks kişi kendini kadın, erkek, cinsiyetler arası, cinsiyetsiz veya başka bir kimlikle tanımlayabilir ve buna kendi karar vermelidir.

LGBTI+:

Lezbiyen, gey, biseksüel, trans, interseks ve diğer cinsel kimlik ve yönelimler için kullanılan terimdir.

Feminizm:

Toplumsal cinsiyet rolleriyle belirlenmiş erkeklik ve kadınlık alanlarını sorgulayan; kadınların baskı altına alınarak ikincilleştiren konumlarını değiştirmeyi hedefleyen politik bir hareket ve mücadele alanıdır. Yaygın olarak bilinen ve yaratılmak istenen anlamıyla "erkek düşmanlığı" demek değildir.

Kuir (Queer):

İngilizce "queer" kelimesi; "tuhaf, acayip, garip, yamuk, iğreti" gibi anlamlara gelir. Genellikle eşcinselleri aşağılamak için, homofobik bir taciz ifadesi olarak kullanılagelmıştır. Tam da bu sebeple aktivistler tarafından sahiplenilmiş ve ilk kez 1990'da "Queer Nation" isimli bir grup tarafından fiilen kullanılmıştır. Kuir kavramı; "normal" kabul edilen (normatif) cinsiyet ve cinsellik kalıplarının karşısına farklılığı, çokluğu ve akışkanlığı koyar. Kuir Teori, özellikle toplumsal cinsiyet ve kültürel çalışmalar kapsamında akademide yer bularak; normatif alanın dışına itilmiş özneler ve cinselliklere alan açmaya çalışırken, diğer yandan normatif olanı ve kimlik politikalarının kendisini de tartışır.

Cinsiyetçilik:

Bir cinsiyetin diğerinden üstün olduğunu ya da cinsiyetlerin kendi içinde aynı özelliklere sahip olduğunu savunan görüş, yaklaşım ve söylemlerdir. Örneğin; "Bütün kadınlar duygusaldır, bütün erkekler kavgacıdır" gibi...

Kalıp yargı (Stereotip):

Bir birey, grup ya da topluluğa ilişkin kalıplaşmış, genellemeci ve tek tipleştiren izlenimler, atıflar ve yargılardır. Bütün eşcinsellerin eğlenceli, bütün kadınların narin ve kırılgan olduğunu

düşünmek birer kalıp yargı örneğidir. Kalıp yargılar ön yargıların oluşumuna zemin hazırlar.

Ön yargı:

Sıklıkla "kalıp yargı" kavramı ile karıştırılır. Ön yargı ve kalıp yargı birbirinden farklı, ancak birbirini tamamlayan iki kavramdır. Günlük yaşamda "ön yargı" kavramı; sıradan, iyi ya da kötü bir yargı içermeyen, bir bilgi, deneyim ya da kanıta dayanmayan her türlü "ön fikir" anlamında kullanılır. Oysa ayrımcılık literatüründe "olumlu" ön yargıdan söz edilemez. Ön yargılar, insanları bireysel varoluşlarıyla değil, grup aidiyetlerinden hareketle değerlendiren, genellemelere dayanan, olumsuz kanaat ve tutumları ifade eder. Ön yargıların davranışa dönüştüğü durumlarda ise ayrımcılık söz konusu olabilir.

Ayrımcılık:

Bir gruba ya da grubun üyelerine karşı, ön yargılardan beslenen olumsuz tutum ve davranışların tümüdür. Belirli kaynakların, imkanların, doğuştan ya da sonradan bir grup insana diğerinden daha az tanınmasının sistematik bir şekilde uygulanması; kişiler arası eşitlik ilkesinin ihlal edilmesidir. Somut olarak gerçekleşebileceği gibi, söylem ve yaklaşım olarak da gerçekleşebilir. Kadınlar, çoğunluktan farklı etnik kökene, dini inanca, mezhebe mensup olan insanlar, yoksullar, LGBTİ+'lar, sistemin "makbul/ideal" olarak tanımladığı bedenlere sahip olmayanlar, fiziksel özellikleri nedeniyle engellenenler, muhalifler... sıklıkla ayrımcılığa maruz bırakılan gruplardır.

Cinsiyet Ayrımcılığı:

Kişilerin, algılanan cinsiyetleri nedeniyle

le, toplumsal cinsiyet normlarına dayalı olarak ayırma, dışlanmaya, nefret söylemine ve şiddete maruz bırakılmasıdır. Cinsiyet ayrımcılığı; kişinin yaşama, barınma, eğitim ve sağlık gibi temel insan haklarından tümüyle yararlanmasını engeller ve eşitsizliğe sebep olur. Ataerkiden beslenen toplumlarda özellikle kadınlar ve LGBTİ+lar cinsiyet ayrımcılığını yoğun olarak yaşar.

Türcülük:

İnsan türünün diğer bütün türlerden üstün olduğunu savunan ve his sahibi öteki hayvanların insan çıkarı için katledilmesini ve sömürülmesini meşrulaştıran, son derece yaygın bir ayrımcılık biçimidir. Tıpkı cinsiyetçi söylemler gibi dilimize yerleşmiş türcü söylemlere örnek olarak; öküz gibi, eşek gibi, hayvan gibi, eşek şakası, köpeklik etmek vb. kullanımlar verilebilir.

Heteronormative:

Heteroseksüelliğin normal ve tek cinsel yönelim olarak görülmesi; tüm toplumsal yapının, o toplumda yaşayan her bireyi heteroseksüel varsayacak şekilde düzenlenmesidir.

Homofobi:

Genel anlamıyla eşcinsellere ve eşcinselliğe ilişkin korkuların, ön yargıların, kalıp yargıların ve nefretin neden olduğu olumsuz duygu, tutum ve davranışları ifade eder. Uzun vadede ve toplumsal düzeyde; eşcinsellere uygulanan ayrımcılık ve şiddete zemin hazırlayabileceğinden tehlikelidir.

Bifobi:

Biseksüellere yönelik korkuların, ön yargıların, kalıp yargıların ve nefretin neden olduğu olumsuz duygu, tutum

ve davranışları ifade eder. Sadece heteroeksüel kişiler değil, LGBTİ+’lar da bifobik olabilir. Kararsızlık, kafa karışıklığı, ilgi açlığı, cinsel doyumsuzluk, eşcinselliği ile barışamama gibi yaftalamalar bifobik söylemlere örnek verilebilir.

Transfobi:

Toplumsal cinsiyet kalıplarına ve rollerine sığmayan kişilere karşı duyulan her türlü olumsuz ön yargı, kaygı, öfke, nefret tutumu ve davranışlarıdır. Trans olduğu için birine küfretmek, asılmak, dik dik bakmak, sözlü-sözsüz tacize maruz bırakmak gibi davranışlar transfobi örneğidir. Sadece insanlar değil, yasalar ve uygulamalar da transfobik olabilir.

Nefret Söylemi:

Ön yargı, ırkçılık, yabancı korkusu/düşmanlığı, ayrımcılık, cinsiyetçilik, homofobi, transfobi gibi unsurlardan beslenen; bireylere ya da kitlelere yönelik nefret içeren söylemlerdir. Nefreti yayan, teşvik eden, savunan ve meşrulaştıran bu söylemler, belirli ortak özellikleri bulunan birey ya da gruplara yönelik nefret suçlarına da zemin hazırlar.

Nefret Suçu:

Belirli ve ortak özellikleri bulunan bireylere, gruplara, onların buluşma/toplanma yerlerine ya da mülklerine yönelik, ön yargı ve nefretle işlenmiş suçlardır. Şiddet ya da saldırı tehditleri, taciz, fiziksel şiddet ve saldırı, okulda ya da iş yerinde zorbalık, mülke ya da eşyalara zarar verme, kundaklama, saldırgan ve hedef gösteren duvar yazıları, broşürler ve posterler... nefret suçlarına örnek verilebilir

Sexting:

Daha çok cep telefonu vasıtasıyla cinsel içerikli mesajlar, fotoğraflar, resimler göndermek, almak ya da yönlendirmektir.

Kişisel Sınırlar:

Kişisel sınırlar; kişinin kim olduğunu, ne hissettiğini/düşündüğünü, beklenti ve ihtiyaçlarını tanımlayabilmesine ve bunları başkalarının duygu, düşünce, beklenti ve ihtiyaçlarından ayırabilmesine imkan verir. Kendi sınırlarını tanımlayıp ifade edebilmek ve başkalarının sınırlarına saygı gösterebilmek, sağlıklı sosyal ve duygusal ilişkilerin temelini oluşturur. Bu sınırlar; kişinin kendini gözetebilmesini, kişisel özgürlük alanını koruyabilmesini, suçlu hissetmeden hayır diyebilmesini ve güvenli ilişkiler kurabilmesini mümkün kılar.

Onay:

Kişinin belli bir davranışı özgür iradeyle, sözlü veya bedensel ifade yoluyla onaylamasıdır. Cinsel davranışlar açısından onay aynı zamanda iletişim, soru sorma, birbirini dinleme ve birbirinin sınırlarına saygı gösterme anlamına gelir. Onay kavramı zihinlerde daha çok hukuki bir kavram olarak belirdiği için, günlük hayat pratiklerine dair konuşmalarda "onay" kavramının tercih edilmesi özellikle gençler için daha kolaylaştırıcı olacaktır.

Onay İnşası:

Kişinin onay vermediği herhangi bir cinsel davranıştaki "hayır"ı "evet"e çevirmek için kullanılan ve fiziksel zorlama içermeyen bütün yöntemleri ifade eder. Her birey, cinsel davranışlara onay vermeyi ya da vermemeyi kendi-

si seçmelidir. Onay inşası, bu seçimlerin bulanıklaşmasına ve kişinin manipüle edildiğini çok sonra fark etmesine sebep olabilir.

Gaslighting:

Duygusal/maddi çıkar elde etmek amacıyla bir kişiyi sürekli şekilde manipüle ederek kendi gerçekliğinden koparmaktır. Maruz bırakılan kişinin, kendi gerçeklik algısından ve hafızasından sürekli olarak şüphe eder hale gelmesi, suçlu hissetmesi ve kendini özür dilerken bulması şeklinde ortaya çıkabilir. Bir duygusal şiddet biçimidir.

Fail:

Şiddet eylemini gerçekleştiren kişiyi ifade eder. Aynı zamanda hukuki bir terimdir.

Hayatta Kalan:

Hayatının bir döneminde cinsel şiddetin herhangi bir biçimine maruz bırakılmış olan kişiler için kullanılan ifadedir. "Mağdur" ya da "kurban" kelimelerinden farklı olarak, daha güçlendirici bir kavram olması nedeniyle tercih edilir. Hayatta kalmak; yaşanan şiddet ve yarattığı travmanın ölçüsü ne olursa olsun, kişinin içindeki güçle, kendine tutunarak ve çevresinden destek alarak şifa bulabileceğini, tatminkar ve üretken bir hayat yaşayabileceğini ifade eder.

Mağdur Suçlayıcılık:

Yaşanan bir mağduriyette çeşitli gerekçelerle faili aklayarak, olayın sorumluluk ve suçunu şiddete maruz bırakılan kişiye yükleyen yaklaşımdır. Kişinin giyimi, davranışları, hangi saatte nerede bulunduğu, mesleği gibi gerekçelerle şiddete kendisinin neden olduğunun

ileri sürülmesi mağdur suçlayıcılığın en yaygın örneklerindendir.

Tetiklenmek:

Görme, işitme, tatma, koklama ya da dokunma duyularının uyarılmasıyla; geçmişte yaşanan travmatik bir olayı hatırlamak, hissetmek ve benzer olumsuz duyguları farklı düzeylerde tekrar yaşamaktır.

Tetikleyici:

Travmatik bir olayın yaratmış olduğu tepki yapısını harekete geçiren uyaranlardır. Tetikleyici olay ya da nesnenin travmatik olması gerekmez, sadece hatırlatıcı olması yeterlidir. Örneğin; bir ses, koku, manzara, renk vb. de tetikleyici olabilir.

Açılma:

Ruh sağlığı alanında genellikle LGB-Ti+ bireyler için kullanılan bu kavram; "kendine açılma" ve "bir başkasına açılma" olarak iki farklı şekilde gerçekleşir. Kendine açılma, kişinin cinsel yönelimini ve/veya cinsiyet kimliğini kendi içinde fark etmesi ve kabullenmesidir. Bu fark etme ve kabul süreci aynı anda gerçekleşmeyebilir. Örneğin; kişi cinsel yönelimini 10 yaşında fark etmeye başlayabilir, ancak bunu kabul edip kendisiyle barışık şekilde yaşamaya ve ilişkiler kurmaya başlaması daha ileriki yaşlarda olabilir. Başkasına açılma ise kişinin cinsel yönelimini ve/veya cinsiyet kimliğini başkasına/başkalarına açıklamasıdır. Açılma, cinsel şiddet çalışmalarında da kullanılan bir kavramdır. Geçmişte ya da şu anda cinsel şiddetin herhangi bir biçimine maruz bırakılmış ve/veya bırakılmakta olan kişinin bu yaşantısını kendi içinde fark ve kabul etmesi ve başkası/baş-

kalari ile paylaşması da "açılma" olarak tanımlanır.

KAYNAKÇA

- * LGBTİ'lere Yönelik Ayrımcılıkla Mücadeleye Yönelik İnsan Hakları Eğitimi Programı Eğitici El Kitabı, Uluslararası Af Örgütü, 2015.
- * Psikologlar İçin LGBTİ'lerle Çalışma Kılavuzu, Toplumsal Dayanışma İçin Psikologlar Derneği (TODAP), 2017. https://drive.google.com/file/d/0B-IGoQ3VaadJ9eldWRnNyRU9pSUU/view?resource-key=0-JDW-neFIF7Ck_YUXSu3yIw
- * Sivil Toplum Kuruluşları ve Aktivitistler İçin Nefret Suçları ve Nefret Söylemi İzleme Rehberi, Sosyal Değişim Derneği, 2012.
- * Toplumsal Cinsiyet Çalışmaları Rehberi, Toplum Gönüllüleri Vakfı (TOG), 2017.
- * Feryal Saygılıgil, Toplumsal Cinsiyet Tartışmaları, Dipnot Yayınları, 1. Basım, 2016.
- * Der. Kenan Çayır, Müge Ayan, Ayrımcılık: Çok Boyutlu Yaklaşımlar, İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları, 2012.
- * Nurgül Öztürk, "Tetikleyicilerle Başa Çıkmak", Şifalı Bilgiler Bülteni, Sayı: 1, Temmuz 2017. <https://cinselsiddetlemucadele.org/wp-content/uploads/2017/08/Dergi-Digital.pdf>
- * <https://kaosgl.org/haber/lgbt-sozlu>
- * <https://cinselsiddetlemucadele.org/wp-content/uploads/2020/02/KAVRAMLAR-SOZLU-GU-2019-web-1.pdf>
- * <https://www.eyesonbullying.org/bystander.html>

Şiddet Türleri ve Tanımları

Akran Şiddeti

Akran zorbalığı; aynı yaş grubundaki bireylerin, o yaş grubunun getirdiği güç dinamiklerini kullanarak birbirlerine yönelik sistematik olarak uyguladıkları şiddet davranışlarını ifade eder. **Gençler arasında fiziksel şiddet uygulama, alay etme, istenilmeyen lakap takma, tehdit etme, aşağılama, arkadaş grubuna almama, yalnızlaştırma** en sık karşılaşılan zorbalık davranışlarıdır.

Akran zorbalığı; fiziksel, sözel ve duygusal şiddetin yanında flört şiddeti ve dijital şiddeti de içeren bir yelpazeye sahiptir. Bu farklı şiddet biçimleri birbirini beslerken; bir şiddet türüne maruz bırakılan gencin diğerine maruz bırakılma oranı da artmaktadır.

Yapılan araştırmalar; duygusal şiddetin en az hasar veren şiddet türü olarak algılandığını ve öğretmenler tarafından müdahale edilmesi gereken bir şiddet biçimi olarak görülmediğini göstermektedir. Oysa şiddet türlerini az ciddi/ciddi şeklinde kategorize etmek doğru değildir. Her şiddet türü eş düzeyde ciddiyet barındırmaktadır. Hepsinin kısa, orta veya uzun vadede hem maruz kalan hem de uygulayan gencin hayatında olumsuz etki yaratma riski bulunmaktadır. *

* Genç Hayat Vakfı'nın araştırmasından alınmıştır.

Flört Şiddeti

Flört şiddeti; duygusal/romantik/cinsel bir beraberlik içerisinde ya da beraberlik bittikten sonra partnerlerden birinin diğeri - ya da birbiri - üzerinde güç ve kontrol kazanmaya çalıştığı, zarar verici davranış biçimlerini ifade eder.

Flört şiddeti ve güvensiz davranışlar; ciddi ya da sıradan, kısa ya da uzun süreli, heteroseksüel, biseksüel ya da eşcinsel, tek eşli ya da çok eşli, kişilerin farklı şekillerde tanımladığı ya da yaşadığı herhangi bir ilişki biçiminde gözlemlenebilir.

Literatürde yaygın olarak flört şiddeti kavramı kullanılmakla birlikte; 'sevgili şiddeti', 'romantik partner şiddeti', 'yakın partner şiddeti', 'ilişkisel şiddet', 'ilişki içi şiddet' gibi kavramlar da bu şiddet türünü ifade etmek için kullanılabilir.

Gençlerle yapılan çalışmalarda konuyu yalnızca 'flört şiddeti' kavramı üzerinden ele almayıp, '**güvensiz ilişki**' ifadelerini de kullanmak ve buraya dikkat çekmek önemlidir. Çünkü bu, gençlerin güvensiz ilişki dinamikleri ve ilişki içinde güvensiz hissetmek üzerine düşüncelerini destekler.

Flört Şiddeti Hangi Şekillerde Gerçekleşir?

Zarar verici davranışlar; partneri kontrol etmek için sözel, duygusal, dijital, fiziksel ya da cinsel şiddetin uygulandığı ya da tehdit olarak kullanıldığı pek çok farklı biçimde gerçekleşebilir. **Sözel ya da duygusal olarak başlayan şiddet; kısa sürede fiziksel ya da cinsel şiddete dönüşebileceği gibi, tüm bu şiddet türleri iç içe geçmiş olarak da yaşanabilir.** Her davranışın rahatsız etme ve zarar verme boyutu kişiden kişiye değişeceğinden; davranışlar arasında hiyerarşi kurmadan, her birini kendi olay örgüsü içinde değerlendirmek önemlidir.

Toplumsal Cinsiyet Temelli Şiddet

Baskın toplumsal yapı cinsiyetleri 'kadın' ve 'erkek' olarak karşıt ve birbirini dışlayıcı şekilde sınıflandırır. Erkekliği 'güç, iktidar, kontrol', kadınlığı ise 'zayıflık, itaat, boyun eğme' ile ilişkilendirir. Bu güç ilişkisi; kıskançlık, aşırı sahiplenme, müdahale etme, kısıtlama, aşağılama, tehdit etme, zarar verme gibi şiddet eylemlerinin ilişkili içerisinde normalleşmesine ve kabul görmesine neden olur.

Toplumda bu rollerle ilişkilendirilen ahlak, 'namus', ideal beden, güzellik, annelik gibi kavramlar kadınları; heteronormativite ise bu roller aracılığıyla dayatılan kalıpların dışında kalan eşcinselleri ve transları şiddet görme açısından daha riskli hale getirir. Ancak elbette toplumsal cinsiyet kalıpları ve toplumda tanımlanan 'erkeklik' rolleri; erkeklerin de ilişki içinde farklı şekillerde şiddete maruz bırakılmasına sebep olur.

Flört şiddeti büyük oranda bu kategorizasyondan beslense de, tek sebebin toplumsal cinsiyet rolleri ve cinsiyet eşitsizliği olduğunu söylemek yetersiz kalacaktır. Sosyal kabul, popülerlik, başarı, ekonomik statü gibi şiddete sebep olan pek çok farklı güç dinamiği olabilir.

Duygusal / Sözel Şiddet

Partnerin korkmasına, kendine olan güveninin azalmasına, suçlu hissetmesine neden olan; duygu ve davranışlarını kontrol altına alan söz ve eylemlerin tümünü kapsar. Fiziksel şiddetten farklı olarak, fark etmesi ve tanımlaması daha zor bir şiddet türüdür. Bu nedenle uzun vadede etkileri daha zarar verici olabilir.

Aşağılama / Suçlu Hissettirme: Eleştirmek, başkalarının yanında küçük düşürmek, hakaret ve küfür etmek, kıyaslamak, isim takmak, öz güven ve kendilik

değerini zedeleyecek söz/davranış/imalarda bulunmak, değersiz ve yetersiz hissettirmek, manipüle ederek kendinden şüpheye düşürmek, şiddetin sebebi olarak suçlu hissettirmek.

Yalnızlaştırma / Mahrum Bırakma: Kiminle görüştüğünü, nerede olduğunu, ne yaptığını kontrol etmek; sınırlandırmak, arkadaşları ve ailesiyle görüşmesini engellemek, sevgi ve kıskançlığını öne sürerek kısıtlayıcı davranışlarda bulunmak, giyimine, davranışlarına, ilgi alanlarına müdahale etmek.

Tehdit / Korkutma: Hareketleri ve tavırlarıyla korkutmak, bağırarak, kendine ya da sevdiği insanlara/hayvanlara/eşyalara zarar vermekle tehdit etmek, duvarlara/masalara vurmak, intihar etmekle tehdit etmek, yasal olmayan eylemlere zorlamak, sırlarını ifşa etmekle tehdit etmek.

Dijital Şiddet

Baskı ve kontrolün, teknoloji araçları ve/veya sosyal medya ağları üzerinden gerçekleştirildiği durumlardır. Örneğin; sık sık aramak ve mesaj göndermek, konum göndermesini istemek, özel bilgi ve/veya fotoğraflarını yayınlamak, paylaşım ve fotoğraflarının altına hakaret ve aşağılama içeren yorumlar yazmak, sosyal medya hesaplarının şifrelerini istemek, telefonunu izinli/izinsiz karıştırmak, bazı arkadaşlarını silmesini talep etmek, sosyal medyadan yapacağı paylaşımlara müdahale etmek, onayı dışında cinsel içerikli mesaj göndermek, cinsel içerikli fotoğraf paylaşmaya zorlamak.

- ✱ • Şiddet uygulayanın anonim özelliği
- Sınırsız izleyiciye sahip olması
- Sınırsızca kez kopyalanabilme özelliği
- Kişinin her an ulaşılabilir ve şiddet uygulanabilir konumda olması
- Paylaşımların sanal ortamdaki silinememesi

dijital şiddeti daha tehlikeli hale getirir

* Genç Hayat Vakfı'nın araştırmasından alınmıştır.

Israrlı Takip / Stalking / Musallat Olma

Fiziksel olarak ya da sanal yollarla takip etmek, özel alanına ve sınırlarına saldırarak kişinin güvenli alanını daraltmak, 'hayır' cevabını kabul etmeyerek tehdit ve korku uyandıracak şekilde ısrarlı ve sistematik şiddet uygulamak. Örneğin; ısrarlı mesaj ve aramalarla rahatsız etmek, evinin/okulunun önünde beklemek, gittiği yerleri ve görüştüğü kişileri takibe almak, sık gittiği mekanları tespit edip buralarda karşısına çıkmak, eylemleriyle ilgili hesap sormak.

Fiziksel Şiddet

Fiziksel güç ve zorlamaya dayalı, istenmeyen temas içeren davranışlarda bulunmak. Örneğin; kasıtlı olarak itmek, sarsmak, çekiştirmek, sıkıştırmak, tokat atmak, saçını çekmek, ısırarak, tekme atmak, bedenine zarar vermek, alkol ve madde kullanmaya zorlamak. Kişi fiziksel şiddeti kendi bedeniyle uygulayabileceği gibi, bir nesne kullanarak da şiddet uyguluyor olabilir. **Fiziksel şiddette kişinin canının acıması ya da bedeninde iz / yara oluşması gerekmez.**

Cinsel Şiddet

Kişiye bir cinsel davranış için zorlamak, sözel/bedensel olarak verilen "hayır" cevabını kabul etmemek veya "evet" cevabını almak için ikna araçları kullanarak partnerin **ONAY**ını **İNŞA** etmek. Örneğin; utandırmak, cinselliğini başka kişilerle kıyaslamak, cinsel davranışlarda ileriye gitmek için zorlamak, taciz, tecavüz, cinsel yolla aktarılan enfeksiyonlardan korunma ve doğum kontrol yöntemlerine erişimi engellemek, özel fotoğraf ya da video çekimi yapmak için zorlamak, erotik görsel materyallere bakmaya zorlamak.

Onay İnşası

Kişinin onay vermediği herhangi bir davranıştaki 'hayır'ı 'evet'e çevirmek için kullanılan; fiziksel zorlama içermeyen, duygusal baskının kullanıldığı yöntemlerdir. Örneğin; tatlı ısrarlar, hediyeler, iltifatlar, güven testleri, kibar tehditler, kendini acıdırma, evet demediği için suçlu hissettirme.

Bana güvenmiyor musun?

Sehi ne kadar çok sevdiğimi bilmiyor musun?

Zaten ciddi düşünmüyor muyuz?

Sen beni sevmiyorsun.

O zaman neden birlikteyiz ki?!

O zaman ben yokum.

Biraz başkalarını örnek alsan keşke.

O zaman olacaktı ben sorumlu değilim.

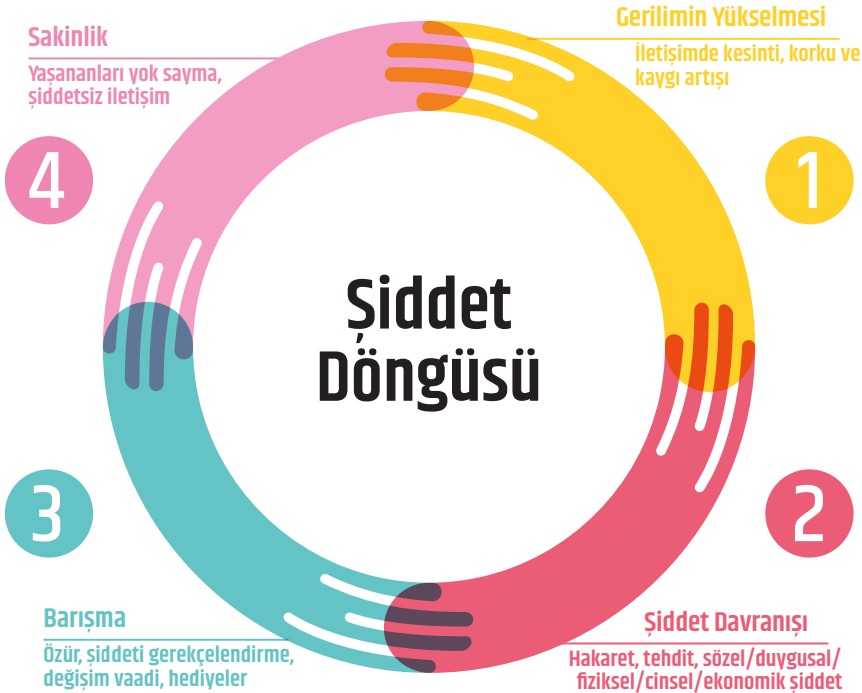
Bu ikna yöntemlerinin farkında olmak ve baskıyla verilen bir “evet” cevabının gerçek bir onay olmadığını bilmek, şiddeti önlemede önemli adımlardan biridir. **Onay gerçekte ‘hayır’ın yokluğu değil; sesli, istekli ve coşkulu bir ‘evet’in varlığıdır.**

Her ilişki farklı ve biricik olmakla birlikte, şiddet davranışlarının zamana yayılarak artması ve yaşayan için daha zarar verici hale gelmesi güvensiz ilişkilerin ortak özelliğidir. Bu durum; kişinin yaşadığı şiddeti fark etmesini ve şiddet içeren bu ilişkiden çıkmasını daha zor hale getirir.

Şiddet Döngüsü

Flört şiddeti, belli davranış biçimlerinin **tekrar etmesiyle** tanımlanır. Şiddet içeren ilişkilerde şiddet davranışları genellikle artarak devam eden bir özelliğe sahiptir. Fakat bu, ilk belirtinin şiddet olmadığı anlamına gelmez. **Bir şiddet davranışını ‘tek seferlik’ diyerek önemsizleştirmemek ve bu davranışın yeni şiddet davranışlarının işareti olabileceğini unutmamak çok önemlidir.**

Şiddet uygulayan partnerler genellikle ilk şiddet davranışının ardından özür dileyerek bir daha bunun asla yaşanmayacağına dair sözler verir, partnerin ilişkide kalması için onu ikna ederler. Fakat araştırmalar gösteriyor ki; **bir ilişkide şiddet**



davranışı bir kere gerçekleşiyorsa tekrar etme olasılığı yüksektir. Bu nedenle; şiddet döngüsünün nasıl işlediğini bilmek ve gençlere bu döngüyü aktarmak önemlidir.

Döngüyü fark etmenin ardından atılacak bir sonraki adım bu döngünün dışına çıkabilmektir. Şiddet döngüsünü kırmak sanıldığı kadar kolay değildir. Bu nedenle; şiddet içeren güvensiz bir ilişki yaşadığını fark ettiğiniz bir genci desteklemeniz ve güçlendirmeniz gerekir.

Şiddete Maruz Bırakılan Gençleri Desteklemek

Elbette her ilişki ve her birey birbirinden farklıdır. Bu nedenle; güvenli olmayan bir ilişki yaşayan gence ne söylemeniz gerektiğiyle ilgili kafanız karışabilir. Fakat izleyebileceğiniz basit yöntemler var:

Yargılamadan Dinleyin

Yaşadıklarını sorgulamayın. "Neden ayrılmıyorsun? Neden kendini korumuyorsun? Neden buna izin veriyorsun? Keşke benimle daha önce konuşsaydın." gibi sorular ve ifadelerden kaçınin.

Destekleyici Mesajlar Verin

"Bu yaşadıkların senin hatan değil.. Hiçbir davranış şiddetin gerekçesi olamaz.. Yalnız değilsin. İhtiyaç hissettiğinde ben buradayım."

Süreci Değerlendirmesini Kolaylaştırın

"...olduğunda nasıl hissediyorsun? Ne yapmak istersin? Ne kadarını yapmaya hazırsın? Eğer ilişkin devam ederse neler olacağını düşünüyorsun? Ayrırlırsan neler olacağını düşünüyorsun?"

Saygılı Olun

Kişisel sınırlarına saygılı olun; meraklı, detay isteyen, özel sorular sormayın. Sizinle paylaştıklarını onun onayı olmadan meslektaşlarınıza anlatmayın.

Sabırlı Olun

İlişkiyi bitirmeye hazır hissetmiyorsa acele etmesini istemeyin. Bazen ısrarcı ve baskıcı olmak daha zarar verici sonuçlara neden olabilir. Şiddet içeren bir ilişkiyi sonlandırmak ortalama 7 girişimde gerçekleşir.

Güvenlik Planı Yapmalarına Yardımcı Olun

Kişisel bir plan için atabilecekleri adımlar sunun, birlikte bir liste hazırlayın. Güvenlik planı örnekleri için "Gençler Arası İlişkilerde Flört Şiddeti" broşüründen yararlanabilirsiniz.

* Bu liste için "Love=Respect, A Guide to Teen Relationships For Adult Allies" adlı broşürden yararlanılmıştır.

Gençler Şiddet İçeren Bir İlişkiyi Neden Sürdürür?

- Flört ilişkisi yaşıyor olmak gençler için sosyal kabul, yüksek öz güven ve bir kimlik anlamı taşıdığı için: **"Kötü bir ilişki hiç olmamasından iyidir!"**
- İlişki yaşamayan gençlere yönelen sözel ve duygusal zorbalıklardan kaçınmak için: **"çirkin, sap, kezban, abazan..."**
- Yaşadıklarının şiddet olduğunu fark etmedikleri için – **kıyaslama yapabilecekleri deneyimlerinin olmaması**
- Aşkın böyle olduğunu düşündükleri için – **medyada aşırı kıskanma, sahiplenme ve şiddetin sevgi göstergesi olarak sunulması**
- Aşık oldukları için – **şiddet bitsin, ilişki devam etsin arzusu**

Neden Destek İstemezler?

- Yargılanacaklarını ya da suçlanacaklarını düşündükleri için
- Maruz bırakıldıkları davranışların şiddet içerdiğine kendilerinden başka kimse- nin inanmayacağını düşündükleri için
- Şiddetin sebebi olarak kendilerini gördükleri ve suçlu hissettikleri için
- Yaşadıklarından bir yetişkine bahsederlerse flört ilişkilerinin ve özgürlüklerinin kısıtlanacağını düşündükleri için
- Ailelerine ya da içinde bulundukları topluluğa olumsuz bir etiket gelmesinden endişelendikleri için
- Özellikle LGBTİ+ gençler; yönelim ya da kimliklerinin açık edileceği endişesi ya- şadıkları için

Flört Şiddetini Besleyen Mitler

Flört şiddetini besleyen pek çok toplumsal yanlış inanış bulunmaktadır. Gençler- le ilişkiler konusunda konuşurken destekleyici, güçlendirici olabilmek ve onlara yargılamadan destek verebilmek için flört şiddeti konusunda sahip olduğunuz yanlış inanışları sorgulamak; kendinizle ve bu mitlerle çalışmak bir ön koşuldur. Aynı zamanda bu mitleri gençlerle birlikte konuşarak da koruyucu-önleyici bir çalışma yapabilirsiniz.

- İlişkide kıskançlık ve sahiplenme sevginin göstergesidir.
- Partnerini sürekli kontrol etmek onu önemsemenin göstergesidir.
- İyi bir ilişkide sevgililer tüm zamanını birlikte geçirir.
- Kişisel sınırların olmadığı bir ilişki daha özgürdür.

- İlişki içindeki sözel ve duygusal şiddet çok da büyütülmemelidir.
- Duygusal ilişki içinde şiddet uygulayan kişi sosyal ilişkilerinde de uyguluyordur.
- Şiddet uygulayan insanlar genellikle eğitimsiz insanlardır.
- Flört içerisinde şiddet uygulayan her zaman erkektir.
- Güçlü olduğunu göstermek ve ilişkinin kontrolünü elde tutmak erkek olmanın gerekliliğidir.
- Erkekler hormonları nedeniyle cinsel dürtülerini kontrol edemezler.
- Hayır demek bazen evet anlamına gelebilir.
- Şiddete maruz bırakılanlar genellikle zayıf karaktere sahip bireylerdir.
- Şiddete maruz bırakılan kişi mutlaka buna sebep olacak bir davranışta bulunmuştur.
- Kişi maruz bırakıldığı şiddetten şikayetçi olmuyorsa bu, şiddet davranışından rahatsız olmadığı anlamına gelir.
- İlişki içinde olanlar mahremdir; diğerleri karışmamalıdır.
- Kişi bir davranışa evet dediye daha sonra fikrini değiştirmesi kabul edilemez.

Güvenli İlişkinin Özellikleri

- Kendi isteklerinin, ihtiyaçlarının, inançlarının, düşüncelerinin, beğenilerinin farkında olmak ve bunları ifade edebilmek
 - Zorunluluktan ya da karşıdaki kişiyi memnun etmek için değil, kendin istediğin için evet diyebilmek
 - Suçlu hissetmeden hayır diyebilmek
- Çatışmaları, fikir ayrılıklarını, karşıdaki için duymanın zor olabileceği duyguları ifade ederken kendini güvende hissetmek
 - Kendini gözetmek, kendine vakit ayırmak
- Arkadaşlarından, hayallerinden, hobilerinden ödün vermek zorunda bırakılmamak
- Hissettiklerin ve yaptıkların arasında uyumsuzluk yaşamıyor olmak
 - Kendi hedeflerine ulaşmada desteklendiğini hissetmek
- Başkasının mutluluğundan değil, kendi mutluluğundan sorumlu olmak
 - İlişki içinde eşit olduğunu hissetmek



Flört Hakları



- Kiminle flört edip etmeyeceğine kendi karar verme hakkı
- Eşit olma ve saygı görme hakkı
- Kendi bedeni ve sınırları ile ilgili karar verme hakkı
- Online ve offline mahremiyet hakkı
- Kendine ait özel alan ve zaman hakkı
- Arkadaşlarından ve hobilerinden ödün vermeme hakkı
- Farklı düşünme hakkı
- Hayır deme hakkı, daha önce evet dendiye bile
- Fikir değiştirme hakkı
- Korku ve baskı altında hissetmeme hakkı
- İhtiyaç duyduğunda destek isteme hakkı
- İstemediği ve güvende hissetmediği bir ilişkiyi sonlandırma hakkı



İlişki Spektrumu

İlişkiler partnerlerin birbirlerine nasıl davrandıklarına bağlı olarak; güvenli-şiddet içeren arası bir ölçekte değişkenlik gösterebilir. Kimi zaman hangi davranışların ilişkiyi güvenli olmaktan çıkarıp zarar verici ya da şiddet içeren bir aşamaya taşıdığını fark etmek ve ifade etmek kolay olmayabilir. Aşağıda göreceğiniz 'ilişki spektrumu', bu aşamaları fark edebilmek ve hangi davranışların kabul edilemez olduğunu görebilmek konusunda size yardımcı olabilir.

Flört İçi Şiddet Davranışları

ŞİDDET İÇEREN / Kontrol Var Sevgi Yok

Zarar Veren İletişim, Aşırı Kıskançlık, Suçlama, Yalnızlaştırma, Onay Dışı ve Zorlama İçeren Davranışlar

Kararları tek kişinin verdiği ilişkilerdir. Partnerlerden biri tüm sınırları belirler, diğeri için neyin iyi olduğuna ve ne yapması gerektiğine karar verir. İlişki hakkında konuşmak neredeyse imkansızdır. Onay dışı cinsel ve sosyal davranışlar yaşanır.

GÜVENSİZ / Baskı Var Eşitlik Yok

İletişim Sorunu, Güvensizlik, Yalan, Eşitsizlik, Kararlar Konusunda Baskı

Karar alma konusunda partnerlerden birinin diğeri -ya da partnerlerin birbirlerini- zorladığı, cinsel davranışlarla ilgili baskının var olduğu ilişkilerdir. Zamanlarının tamamını birlikte geçirmelerine rağmen düşünceleri, duyguları ve problemleri hakkında birbirleriyle konuşamazlar.

GÜVENLİ / Saygı Var Kısıtlama Yok

Açık İletişim, Güven, Dürüstlük, Eşitlik, Kişisel Zaman, Ortak Karar ve Onay

Kararların ortak alındığı, partnerlerin ilişkiyi ilgilendiren konularla ve cinsel davranışlarla ilgili duygularını birbirleriyle rahatlıkla paylaştığı ilişkilerdir. Birlikte eğlenceli zaman geçirirler; fakat bu kendi arkadaşlarıyla ve yalnız zaman geçirmelerine engel olmaz.

Uyarı İşaretleri



Gençlerin duygusal ve sosyal ilişkilerinde zarar verici davranışların yaşanmasıyla birlikte görünüş, hâl ve davranışlarında zaman içinde bazı değişimler gözlemlenebilir. Bu değişimleri uyarı işaretleri olarak düşünebilirsiniz. **Güvensiz bir ilişkide bu işaretlerin hiçbiri gözlemlenmeyebilir. Ya da bu değişimler her zaman bir şiddetin belirtisi olmayabilir.** Yine de bunların farkında olmak, gençlerin ilişkilerine dair size veri sunabilir; böylece davranışlar şiddete dönüşmeden önce erken müdahale edebilme olanağınız olur.

- Utanma ve saklanma davranışları
- Depresif ruh hali, içe dönme, yalnızlaşma
- “Nasıl gidiyor?” sorusuna agresif ve abartılı cevap verme
- Yoğun kaygı barındırma
- Zihin dağınıklığı, sorulara cevap verememe
- Akademik başarıda düşüş, derslere devamsızlık
- Arkadaşlara ve heyecan duyduğu alanlara ilgide azalma
- Farklı arkadaş gruplarına yönelme
- Giyim tarzındaki değişimler, ya da hep aynı kıyafetleri giyme
- Saç stilini değiştirme
- Bedenine zarar veren davranışlar geliştirme; yeme bozuklukları, kendine zarar verme
- Bedende morluk ya da zorlama izleri
- Alkol, sigara ya da madde kullanımına yönelme
- İntihar düşünceleri, girişimleri

BÖLÜM 4

UYGULAMA ÖNCESİ

ÖNERİLER

Gençlerle güvenli ilişkiler üzerine çalışmaya başlamadan önce onlarla kurduğunuz ilişkilerdeki konumunuz üzerine düşünmeniz, ilişkilere dair kişisel değerlerinizi gözden geçirmeniz ve çalışmalarınızın çerçevesini iyi yapılandırduğınızdan emin olmanız önemlidir. Unutmayın, iyi niyetli olmak her zaman yeterince iyi değildir. Yanlış dil, yaklaşım ve yöntem kullandığınızda, bazen desteklemek isterken zarar veriyor olabilirsiniz. Bu bölümde, uygulamalara başlamadan önce mutlaka okumanızı önerdiğimiz; çalışmalarınızın etkisini ve kapsayıcılığını artıracaklarını, uygulamalar sırasında ortaya çıkabilecek riskleri azaltacaklarını düşündüğümüz önerilere yer verdik.

Uygulama Kitabını Nasıl Kullanabilirsiniz?

Gençlerle güvenli ilişkiler üzerine çalışırken yararlanabileceğiniz pek çok kaynak var. Biz bu kitaptaki uygulamaları hazırlarken **formel olmayan (non-formal) eğitim** yöntemini temel aldık. Formel olmayan eğitim, gençlerin etkinliklere katılımını artırarak aktif öğrenmeyi sağlamakla kalmayıp akranlar arası öğrenmeyi de desteklemesi sebebiyle, toplumsal cinsiyet ve güvenli ilişkiler konularını çalışmak için oldukça uygun bir yöntemdir. Daha farklı yöntemler ve uygulama örnekleri için kitabın en arkasında bulunan Kaynakça bölümündeki diğer yayınlardan da yararlanabilirsiniz.



İnformel Eğitim:

Yapılandırılmamış ve planlanmamış bilgi kaynakları aracılığıyla, doğal ortamda ve kendiliğinden gerçekleşen; sonuçları ve ne öğrenileceği öngörülemez eğitimidir. Aile ve sosyal çevre ile kurulan ilişkiler, eğitim ve çalışma ortamları, filmler, kitaplar ve daha pek çok şey informel eğitimin kaynağı olabilir.

Formel Eğitim:

Belirli bir müfredat ve plan çerçevesinde uygulanan; amaç, hedef ve kazanımları, hangi yöntemlerle ve hangi ortamda gerçekleştirileceği belli olan; mesleki, teknik ve profesyonel deneyim kazandırmayı amaçlayan eğitimidir. Bu eğitim modelinde; bireyin (öğrencinin) bilgi ve becerileri, öğreten kişi (öğretmen) aracılığıyla artırılır ve yeterliliği değerlendirilerek ölçülür. Okullarda uygulanmakta olan eğitim bu gruba girer.

Non-Formel Eğitim:

Yapılandırılmış ve planlanmış; amaç, hedef, kazanım ve yöntemleri belli olan, formel eğitim dışındaki bilgi, tutum ve becerileri geliştirmeye yönelik eğitimidir. Non-formel eğitim, katılımcıların ihtiyaçları doğrultusunda şekillenen, gönüllülük temelli, öğrenen merkezli, katılımcı, hem bireysel hem grup öğrenmesini temel alan bir modeldir.

Kitapta bulunan uygulamaları **lise öğrencileriyle** çalışmalarını hedefleyerek **okul psikolojik danışman ve rehber öğretmenleri** için hazırlamış olsak da, bu kitaptan **branş öğretmenleri, eğitimciler, sosyal çalışmacılar, ruh sağlığı ve sivil toplum kuruluşu çalışanları** da yararlanabilirler. Uygulamaları okul ortamında, sınıfta ya da ders dışı etkinliklerde, eğitim kurslarında, mülteci kamplarında, sivil toplum kurumlarında, gençlik merkezlerinde; yani **resmi ya da resmi olmayan ortamlarda**, tek seferlik ya da düzenli olarak gerçekleştirebilirsiniz.

Grup çalışması yöntemi katılımcıların ihtiyaçlarından yola çıkar. Dolayısıyla yapacağınız uygulamaları; **grubunuzun yaş ve gelişim özellikleri, bilgi düzeyi ve ihtiyaçlarına uygun** olarak belirleyebilirsiniz. Uygulama için **ne kadar süreniz** bu bulunduğu ve **mekanın uygunluğu** da etkinlikleri belirlerken dikkate alacağınız diğer değişkenler olabilir.

Her uygulama için gerekli olan materyaller, etkinliklerin akışı, süresi, yönergeleri ve aktarılması gereken temel mesajlar Uygulamalar bölümünde detaylıca açıklanmıştır. Sunduğumuz tüm bu araçları, **grubunuzun ihtiyaçlarına, mekansal/zamansal/mesleki koşullarınıza, elinizde bulunan materyallere** göre çeşitlendirebilirsiniz. Örneğin, bir uygulamanın yöntemini alıp diğerinin temel mesajlarını kullanabilirsiniz ya da etkili bulduğunuz bir yöntemi farklı bir konuyu çalışmak için değerlendirebilirsiniz.

Uygulama Örneklerinde Değinen Konular

1. Çizgiyi Sill: Cinsiyet, toplumsal cinsiyet, cinsiyet ayrımcılığı

2. Komik Değil: Zorbalık, alay, seyirci kalan-müdahale eden

3. Doğru Mu Yanlış Mı?: Ayrımcılık, sınır ihlalleri, mağdur suçlayıcılık

4. Onay Aldın Mı?: Onay kavramı, kişisel sınırlar, sağlıklı iletişim

5. Ben Neresindeyim?: Güvenli ilişki, güvensiz ilişki, şiddet içeren ilişki

6. Seni Online Görmüşler: Dijital şiddet, mahremiyet hakkı, ısrarlı takip

7. Adını Koyalım Şiddet: Fiziksel / duygusal / dijital / cinsel şiddet

8. Saygı Var Şiddet Yok: Güvenli ilişki, eşitlik, saygı, flört hakları

9. Aşk Bu Değil: Flört şiddeti, şiddet döngüsü

10. Güç Değil, Eşitlik: Güç dinamikleri, baskı, kontrol

Kitaptaki etkinliklerin akışı, belirli bir mantıksal seyri takip edecek şekilde, önerdiğimiz uygulama sıralamaları ile hazırlandı. Bu uygulama örneklerinden herhangi biri diğerlerinden daha önemli değil. Tüm bu konular birbirleriyle ilişkili olduğu için, herhangi bir konuyu ele almanız diğer bir konuya da değinmenizi sağlayacaktır. Yine de, birbirini takip edecek etkinlikler gerçekleştirmeyi planlıyorsanız, önerimiz toplumsal cinsiyet konusunu ele alan **“Çizgiyi Sil!”** uygulaması ile başlamanız yönünde olacaktır. Toplumsal cinsiyet konusunu tartışmış olmak, takip eden uygulamalarda geriye dönüşler yaparak gençlere kavramları hatırlatmanızı sağlar-ken üzerine yeni tartışmalar inşa edebileceğiniz sağlam bir zemin oluşturacaktır. Kitapta bulunan tüm uygulamalar 14-19 yaş arası gençlerle çalışmak üzere hazırlanmıştır. Uygulamalar; grubun yaş ve gelişim özellikleri, bilgi düzeyi ve ihtiyaçlarına uygun olarak belirlenebilir. İlk 5 uygulamayı 14-16, son 5 uygulamayı 17-19 yaş grubu ile çalışmanızı önermekle birlikte, grubun ihtiyacını en iyi siz bildiğiniz için uygun bulduğunuz herhangi bir uygulamayı bu yaş aralığı önerilerine bağlı kalmadan da uygulayabilirsiniz. Grupları belirlerken yaş aralıklarının birbirine yakın olmasını gözetmenizi öneririz. Gençler arası yaş farkı üçün üzerinde olduğunda katılımcıların bilgi düzeyi farklılaştığı için grup dinamiği etkilenebilir, riskler ortaya çıkabilir.

Daha Etkili Bir Çalışma Yürütmek İçin:



Yapılan Çalışmaya İnanmak

Uygulayacağınız bu çalışmanın bireysel ve toplumsal değişime katkı sunacağına, şiddete karşı **koruyucu-önleyici** bir işlevi olduğuna öncelikle siz inanın. Yaptığınız işe inanıp bununla ilgili heyecan duyduğunuzda heyecanınız çalıştığınız gruba da yansır. Böylece uygulamalar daha eğlenceli geçer ve gençler sürece daha çok katılım gösterir. Unutmayın, inanmadığınız ve içselleştirmedığınız bir değişime ön ayak olmanız güçtür.



Koruyucu-Önleyici Çalışma:

Ayrımcılık, şiddet, zorbalık, istismar gibi olumsuz durumların ortaya çıkmasını önlemek ve bireyleri bu durumların oluşturabileceği zararlardan korumak amacıyla yapılan çalışmalardır. Bazen ortada hiçbir olumsuz durum yokken, ilerleyen zamanlarda oluşabileceği ihtimale karşı, önleme amacıyla yapılır; ki en etkili olan yöntem budur. Bazen de olumsuz durum ortaya çıktıktan sonra, bu durumun daha da ilerlemesini ve bireye/bireylere verdiği zararın artmasını önlemek amacıyla yapılır. Sınıf ortamında herhangi bir çalışmaya başlamadan önce güvenli alan oluşturmak, gençlerle kitaptaki bu uygulamaları gerçekleştirmek ya da ayrımcılığa karşı bir kampanya hazırlamak koruyucu-önleyici çalışmalara birer örnektir.



Çalışmaya Başlamadan Önce Hazırlanmak

Çalışmaya başlamadan önce, kitabın “Temel Bilgiler” ve “Uygulama Öncesi Öneriler” bölümlerini dikkatlice okuyarak konulara, kavramlara, kitabın nasıl kullanılacağına, uygulamalar öncesinde ve sırasında dikkat edilmesi gereken noktalara hâkim olmanızı öneriyoruz. Bu ön hazırlık, çalışma boyunca kendinizi güvende hissetmenizi ve süreci daha etkin şekilde yürütmenizi sağlayacaktır. Ayrıca, her uygulama öncesinde, gerekli bilgilerin ve akışın üzerinden geçtiğinizden, uygulama akışındaki “Hazırlık” başlığını okuduğunuzdan ve ihtiyacınız olan materyalleri önceden hazırladığınızdan emin olun. Tüm materyallerin hazır ve kolayca erişebileceğiniz bir şekilde yanınızda bulunması zamanı iyi kullanmanızı sağlayacaktır. Hatırlatıcı olması için kendinize küçük el notları/kartları da hazırlayabilirsiniz.





Çalışmanın Amacını ve İçeriğini Açıklamak

Sürecin en başında; çalışmanın amacı, kapsamı, süresi, kaç uygulama yapılacağı, uygulamalar sırasında hangi yöntemlerin kullanılacağı gibi konular hakkında gençlere bilgi verin. Böylece zihinlerinde belirli bir çerçeve oluşacak, belirsizlik hissi ve soru işaretleri ortadan kalkacak, çalışmaya dair heyecan ve motivasyonları artacaktır. Gençler bunun bir sınav ya da değerlendirme olmadığını bilmelidir. Gençlere bu çalışmanın amacının kimin en doğru bilgiye sahip olduğunu görmek değil, bir diyalog ve paylaşım ortamı oluşturmak olduğunu açıklayın. Ayrıca, her uygulamanın başında konuya ilgi çekici ve etkili bir giriş yapmak, gençlerin çalışmaya olan merakını ve katılımını olumlu yönde etkileyecektir.



Güvenli Alan Oluşturmak

Gençler birbirleriyle etkileşime girmek, bildiklerini paylaşmak, soru sormak, keşfetmek için öncelikle kendilerini rahat ve güvende hissetmelidirler. Uygulamalar sırasında konuşulacak konular hassas olduğu için gençler düşüncelerini açıkça ifade etmekte zorlanabilirler. Güvenli alanın kendi kendine oluşması beklenemez. Bunu sağlamak için ortak ilkeler belirlemek kolaylaştırıcı olacaktır. (Sayfa 81)

Güvenli Alan:

Hiçbir ayrımcılık türünün kabul görmediği, düşmanca tutum ve söylemlere izin verilmeyen, şiddetten arınmış, eşitlikçi, şeffaf; kişilerin fiziksel, duygusal ve entelektüel olarak iyi, rahat, güvende hissettiği ve zarar görmeyeceğini bildiği alanlardır.



sayfa numaralarını kontrol et



Açık ve Net Yönergeler Vermek

Uygulamalar sırasında vereceğiniz yönergelerde muğlak, karışık ve uzun ifadelerden kaçının; kısa ve net cümleler kullanın. Yönergenin herkes tarafından anlaşıldığından ve herkesin ne yapması gerektiğini bildiğinden emin olun. Zihinlerde bir soru işareti kalıp kalmadığını anlamanın en iyi yolu bunu gruba sormaktır. Soruyu **"Anladınız mı? Herkes anladı mı?"** gibi ifadelerle yöneltmeyin. Bunlar üstenci duyulabilir ve gençlerin zihninde **"Yönerge net, benim anlayışında problem var"** gibi bir düşünce oluşturabilir. Bunun yerine, **"Açık ve net olmayan bir yer var mı? Yönergeyi tekrarlamama ihtiyaç duyuyor musunuz?"** gibi ifadeler kullanabilirsiniz.



Süreci ve Tartışmaları Kolaylaştırmak

Kolaylaştırma; insanların öğrendiği, deneyimlediği ve keşfettiği bir ortam yaratma anlamına gelir. Bu bir paylaşım ve birbirinden öğrenme sürecidir. Kolaylaştırma, "uzman" olan bir kişinin, bilgi ve becerilerini başkalarına aktarması demek değildir. Uygulamalarda kendinizi "öğreten", gençleri "öğrenen" konumuna yerleştirmekten sakının. Grupta dileyen herkesin tartışmaya katılabildiğinden emin olun ve bunun için gençleri destekleyin. Tartışmalar kesilirse yeni sorular ya da yöntemlerle diyalogu sürdürmeye çalışın. Bunu sağlayabilmek için iyi bir dinleyici olun, gençlerin paylaşımlarını ilgiyle ve yargılamadan takip edin. Paylaşımlar karşısında değerlendirmede bulunmayın ve cevap anahtarı rolünden sakının. Tartışmalarda ortaya çıkan görüşleri netleştiren, özetleyen ve toparlayan kişi olun.



Zamanı Etkin Kullanmak

Uygulama öncesi hazırlık aşamasında, zaman planlamasını dikkatlice yapın ve zihinsel olarak bu plana hazırlanın. Uygulamaları yaparken, kitapta belirtilen süreleri aşmamaya özen gösterin. Gençlerin katılımıyla gerçekleşen tartışmalar öngördüğünüzden uzun sürüyor fakat konu odaklı ve verimli ilerliyorsa süre kaygısı nedeniyle tartışmayı kesmek yerine ek bir çalışma planlayabilirsiniz. Bu ve benzeri durumlarda süreci askıda bırakmayıp kısa bir toparlama yapın ve çalışmaya devam edeceğinize dair bilgi verin.



Süreci Gözden Geçirmek

Yürüttüğünüz uygulamayı ve eğitimci/kolaylaştırıcı olarak kendinizi, düzenli olarak değerlendirin. Böylece güçlü ve geliştirilmesi gereken yönlerinizi fark edebilir, sonraki çalışmalarınızı bunları dikkate alarak planlayabilirsiniz. Her uygulamayı tamamladıktan sonra ve tüm çalışmaların en sonunda süreci gözden geçirmenizi öneriyoruz. Bunu yaparken kendinize aşağıdaki soruları ve benzerlerini yöneltebilirsiniz:

- Hazırlık, zamanlama, akış vb. açılardan uygulama nasıl geçti?
- Gençlerin ilgi ve katılımı nasıldı?
- Gençler bu uygulamadan neler öğrendi? Bunlar uygulamanın kazanımları ile uyuyor mu?
- Konular ve kolaylaştırıcılık hakkında ben neler öğrendim?



Bireysel Destek İçin Cesaretlendirmek

Her ne kadar grup çalışması yapıyor olsanız da, grup içindeki bireylerin, tartıştığınız konularla ilgili bireysel bir paylaşım ve destek ihtiyacı duyabileceğini aklınızda bulundurun. Uygulamaları bitirirken, grup içinde paylaşmak istemedikleri ancak desteğe ihtiyaç duydukları konularla ilgili bireysel destek/danışmanlık talep edebileceklerini gençlere hatırlatın. Yardım istemenin zayıflık değil, cesurca bir hareket olduğunu vurgulayın.



Burada Kalmamasını Sağlamak

Uygulamaları sonlandırırken gençleri o gün konuşulan konularla ilgili düşünmeye devam etmeleri ve çevrelerine bu gözle bakmaları için teşvik edin. Reklamlara, dizilere, filmle-re, şarkı sözlerine ya da çevrelerindeki ilişkilere eleştirel bir bakış açısı ile yaklaştıklarında gördüklerini not almalarını önerebilir, bu gözlem ve eleştirileri bir sonraki uygulamada paylaşabileceklerini söyleyebilirsiniz. Konuştuğunuz konulara odaklanan, bilgilendirici ve güçlendirici film, dizi, kitap, blog önerilerinde bulunabilir, projenin Instagram hesabına (@projenevarneyok) yönlendirebilirsiniz.

Gençlerle Güvenli İlişkiler Hakkında Konuşmak için 10 Öneri

1.

Gelişim Dönemi Özelliklerini Bilin

Ruh halindeki ani değişimlerden risk almaya kadar, yetişkinler olarak geride bıraktığımız pek çok davranış, ergen gelişiminin doğal bir parçasıdır. Gelişimsel açıdan nelerin doğal olduğunu bilmenin; gençleri anlamamanın ve onlara daha iyi bir destek sunabilmenin ilk koşulu olduğunu unutmayın.

2.

Maruz Kaldıkları Baskıları ve Riskleri Görün

Kabul edin ya da etmeyin; ergenlik, flört ilişkileri ve cinsel davranışları deneyimleme gibi konularda akran baskısının arttığı bir dönemdir. Kişisel değerleriniz, kalıplarınız ve ergenlik dönemine yönelik atıflarınız nedeniyle flört ilişkileri, ergen cinselliği gibi konuları yok sayıyor, hatta reddediyor olabilirsiniz. Ancak bu yaklaşım, gençlerin bu dönemde maruz kalabilecekleri riskleri görmeyi engelleyecektir. Oysa gençlerin bu dönemde onları dinleyecek ve içinde bulundukları durumlarla ilgili onları destekleyecek yetişkinlere ihtiyacı vardır. O kişilerden biri siz olun.

3.

Açık ve Dürüst Olabilmeleri için Onlara Alan Açın

Gençlere güvenli bir ilişkinin nasıl olması gerektiğini anlatmak ve nasihat vermek yerine; güvenli ilişkinin kendileri için anlamını, kişisel değerlerini ve beklentilerini açıkça ifade edebilecekleri bir konuşma zemini oluşturun. Düşüncelerinin 'yanlış' olduğunu söyleyip diyalogu kesmeyin, aksine bunları tartışmaya açın. Böylece kendi değerlendirmelerini yapabilirler.

4.

Gündemlerini Takip Edin

Gençlerin ilgi alanlarını ve gündemlerini takip edebileceğiniz fırsatlar yaratmaya çalışın. İzledikleri diziler, filmler, kullandıkları dijital ağ ve uygulamalardan haberdar olun, onlardan duyduklarınızı araştırın. Bütün bunlar üzerine sohbet fırsatları yaratın.

5.

Fırsat Eğitimlerini Kullanın

Filmleri, dizileri, reklamları, haberleri, şarkı sözlerini, okul etkinliklerini, gençlerin paylaştıkları örnekleri ve sordukları soruları güvenli ve güvensiz ilişkiler üzerine konuşma başlatmak için fırsata dönüştürün.



6.

Seyirci Kalmamanın Yollarını Tartışın

Gençlerle, arkadaşlarının yaşadığı güvensiz ilişkilere ve zarar verici davranışlara sessiz kalmamalarının önemi üzerine konuşun; seyirci olmak yerine müdahale etmenin yollarını birlikte tartışın.

7.

Net ve Tutarlı Olun

Gençlerin şiddetin her biçimine dair tutarlılıkla karşı olduğunuzu görmelerini sağlayın. Sınıf ortamında, okul içinde ya da dışında, gençlerle birlikte olduğunuz zamanlarda ayrımcı, cinsiyetçi, türcü, aşağılayıcı, dışlayıcı, sınır ihlal eden, şiddet içeren dil kullanımına ve davranışlara sessiz kalmayın.

Fırsat Eğitimi:

Sınıf gibi yapılandırılmış ortamlarda, çerçevesi belirlenmiş bir ders ya da çalışma sırasında yapılan bilgi aktarımından farklı olarak; günlük yaşam içindeki herhangi bir malzemenin (bir kelime, söylem, şaka, davranış, film, yazı vb.) eğitim fırsatına çevrilmesidir. Örneğin; beden eğitimi dersinde bir egzersiz için "kızlar bu hareketi yapamaz" diyen gencin söyleminin üzerinden atlamayarak cinsiyetçi genellemeler ve sporda cinsiyetçilik üzerine, gençlere de alan açan bir konuşma başlatan eğitimci fırsat eğitimi yapmış olur. Çoğu zaman bu yöntem, cinsiyetçilik üzerine konferanslar düzenlemekten çok daha etkilidir. Fırsat eğitimi sadece sınıfta ve ders saatinde değil; her yerde ve günün her saatinde yapılabilir. Eğitimcinin bir başkası ile kurduğu ilişki, kullandığı dil, tavır ve davranışları da birer fırsat eğitimine dönüşebilir.

8.

Olumlu Olanı Vurgulayın

Gençlerle ilişkiler üzerine konuşmanın tek yolu riskleri ya da olumsuz sonuçları vurgulamak değildir. Onlarla güvenli ilişkilerin özelliklerini konuşun. Sağlıklı sınırlar oluşturabilmelerini destekleyecek, güçlendirici ve olumlu örnekleri onlarla paylaşın.

10.

Konumunuzu Gözden Geçirin

Bir yetişkin olarak kendi ilişkileriniz, çevreniz ve kararlarınız üzerinde gençlere kıyasla daha fazla kontrol sahibi olabilirsiniz. Ancak gençlerin karşısında kendinizi kontrol, güç ve otorite sahibi bir yetişkin olarak konumlandırırsanız, sizinle güvene ve paylaşıma dayalı bir ilişki kurmalarını engellersiniz. Bu tür hiyerarşik bir ilişki içerisinde gençleri desteklemeniz mümkün olamayacağı gibi, onlara zarar verirsiniz.

9.

Arkadaş Olmaya Çalışmayın

Gençlerle ilişkiler hakkında konuşmak kolay olmayabilir; özellikle de sizi "öğretmen" olarak konumlandıkları için. Sizinle daha rahat konuşabilsinler diye onlarla arkadaşlık ilişkisi kurmaya çalışmayın. Etkili olmanın yolu; yetişkin rolünden çıkmak, sorumluluklarınızı bırakmak ve sınırlarınızı esnetmek değildir. Gençlerle bir 'yetişkin' olarak, ancak otoriteye yaslanmadan, destekleyici bir ilişki kurmak mümkündür. Sınırlarınızı iyi tanımlayın, duyarlı olun ve sağlam durun.

“

Tüm bu çalışmalar süresince gençlere sunmanız gereken en temel ve önemli şey; varlıklarına, fikirlerine ve yaşantılarına duyduğunuz SAYGI olmalıdır.

”

Kendinize Bu Soruları Sorun

Gençler arası ilişkilerin olgun olmadığını mı düşünüyorum

Gençlerin ilişkilerini değersiz mi görüyorum; bunun geçici bir dönem olduğunu mu düşünüyorum

İlişkilere dair kişisel değerlerimi, yargılarımı ve beklentilerimi gençlere yansıtıyormuyum

Onlara sık sık "Büyüdüğünüzde anlayacaksınız" diyor ya da demek istiyormuyum

Ne yapmaları gerektiği ya da nerede yanlış yaptıkları konusunda onlara öğüt veriyormuyum

Onların sorunlarını bensiz çözemeyeceğini düşünerek 'kurtarıcı' rolüne bürünüyormuyum

Kendi cinsiyetçiliğimle ya da uyguladığım şiddet davranışları ile yüzleşmekten kaçınıyormuyum

Gençlerin kimi durumlarda şiddeti hak ettiğini düşünüyormuyum

Gençlerin yaşantılarını başka ortamlarda magazin malzemesi haline getiriyormuyum

Gençlere cinsiyetleri veya cinsel yönelimlerine bağlı olarak ayrımcı mesajlar verdiğim oluyormu

Ayrılmaları için onları zorluyorum ya da ayrılmadıkları için cezalandırıyormuyum

İlişkileri ile ilgili süreçlerde onlar adına karar veriyormuyum

Güvenli Alan Oluşturma



1. Uygulamalara başlamadan önce; herkesin iyi, rahat ve güvende hissedeceği, zarar görmeyeceğini bildiği bir eğitim ortamının sağlanması ilk koşuldur. Bunun yolu, çalışmalara başlamadan önce gençlerle birlikte ve ortak kararlar yapılan bir grup sözleşmesidir. Bu sözleşmeyle -siz dahil- gruptaki herkesin uyacağı temel ilkeleri belirlemiş ve ortaya çıkabilecek riskleri büyük ölçüde önlemiş olursunuz. Grup sözleşmesini hazırlarken aşağıdaki maddelerden yararlanabilirsiniz:

- Aşağılama, hakaret/alay etme, yargılama, suçlama gibi davranışlar kabul edilmez.
- Gruptaki herkes düşüncelerini ve duygularını sözü kesilmeden ifade edebilmelidir.
- Bir başkasının bakış açısı bizimkinden farklı olabilir, buna saygı duymak sorumluluğumuzdur.
- Hiçbir soru saçma ya da yanlış değildir. Merak ettiklerimizi sorarak öğrenebiliriz.
- Hepimizin mahremiyet hakkını gözetecek şekilde, grupta konuşulan özel paylaşımlar burada kalmalıdır.
- Paylaştığımız örnekler esnasında özel isim kullanmamak, bir başkasının hikayesini onayı olmadan anlatmamak sorumluluğumuzdur.
- Çalışma sırasında konuşmak istemediğiniz konuları ve sorularınızı ders sonrasında bireysel olarak paylaşabilirsiniz.

2. Çalışmalara başlamadan önce, **herkesin şiddetin uygulayıcısı ya da maruz bırakılanı olabileceğini; asıl amacın bu konuları konuşarak kişisel ve toplumsal değişimin sağlanması** olduğunu hatırlatın.

3. Sınıfınızda çocukluğunda yaşadığı cinsel istismardan hayatta kalan ya da fiziksel, duygusal ya da cinsel şiddetin tanığı olan, ilişkisi içerisinde şiddet uygulayan ya da şiddete maruz bırakılan veya güvensiz ilişkiler yaşamakta olan gençler olabilir. Bu tip çalışmaların özellikle bu öğrenciler için daha düşündürücü ve zorlayıcı olabileceğini aklınızda tutun. Çalışma esnasında tetiklenendiğini ya da zorlandığını hisseden olursa, bunu rahatlıkla dile getirebileceğini ve gerekiyorsa çalışmaya ara verebileceğini gençlerle paylaşın. Sözleşmeye bununla ilgili bir 'kendini gözetme' maddesi ekleyebilirsiniz.

4. Siz de kendi ilişkilerinizde benzer deneyimler yaşamış ya da yaşıyor olabilirsiniz. Tetiklendiğiniz durumlarda sizin de ara verme ve nefes alma hakkınız olduğunu unutmayın.

Grup Çalışmalarında Yaşanabilecek Açılmalar

Gençlerden biri, yürüttüğünüz çalışmanın herhangi bir aşamasında, maruz bırakıldığı şiddetle ilgili size ve gruba açılabilir. Grup çalışmaları sırasında bu tür açılmaların yaşanabileceği olasılığını aklınızda bulundurmanız ve kendinizi buna hazırlamanız önemlidir.

Şiddet yaşantısı ile ilgili açılan kişiyi dinlerken;

- Açılmasını engellemeyin ve durdurmaya çalışmayın, konuyu görmezden gelmeyin fakat detaylı sorular da sormayın.
- Üzüntü, kaygı, öfke gibi duygularınızı kontrol edin; sakın ve soğukkanlı kalmaya çalışın.
- Anlatmaya devam ettiği noktaya dek onu duyduğunuzdan, dinlediğinizden emin olun.
- Sizden duymaya ihtiyacı olan en önemli 6 cümleyi aklınızda tutun:



Büyük gruptan gelen güçlendirici, destekleyici paylaşım ve yorumları alabilirsiniz. Fakat açılan kişinin suçlandığı ya da ona nasihat edilen bir noktaya geldiğinde anında müdahale etmeniz gerekir.

Ortamdaki duygu durumunu dağıtmak için kısa bir ara vermek ve tazelenmek iyi bir fikir olabilir. Ara verdiğinizde kişiye neye ihtiyacı olduğunu sorun. Yalnız kalmayı tercih etmiyorsa, siz ya da bir eğitmeni arkadaşınız, tercih ettiği bir alanda ona eşlik edebilirsiniz. Açılmanın ardından gruptan ayrı zaman geçirmeye ihtiyaç duyabileceğini dikkate alın.

Açılan kişiye destek ve danışmanlık verirken şu soruları aklınızda bulundurun:

- Açıldığı durum şu anda yaşanan bir deneyim mi, geçmişe mi ait?
 - Kişi şu anda risk altında mı?
 - Bu durumla ilgili ne hissediyor?
- Kişi şu an bu durumla ilgili bir eylemde bulunmak istiyor mu?
Buna ihtiyaç duyuyor mu? Anlatmayı istediği kimse var mı?
- Bu konuda onu destekleyen/destekleyebilecek kimse/ler var mı?

Kapsayıcı ve Güçlendirici Dil - Yaklaşım

Çalışmalar boyunca kullanacağınız dil ve seçeceğiniz kelimelerle gençlere fark etmeden pek çok mesaj iletirsiniz. Doğru dil kullanımının kendisinin de bir fırsat eğitimi olduğunu unutmayın.

	
kız ve erkek	genç kadın ve erkekler
bayan	kadın / genç kadın
cinsel tercih	cinsel yönelim
şiddete maruz kalan	şiddete maruz bırakılan
şiddet kurbanı	şiddete maruz bırakılan
saldırgan, sapık	fail
tecavüzcüsü, istismarcısı	tecavüz faili, istismar faili



Her ilişkinin heteroseksüel olduğunu varsayan tanımlamalardan ve örneklerden kaçınmak. **Örneğin, "Karşı cinsten birine ilgi duymanız çok doğal." dememek.**



Şiddetin uygulayıcısını ve maruz bırakılanı cinsiyetlendirerek genellemek yerine, şiddet uygulayan ve şiddete maruz bırakılanın her cinsiyetten olabileceğini vurgulamak.



Konuşacağınız konuların şu an veya gelecekte herkes için faydalı bilgiler ve yaşamsal beceriler sunacağını ve şiddeti azaltmak için onlara yardımcı olacağını söylemek.



Akranlar arası şiddetin herkesi ilgilendiren bir konu olduğunu ve bunu ancak birlikte durdurabileceğinizi vurgulamak.

Sorular ve Öneriler

Grupta içeriğe dair bir direnç ortaya çıkarsa?

Uygulamalar sırasında 'direnç' çok farklı şekillerde ortaya çıkabilir: konuyu ciddiye almamak, ilgili-ilgisiz espriler yapmak, konu dışı sorular sormak, eğitimciye yönelik imalarda bulunmak, yanındakilerin çalışmaya katılmasını engellemek vb. Bu tür durumlar sizi zorlayabilir; öfke, bıkkınlık hissetmenize neden olabilir. Dirençle karşılaştığınızda ses tonunuzun, yüz ifadenizin ve beden dilinizin değişmemesine özen gösterin. Direnci kırmaya çalışmak, vermek istediğiniz mesajı savunmak ve öğrencinizi ikna etmeye odaklanmak yerine, söylediğini sesli olarak tekrarlayarak ("**....şeklinde düşünüyorsun, seni doğru anlıyor muyum?**") gence duyulduğunu hissettirebilir ve "**Bu konuda farklı düşünen var mı? Siz ne düşünüyorsunuz?**" gibi sorular yönelterek tartışmayı büyük gruba taşıyabilirsiniz. Tek bir gençle onun direncini kırmak üzere tartışmaya başladığınızda, büyük grup konudan kopabilir ve sıkılabilir. Unutmayın, eğitimci/kolaylaştırıcı olarak rolünüz, grubun hep birlikte ve birbirlerini yargılamadan tartışabilecekleri bir ortam sağlamaktır.

Gençler yanıtını bilmediğim bir soru sorarsa?

Yanıtından emin olmadığınız ya da bilmediğiniz sorular elbette olacaktır, bu son derece doğal. Herkesin her şeyi bilmesi beklenemez. Böyle durumlarda, emin olmadığınızı ya da bilmediğinizi açıkça söyleyebilir, gruba "**Soruyu yanıtlamak isteyen var mı? Bu konuda siz ne düşünüyorsunuz?**" gibi sorular yöneltebilirsiniz. Toplumsal cinsiyet, duygusal ilişkiler gibi konularla ilgili soruların yanıtlarının karmaşık ve değişken olabileceğini de aklınızda bulundurun. Eğitsel bir bakış açısından bakarsak, soruyu yanıtlamak kadar sorunun sorulmuş olması da önemlidir. Bu nedenle, çalıştığınız gençlere sık sık "**Bu önemli bir soru, iyi ki bu soruyu sordun, teşekkür ederim**" diyerek onları soru sormaları için cesaretlendirebilirsiniz.

Çalıştığım kurumun idarecileri ya da ebeveynler, bu konuların gençleri kışkırtacağını ya da flört ilişkilerini meşrulaştıracığını düşünerek çalışmalara karşı çıkarlarsa?

Evet, bu da bir ihtimal. Sadece gençlerin değil, bu çalışmaları işbirliği içinde sürdürmeniz gereken yetişkin grupların direnciyle de karşılaşabilirsiniz. Gençlerle çalışmaya başlamadan önce, ebeveynler ve çalıştığınız kurumdaki kişiler için iki ayrı bilgilendirme semineri düzenlemeniz iyi bir yöntem olabilir. Bu seminerlerde; yürüteceğiniz çalışmanın amacını, kapsamını ve yöntemlerini

aktarabilir, bu uygulamaların akranlar arası şiddete karşı koruyucu-önleyici bir işlevi olduğunu vurgulayabilirsiniz. Bu seminerlere rağmen direnç devam ederse, uygulamaları seçerken çalışacağınız ortamın hazırbulunuşluğunu göz önünde bulundurarak duygusal ilişkiler ve flört şiddeti konularıyla ilgili uygulamalar yerine; zorbalık, kişisel sınırlar, onay kavramı, toplumsal cinsiyet gibi konuları içeren uygulamalarla başlayabilirsiniz. Unutmayın ki, bu çalışmalar yetişkinler tarafından gereksiz, lüks ve hatta kışkırtıcı görülse de gençler için ihtiyaç ve haktır. Gençlerin haklarını korumak konusundaki mesleki sorumluluğunuzu akılda tutup bu çalışmaların etkisine ve önemine inandığınızda mutlaka ara yollar bulacaksınız!

Okul atmosferini dönüştürmeye nereden başlayabilirim? Nasıl etkinlikler düzenleyebilirim?

Okul atmosferini dönüştürmek için yapabileceğiniz çok şey var!

- Öğretmen ve ebeveyn seminerlerini düzenli hale getirebilirsiniz.
- Okul panolarını ve koridorlarını toplumsal cinsiyet eşitliği, şiddetsizlik, güvenli ilişkiler, haklar gibi konularla ilgili bilgilendirici ve güçlendirici mesajlar, resimler, sloganlar vb. ile donatabilirsiniz.
- Branş öğretmenleri ile birlikte hareket ederek, diğer derslerde de bu konuların gündeme gelmesini, cinsiyet ayrımcılığına vurgu yapan örneklerle ve içeriklere yer verilmesini sağlayabilir; böylece bu konuları tek seferlik öğretici içerikler olmaktan çıkarabilirsiniz.
- 2 Ekim Uluslararası Şiddetsizlik Günü, 26 Ekim Dünya İnterseks Farkındalığı Günü, 25 Kasım Kadına Yönelik Şiddete Karşı Uluslararası Mücadele Günü, 8 Mart Dünya Kadınlar Günü, 17 Mayıs Homofobi, Transfobi ve Bifobi Karşıtı Gün gibi özel günleri gençlerin katılımını sağlayarak gündemleştirebilirsiniz.
- Gençlerin eğitim hayatı içerisinde yaşadıkları somut ayrımcılık örneklerini dile getirebilecekleri ya da bu içerikte farkındalık çalışmaları yürütebilecekleri öğrenci toplulukları oluşturmalarını destekleyebilirsiniz.

BÖLÜM 5

UYGULAMALAR

Bu bölümde yer alan uygulamaların bir kısmı akran zorbalığı ve toplumsal cinsiyet temelli şiddet türlerine odaklanırken, çoğunluğu flört şiddeti ve güvenli ilişkiler konusunda gençlerin farkındalıklarını yükseltmek için hazırlanmıştır. Bu uygulama içeriklerinde sınıfın dinamiklerine ve ihtiyaçlarına göre çeşitlemeler yapabilir, mevcut soruları ya da tartışma başlıklarını değiştirebilirsiniz. Ayrıca aşağıdaki özelliklerin / becerilerin, flört içi şiddet davranışlarını azalttığını akılda tutarak bu başlıklara odaklanan çalışmalar planlayabilir, gençlerin güvenli ilişki kurma ve yürütme becerilerini destekleyebilirsiniz.

- Şiddet içermeyen çatışma çözüm yöntemlerine inanma ve uygulama
- Etkili iletişim becerilerini kullanabilme
- Stres ve kaygı yaratan durumlarla başa çıkabilme
- Öz güven ve öz saygı

Genel Bakış:

Akranlar arası şiddetin bir türü olan “toplumsal cinsiyet temelli şiddet” gençler arası ilişkilerde yaygın olarak gözlemlenir. Toplumsal cinsiyet rolleri üzerinden isim takma, etiketleme, kıyas yapma, alay etme, yalnızlaştırma gibi duygusal açıdan zarar veren davranışların önlenebilmesinin yolu, gençlerle bu rollerin hayata etkileri üzerine konuşmaktan geçer. Bu egzersiz, gençlerin toplumsal cinsiyet kalıpları ve güvensiz ilişkiler arasındaki ilişkiyi görebilmelerini desteklemek için iyi bir başlangıç olacaktır.

Amaç:

Gençlerin, toplumsal cinsiyet kalıplarının yarattığı kısıtlama, ayrımcılık ve eşitsizliği fark edip sorgulamalarını desteklemek.

Malzemeler:

- Yazı tahtası
- Tahta kalem

Yöntem:

- Soru-cevap
- Büyük grup tartışması
- Anlatım

Hazırlık:

Gençlerle çalışmaya başlamadan önce, tartışacağınız kavramlara hâkim olmanız önemlidir. Kitabın ‘Kavramlar Sözlüğü’ bölümünü gözden geçirin. (Sayfa 53-57)

Uygulama Akışı:

Giriş: Gençlerle selamlaşıp uygulamanın içeriği ve amacından bahsettiğiniz kısa bir giriş yaptıktan sonra, birlikte yürüteceğiniz bu çalışmada “toplumsal cinsiyet” kavramı üzerine konuşacağınızı söyleyin. (1 dakika)

Güvenli Alan: Güvenli alanı oluşturmak için gençlerle birlikte grup ilkelerinizi belirleyin. (4 dakika)

Konuya Giriş: Tahtaya “toplumsal cinsiyet” yazın ve gençlere bu kavramı daha önce duyup duymadıklarını, kavramın onlara ne çağrıştırdığını sorun.

Kazanımlar:

Bu çalışma sonunda gençler;

- “Atanmış cinsiyet” ve “toplumsal cinsiyet” kavramları arasındaki farkı açıklayabilecek,
- Toplumsal cinsiyet rollerinin toplum tarafından inşa edildiğini, sosyalleşme süreci içinde öğrenildiğini ve değişebilir olduğunu fark edecek,
- Toplumsal cinsiyet rollerinin beslediği ön yargı, baskı ve ayrımcılık türleri ile ilgili farkındalık kazanacak; “toplumsal cinsiyet temelli şiddet” kavramını açıklayabilecek,
- Toplumsal cinsiyet kalıplarının kendi hayatlarındaki etki ve yansımalarını sorgulayabilecek,
- Kendi cinsiyet kalıplarının; cinsiyetçi düşünce, söylem ve şakalarının farkına varacaklardır.

Daha önce duymadıysanız tahminde bulunmalarını isteyebilirsiniz. Ardından toplumsal cinsiyet kavramındaki “cinsiyet” kelimesini daire içine alarak tek başına ne anlama geldiğini sorun. Buradan hareketle, cinsiyetin ‘bedensel’ ve ‘toplumsal’ açılardan farklılaşmasına dikkat çekin. Gelen cevapları hızlıca ve kısa kısa tahtanın kenarına not edin. Bu cevaplara çalışma boyunca geri döneceğinizi, şimdi kavramı açmak ve üzerine konuşmak için birlikte bir egzersiz yapacağınızı söyleyerek yönergeye geçin. (Hiç paylaşım/cevap gelmediyse doğrudan yönergeye geçebilirsiniz.) (3 dakika)

Yönerge: Gençlerden; ailelerini ve sosyal çevrelerini, okul ortamlarını, izledikleri reklam/klip/dizi/filmleri, okudukları kitapları vb. düşünerek çocukluktan bu yana kadın ve erkeklerin nasıl olmaları gerektiğine dair hangi mesajları aldıklarını düşünmelerini isteyin. Onlar düşünürken tahtaya aralarında boşluk bırakarak ‘KADIN’ ve ‘ERKEK’ yazın. İki kelimenin arasına yukarıdan aşağıya doğru düz bir çizgi çizin. Gruba onlardan gelen paylaşımları bu başlıkların altına yazacağınızda dair bilgi verin. (3 dakika) Gençlerin kadınlarla ilgili söylediklerini ‘KADIN’, erkeklerle ilgili söylediklerini ise ‘ERKEK’ başlığının altına yazın. Bedensel cinsiyete dair bir paylaşım gelirse, bu paylaşımı tablonun dışında kalacak şekilde tahtanın kenarına yazarak, bu özelliğin toplumsal değil bedensel olduğunu vurgulayın. Gençler arasından tabloda yazılı özelliklere itiraz edenler ve bu rol ayrımlarını kabul etmeyenler olursa, tablonun kişisel görüşleri değil, toplumda yaygın olan bakış açısını sergilediğini ve hedefinizin bu bakış açısını tartışmak olduğunu hatırlatın. (5 dakika) Paylaşımlar aşağıdaki gibi benzer olabilir:

KADIN	ERKEK
anne - duygusal - ev kadını sabırlı - sessiz - savunmasız bakımlı - pasif - güçsüz narin - çekici - şefkatli - itaatkar örnek - güzel - güler yüzlü kibar - çekingen - gece dışarı çıkmaz şiddete maruz bırakılan iyi araba kullanamaz - makyaj yapar kılız olmalıdır	duygularını göstermez (öfke dışında) ciddi - mantıklı - evini geçindirir koruyup kollar - aktif - kaslı - güçlü kaba - cesur - sert - emir veren kavgacı - maço - şiddet uygulayan karar veren - makyaj yapmaz ağlamaz - sportif - korkusuz kılı olmalıdır

Bilgilendirme ve Değerlendirme:

Gençlerden gelen tüm paylaşımları tahtaya yazdıktan sonra tablonun genelini gruba birlikte kısa bir süre inceleyin. (Gerekirse yazılanları sesli olarak gruba okuyabilirsiniz.) Birbirinden farklı gruplarda genellikle buna benzer bir tablo çıktığından bahsedin. Bunun sebebinin, kadınların ve erkeklerin nasıl olması gerektiğine yönelik bilgileri ortak kaynaklardan öğrenmemiz olduğunu anlatın.

Gençlere bu kaynakların neler olabileceğini sorun. Gelen cevapları dinledikten sonra; aile, oyunlar/oyuncaklar, masallar, arkadaşlar, dinler, kutsal kitaplar, okul ortamı, öğretmenler, ders kitapları, medya, reklamlar, klipler, diziler, filmler, edebiyat, askeriye gibi kaynakları vurgulayın. Toplumsal cinsiyet kavramını açıklayın ve tahtadaki tablonun toplumsal cinsiyet rollerine/kalıplarına birer örnek olduğunu aktarın. (Kavramı açıklarken, gençlerin başta söylediği ve tahtaya not ettiğiniz cevaplara da dönüş yapabilirsiniz.) (4 dakika) Tartışmayı derinleştirmek için aşağıdaki soruları konuşma açıcı olarak kullanın:

*** Toplumdaki tüm bireylerin ‘kadın’ ve ‘erkek’ olarak tanımlanan bu iki kategoriye ve bu kategoriler için belirlenen rollere/kalıplara uyması/sığması beklenmektedir. Sizce bu kolay mıdır? Neden?**

Bu kalıpların; duyguların ifade edilmesinden ilgi alanlarına, alınacak sorumluluklardan seçilecek mesleklere kadar bireylerin hayatını pek çok alanda nasıl etkilediği ve zorlaştırdığı üzerine kısa örnekler vererek konuşmayı açabilir ya da derinleştirebilirsiniz. (Korku, üzüntü, mutluluk duygularını yaşama izninin kadınlara, öfke duygusunu yaşama izninin erkeklere verilmesi; öğretmenliğin kadınlara, mühendisliğin erkeklere uygun görülmesi vb.) Gelen örnekler daha çok kadınlar üzerine yoğunlaşabilir, bu noktada erkeklerle ilgili örnekler vererek sorunun tek bir cinsiyeti ilgilendirmedeğini vurgulayın ve konuyu sadece kadınlara uygulanan şiddet odağında bırakmayın. Toplumun, bu kalıplara bir şekilde uymak istemeyen ya da dışına taşan genç ve yetişkin kadınlara, LGBTİ+’lara genç ve yetişkin erkeklere yönelttiği olumsuz yargılar, baskılar ve zarar verici davranışlar hakkında konuşun. (5 dakika)

*** Burada yazılı olanlardan sizi tanımlamadığını düşündüğünüz ya da reddettiğiniz kalıplar var mı? Hangileri?**

Gençlerin, tahtada gördükleri toplumsal cinsiyet kalıplarını kendi varoluşları üzerinden değerlendirerek “.... kalıbı beni tanımlamıyor” ya da “.... kalıbını reddediyorum” şeklinde sesli olarak ifade edebilmeleri ve paylaşımlar sırasında akranlar olarak birbirlerini duya-bilmeleri oldukça önemli. Bu noktada, gençlerin kendilerini ifade edebilmeleri için alan açın, iyi bir dinleyici olun ve paylaşımlar için teşekkür edin. Yargı ya da alay cümlelerine grup ilkelerini hatırlatarak müdahale edin.

(5 dakika)

*** Toplumsal cinsiyet kalıpları ve şiddet arasında bir ilişki görüyor musunuz? Nasıl?**

Gençlerden gelen paylaşımları dinlerken, “Bu örnekte ne tür bir şiddet söz konusu?” gibi ara sorular yönelterek şiddet türleri üzerine düşünmelerini destekleyin. Paylaşımların ardından, farklı şiddet türlerini (duygusal/sözel, sanal/dijital, fiziksel, cinsel, ekonomik) kısaca açıklayın. Ardından, ‘toplumsal cinsiyet temelli şiddet’ kavramı üzerinde durun. Bu bölümü bitirirken, toplumsal cinsiyet kalıplarının dışındaki bireylerin toplumu oluşturan diğer bireyler tarafından farklı şiddet türleri ile cezalandırıldığını, kalıplara uymamanın şiddetin bahanesi olarak gösterildiğini; ancak hiçbir şeyin şiddetin nedeni olamayacağını, hiç kimsenin şiddeti hak etmediğini, şiddetin sadece uygulayanın suçlu olduğunu vurgulayın. (5 dakika)

Temel Mesajlar:

- Cinsiyet ve toplumsal cinsiyet farklı kavramlardır.
- Toplumsal cinsiyet kalıpları; aile, okul, medya gibi farklı kanallar aracılığıyla öğrenilir ve zaman içinde normalleştirilir; toplumdan topluma ve zaman içinde değişebilir.
- Toplumsal cinsiyet kalıpları; kadınları ve LGBTİ+'ları daha fazla olmakla birlikte, erkekleri de kısıtlamakta ve baskılamaktadır.
- Toplumsal cinsiyet kalıpları, cinsiyete dayalı ayrımcılık ve cinsiyet eşitsizliği zaman içinde kişiler arası şiddet davranışlarının temelini oluşturabilir.
- Hiçbir varoluş diğerinden daha fazla ya da az değerli değildir. Cinsiyeti ne olursa olsun, herkes saygıyı ve şiddet içermeyen bir yaşamı hak eder.
- Hiçbir bahane şiddetin nedeni olamaz. Hiç kimse şiddeti hak etmez. Şiddet sadece uygulayanın suçudur.

Toparlama ve Sonlandırma:

Toplumda yaşayan herkesin bu kalıplara sığmasının beklendiğini, bunun da aradaki çizgiyi kalınlaştırdığını vurgulayın. Toplumu oluşturan milyonlarca birey varken, bu ikili kategorizasyonun ve cinsiyet kalıplarının herkesi kapsamamasının mümkün olmadığını, ayrıca bu kalıpların önyargıların, baskı ve kısıtlamaların, eşitsizliğin, ayrımcılığın temeli olduğunu vurgulayın. "Toplumu oluşturan bireyler bizler olduğumuza göre bu kalıpları sorgulayabilir ve öncelikle kendimizden başlayarak değiştirmek üzere adımlar atabiliriz" diyerek 'KADIN' - 'ERKEK' kelimelerini ve aradaki çizgiyi silin. (5 dakika)

Kolaylaştırıcılar için İpuçları:

- * Grup ilkelerini belirlerken kitabın "Güvenli Alan Oluşturma" bölümünden faydalanabilirsiniz. (Sayfa 81)
- * Toplumsal cinsiyet kalıpları üzerine konuşurken; "kadınlar ve erkekler doğaları gereği böyle", "erkekler daha kaslı olduğu için daha güçlü", "kadınlar hormonları gereği daha duygusal" gibi paylaşımlar duyabilir, hatta grubun konuya karşı direnci ile karşılaşabilirsiniz. Böyle durumlarda, "evet ama" diyerek gençleri ikna etmeye çalışmadan, öncelikle büyük gruba ne düşündüklerini sorabilir, kendi aralarında birbirlerini yargılamadan tartışabilecekleri bir zemin oluşmasını destekleyebilir, genellemeleri kırarak örnekler vererek konuya başka açılardan bakmalarını sağlayabilirsiniz.
- * Etkinliğin sonunda derneğin hazırladığı 'Şiddet Piramidi' (sayfa 19) görselini kullanarak, sözel şiddetin diğer şiddet biçimlerini nasıl beslediğini; şakaların ve kullandığımız gündelik kelimelerin uzun vadede yaratabileceği olumsuz etkileri tartışabilirsiniz.
- * Toplumsal cinsiyet ve ilgili kavramları açıklarken kitabın "Kavramlar Sözlüğü" bölümünden faydalanabilirsiniz. (Sayfa 53-57)

* Bu uygulama; Şebeke Projesi kapsamında hazırlanan Toplumsal Cinsiyet Konu(şma)ları adlı kitaptan uyarlanmıştır.

KOMİK DEĞİL!

Katılımcı Sayısı: 20-30 • Süre: 40-60 dakika

Genel Bakış:

Gençler arasındaki çeşitli zorbalık davranışlarını besleyen dinamiklerin başında 'alay' gelir. Gençler alay etme davranışının uygulayıcısı olabilecekleri gibi, alaya maruz kalıyor ya da alay edilme korkusu yaşıyor da olabilirler. Bu egzersiz, gençler arasında ortaya çıkan zorbalık davranışlarının birlikte konuşulabilmesini ve gençler arasında zorbalığa müdahale yöntemleri geliştirilmesini kolaylaştıran, güçlendirici bir çalışma olabilir.

Amaç:

Gençlerin, akran ilişkilerinde kaygı, güvensizlik ve korku yaratan davranışları fark edip sorgulamalarını desteklemek.

Yöntem:

- Soru-cevap
- Bireysel çalışma
- Büyük grup tartışması
- Anlatım

Malzemeler:

- Katılımcı sayısı kadar 'Komik Değil!' çalışma kağıdı
- Katılımcı sayısı kadar kalem

Kazanımlar:

Bu çalışma sonunda gençler;

- * Gençler arasında 'şaka', 'espri', 'eğlence', 'oyun' vb. isimlerle tanımlanan bazı davranışların birer zorbalık ve şiddet davranışı olabileceğini fark edecek,
- * Alay edilmenin hissettirdikleri üzerine düşünecek ve alaya maruz bırakılan akranları ile empati kurabilecek,
- * Zorbalık ve şiddet davranışları söz konusu olduğunda 'seyirci kalan' konumundan 'müdahale eden' konumuna geçmenin önemini fark edecek,
- * Zorbalıkla baş etme yolları üzerine düşünecek,
- * Zorbalık ve şiddet davranışları söz konusu olduğunda, güvendikleri kişilerden destek istemenin önemli olduğunu fark edebileceklerdir.

Hazırlık:

Gençlerle birlikte yapacağınız bu çalışma öncesinde, aşağıda örneği bulunan 'Komik Değil!' çalışma kağıdını hazırlayın ve katılımcı sayısı kadar çoğaltın.

KOMİK DEĞİL!

Biri benimle alay ettiğinde hissettiklerim...

Biri benimle alay ettiğinde yapabileceklerim...

Biriyle alay ederken hissettiklerim...

Birine şaka yaparken onun iyi hissetmediğini şunlardan anlayabilirim...

Birisi ile alay ediliyor ve buna şahit oluyorsam yapabileceklerim...

Uygulama Akışı:

Giriş: Gençlerle selamlaşıp uygulamanın içeriği ve amacından bahsettiğiniz kısa bir giriş yaptıktan sonra, birlikte yürüteceğiniz bu çalışmada akranlar arası zorbalık ve şiddet davranışları üzerine konuşacağınızı söyleyin. (1 dakika)

Güvenli Alan: Güvenli alanı oluşturmak için gençlerle birlikte grup ilkelerinizi belirleyin. (5 dakika)

Konuya Giriş: Tahtaya “zorbalık” yazın ve gençlere bu kavramın onlara ne çağrıştırdığı, zorbalığın hangi farklı davranışlarla ortaya çıkabileceğini sorun. Gelen cevapları hızlıca ve kısa kısa tahtanın kenarına not edin. Bu cevaplara daha sonra geri döneceğinizi, şimdi akranlar arası zorbalık ve şiddet davranışlarının dinamiklerini tartışmak üzere bir çalışma yapacağınızı söyleyin ve yönergeye geçin. (3 dakika)

Yönerge: Biraz sonra herkese birer çalışma kağıdı dağıtacağınızı gruba söyleyin. Kağıtlardan birini örnek olarak göstererek, üzerinde alay etme davranışına dair bazı cümlelerin yer aldığını ve altında onların doldurması için boşluklar bırakıldığını açıklayın. Boşlukları kendi duygu ve düşüncelerinden yola çıkarak 5 dakika içinde doldurmalarını isteyin. Bunun bir kendini değerlendirme ve fark etme çalışması olduğunu vurgulayın. Kağıtların kişisel olduğunu, geri almayacağınızı ve puanlandırmayacağınızı belirtin. (3 dakika) Herkese birer çalışma kağıdı dağıtın ve süreyi bir kez daha söyleyin. Kağıtların doldurulması sırasında gençlerden sesli paylaşımlar/yorumlar gelirse sessiz çalışmaları konusunda hatırlatmada bulunabilir, daha sonra hep birlikte üzerine konuşacağınızı söyleyebilirsiniz. (5 dakika)

Bilgilendirme ve Değerlendirme: Çalışma kağıtları tamamlandığında ve gençler hazır hissettiğinde büyük grupta birlikte sırayla cümleler üzerine konuşmaya başlayın. Özellikle “...yapabileceklerim” cümlelerinde ortaya çıkan çözüm önerilerini birlikte gözden geçirin; bunlar sorunu gerçekten ortadan kaldırabilir mi, yoksa daha fazla sorun mu yaratır, tartışın. Tartışmayı derinleştirmek için aşağıdaki sorulardan faydalanabilir, yeni sorular hazırlayabilirsiniz. Bu bölümde ‘zorbalık’, ‘seyirci kalan’ ve ‘müdahale eden’ kavramlarını açıklayın ve ilgili temel mesajları gençlere ilettiğinizden emin olun. (18 dakika)

* Rahatsız olduğumuz bir espri, şaka, alay ya da oyunu durdurmak; “Bunu yapmanı istemiyorum, rahatsız oluyorum” demek zor mu? Evet ise neden?

* Biri sizinle alay ettiğinde aynısını ona yapmak ya da şiddet davranışlarıyla karşılık vermek istediğiniz oluyor mu? Evet ise bu isteğin altında yatan nedenler neler olabilir?

* Alay edildiğine şahit olduğunuz kişiden hoşlanmıyorsanız verdiğiniz/vereceğiniz tepkiler farklılaşıyor mu?

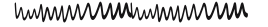


Zorbalık (Bullying): Güç dengesizliğinin hâkim olduğu ilişkilerde, karşı tarafı bilinçli ve kasıtlı bir şekilde incitmeyi amaçlayan, tekrarlayıcı ve sürekli davranışlardır. Zorbalık; fiziksel şiddet uygulama, tehdit etme, alay etme, lakap takma, hakaret etme, aşağılama, rencide

etme, arkadaş grubuna almama vb. şekillerde ortaya çıkabilir. Zorbalık üzerine konuşurken 'zorba' ve 'kurban' tanımlarını kullanmak; gençleri etiketleme, kategorize etme ve kurban/zorba ikiliği yaratma risklerini beraberinde getirir. Asıl mesele zorbayı değil 'zorbalık'ın kendisini incelemektir. K onu birey düzeyinde değil, sistem düzeyinde ele alınmalıdır. Akran zorbalığı; fiziksel, sözel ve duygusal şiddetin yanında flört şiddeti ve dijital şiddeti de içeren bir yelpazeye sahiptir. Bu farklı şiddet biçimleri birbirini desteklerken, bir şiddet türüne maruz kalan gencin diğerine maruz kalma oranı da artmaktadır.

Müdahale Eden (Upstander): Çevresinde gerçekleşen bir zorbalık durumunda olaya seyirci kalmayıp müdahale eden, zorbalığa maruz bırakılan kişiyi destekleyen, yardım çağıran, şiddeti kabul etmeyen kişidir.

Seyirci Kalan (Bystander): Yardıma ihtiyaç duyulan bir zorbalık durumunda olaya tanıklık eden fakat müdahale etmeyen, yani pasif kalarak zorbalığı kabul eden kişidir. Seyirci kalanlar, zorbanın şiddet davranışlarına devam etmesine ve şiddetin kabul görmesine neden olurlar. Bazen de gülerek ya da zorba yanlısı yorumlar yaparak aktif olarak şiddeti desteklerler.



Temel Mesajlar:

- * Gülmek, mutluluk göstergesi olmanın yanı sıra, insanları rahatsız etmek için kullanılıyor da olabilir. Birileri ile birlikte gülmek ile birisi ile alay ederek gülmek arasında fark vardır. Bu, aynı zamanda 'şaka' ile 'zorbalık' arasındaki farkı tanımlar.
- * Alay etmek bir duygusal şiddet ve zorbalık biçimidir.
- * Duygusal şiddetin verdiği zarar, en az fiziksel şiddet kadar yoğundur ve etkisi daha uzun sürebilir.
- * Zorbalık asla buna maruz kalan kişinin hatası değildir. Kişinin dış görünüşü, konuşma şekli, söyledikleri, giydikleri, yaptıkları, inandıkları yüzünden şiddet gördüğü düşüncesi kabul edilemez. Kimse şiddeti hak etmez. Şiddet sadece uygulayanın suçudur ve şiddetin bahanesi walamaz.
- * Alay eden kişi siz olmasanız bile, gülerek duygusal şiddete dahil olduğunuzda ya da sessiz kalarak duruma müdahale etmediğinizde, şiddete seyirci kalmış ve sürdürülmesine imkan tanımış olursunuz.
- * Şahit olduğunuz bir zorbalık davranışına ses çıkartıp müdahale ettiğinizde sınır ihlali ve şiddeti durdurmakla ilgili sorumluluk almış olursunuz.
- * Herkesin kişisel sınırları ve hoşlanmadığı davranışlar birbirinden farklıdır. Bir kişinin rahatsız olmadığı bir davranış, bir başkası için rahatsız edici ve zorlayıcı olabilir. Bireylerin kişisel sınırlarına saygı duymak ve onlarla talep ettikleri şekilde ilişki kurmak sorumluluğumuzdur.
- * Herkesin kişisel sınırları ve hoşlanmadığı davranışlar birbirinden farklıdır. Bir kişinin rahatsız olmadığı bir davranış, bir başkası için rahatsız edici ve zorlayıcı olabilir. Bireylerin kişisel sınırlarına saygı duymak ve onlarla talep ettikleri şekilde ilişki kurmak sorumluluğumuzdur.

Toparlama ve Sonlandırma:

'Şaka' ve 'zorbalık' arasındaki farkın altını çizin. Kalan temel mesajları iletin. Zorbalık ve şiddet davranışları karşısında destek istemenin önemli olduğunu vurgulayın. Bireylerin kişisel sınırlarına saygı duyma ve onlarla talep ettikleri şekilde ilişki kurma sorumluluğumuzu hatırlatarak çalışmayı tamamlayın. (5 dakika)

Kolaylaştırıcılar için İpuçları:

- * Özellikle bu egzersizi uygularken, çalışmanın başındaki "Güvenli Alan Oluşturma" bölümü (sayfa 81) büyük önem taşır. Bu bölümde belirleyeceğiniz grup ilkelerinin kendisi, zorbalık davranışları ve kişisel haklara değinmek için iyi bir konuşma fırsatı sağlayacaktır. Bu nedenle, özellikle bu çalışmada ilkelerin belirlenmesi kısmına daha fazla zaman ayırabilirsiniz.
- * Bu uygulama, Hazırlık ve 9. sınıf düzeyindeki gençlerle çalışmak için daha uygundur.
- * Resmi eğitim ortamlarındaki öğretene-öğrenen ilişkisini benimsemiş ve formel olmayan metodolojiyle yürütölen bir çalışmaya ilk kez katılan gençler bu uygulama sırasında, "İsim yazmıyorsak, kağıtları toplamayacaksanız bu çalışmayı neden yapıyoruz?" gibi sorular yöneltebilirler. Bu tür soru ya da dirençler karşısında, bu çalışmanın herkesin kendi duygu-düşüncelerini fark etmesi ve sonra konuyu grupça tartışmak için yapılandırıldığını açıklayabilirsiniz.
- * Bu uygulamayı yürütürken, konuyu 'zorba-kurban' ikiliği yaratmadan konuşmanız ve konuyu güç ilişkilerine, şiddeti besleyen unsurlara ve bireylerin bu konudaki sorumluluklarına çekmeniz önemlidir.

* Bu uygulama; Özgürlüğünden Yoksun Gençlerle Dayanışma Derneği'nin yayımladığı ÖTEKİLEŞTİR-ME: Nefret Suçlarının Önlenmesi için Çocuklara ve Gençlere Yönelik İnsan Hakları Eğitimi El Kitabı'ndan uyarlanmıştır.

Genel Bakış:

Gençler arası sosyal ve duygusal ilişkilerde gözlemlenen şiddet davranışları, yüz yüze ya da dijital ortamlar üzerinden farklı biçimlerde gerçekleşebilir. Zarar verici pek çok davranış, toplumdaki yanlış inanışlardan beslenir, normalleştirilir ve gençler tarafından örnek alınır. Bu egzersiz; toplumda yaygın şekilde doğru olduğu düşünülen ve şiddeti besleyen mitleri gençlerle paylaşmak ve tartışmak, yanlışları doğrularla değiştirmek için kullanılabilecek etkili bir çalışmadır.

Amaç:

Gençlerin sosyal ve duygusal ilişkilerde 'normal' ve 'kabul edilebilir' olduğunu düşündükleri zarar verici davranışları fark edip sorgulamalarını desteklemek.

Malzemeler:

- Cümle kartları
- 'Doğru' ve 'yanlış' kutuları

Yöntem:

- Soru-cevap
- Bireysel çalışma
- Büyük grup tartışması
- Anlatım

Hazırlık:

Gençlerle birlikte yapacağınız bu çalışma öncesinde, 'Bilgilendirme ve Değerlendirme' bölümünde (s. 101-104) örneği bulunan cümle kartlarını hazırlayın. (Burada verilenlerin dışında, tartışmayı önemli bulduğunuz farklı cümleler de yazabilirsiniz. Cümleleri hazırlarken önemli olan doğru ve yanlış sayısının dengeli olmasıdır.) Cümle kartlarının sınıf mevcuduna yetecek sayıda olmasına dikkat edin. Ayrıca, cümle kartlarının içinden düşmeyeceği boyutlarda üstü açık 2 kutu hazırlayın. Bir kutunun üzerine uzaktan okunabilecek şekilde 'DOĞRU', diğersinin üzerine 'YANLIŞ' yazın.

Uygulama Akışı:

Giriş: Gençlerle selamlaşıp uygulamanın içeriği ve amacından bahsettiğiniz kısa bir giriş yaptıktan sonra, birlikte yürüteceğiniz bu çalışmada akranlar arası ilişkilerle ilgili kalıplaşmış yargılar üzerine konuşacağınızı söyleyin. (1 dakika)

Güvenli Alan: Güvenli alanı oluşturmak için gençlerle birlikte grup ilkelerinizi belirleyin. (4 dakika)

Kazanımlar:

Bu çalışma sonunda gençler;

- Sosyal ve duygusal ilişkiler içindeki davranışlar hakkında birbirlerinin düşüncelerini duyabilecek,
- Şiddetin farklı türlerini öğrenecek ve şiddet türlerini tanımlayabilecek,
- İlişkilerdeki sınırlar, sorumluluklar, haklar ve şiddet davranışları konularında sahip oldukları yanlış bilgileri doğru bilgilerle değiştirebilecek,
- Bu yanlış inanışların kendi hayatlarındaki etki ve yansımalarını sorgulayabilecek,
- Zarar veren bir davranışa maruz bırakıldıklarında destek isteyebileceklerini öğreneceklerdir.

Konuya Giriş: Gençlere “akranlar arası şiddet”, “akran zorbalığı” kavramlarını daha önce duyup duymadıklarını ve onlar için ne anlama geldiğini sorun. Paylaşımları dinledikten sonra, akran ilişkilerindeki zarar verici davranışları tartışmak üzere birlikte bir çalışma yapacağınızı söyleyin ve yönergeye geçin. (3 dakika)

Yönerge: Doğru ve Yanlış kutularını herkesin görebileceği bir yere yerleştirin ve gruba şu yönergeyi verin: “**Şimdi sizlere her birinde farklı bir cümle yazılı olduğu kartları dağıtacağım. Bu cümlelerin bazıları doğru, bazıları ise yanlış bilgileri içeriyor. Sizden cümlelerinizi sessiz bir şekilde ve kimseye göstermeden okumanızı, doğru olduğunu düşünüyorsanız buraya gelip “Doğru” kutusuna, yanlış olduğunu düşünüyorsanız “Yanlış” kutusuna atmanızı istiyorum. (Burada Doğru ve Yanlış kutularını sınıfa gösterin.) Eğer emin olamıyorsanız, cümle kartını masanın üzerine bırakabilirsiniz. Ardından kutulardaki cümleleri tek tek okuyacağım ve hep birlikte tartışacağız. Kimin hangi cümleyi koyduğunun bir önemi yok; önemli olan, her bilgiyi birlikte konuşacak olmamız.”** (2 dakika)

Bilgilendirme ve Değerlendirme: Herkesin cümlesini kutulara attığından emin olduktan sonra, önce ‘Doğru’ kutusundaki cümleleri sırayla sesli olarak okuyun, bilginin doğru olup olmadığını grupla tartışın, cümleye dair bilgi paylaşımında bulunun, yanlışsa diğer kutunun yanına bırakın. Ardından ‘Yanlış’ kutusundaki cümleleri sırayla sesli olarak okuyun, bilginin yanlış olup olmadığını grupla tartışın, cümleye dair bilgi paylaşımında bulunun, doğruysa diğer kutunun yanına bırakın. En son, kararsız kalınan cümleleri okuyarak doğru mu yanlış mı olduğunu grupla tartışın, cümleye dair bilgi paylaşımında bulunun ve ilgili kutunun içine atın. Her cümle için ayıracağınız süreyi, sınıftaki öğrenci ve kart sayısına göre belirleyebilirsiniz. (30 dakika)

Cümleler ve Temel Mesajlar:

Bir soruya ya da isteğe sessiz kalmak, “evet” demek ve kabul etmek anlamına gelmez.

Doğru. Sadece “evet” demek evet anlamına gelir. Sessiz kalmak kişinin kararsız olduğunu gösterir. Israr ederek “evet” cevabını almaya çalışmak bir çeşit baskı uygulamaktır ve duygusal açıdan karşıdaki kişiye zarar verir.

Lakap takmak, alay etmek, dışlamak gibi davranışlar şiddet sayılmaz.

Yanlış. Şiddet sadece fiziksel olarak gerçekleşmez. Kişiye duygusal olarak zarar veren bu davranışlar da şiddettir. Bu davranışlara maruz kalmayı hiç kimse hak etmez.

Kişi bir davranışa evet dediyse daha sonra fikrini değiştirmesi kabul edilemez.

Yanlış. Kabul ettiğimiz bir davranıştan her an vazgeçebiliriz. Başta evet dememiz, artık istemememize rağmen devam etmek zorunda olduğumuz anlamına gelmez.

Dijital ortamda istediğimi yapıp söyleyebilirim çünkü orası gerçek hayat değildir.

Yanlış. Dijital ortamlar gerçek hayatın bir parçasıdır ve orada yazdığımız her cümleden, yaptığımız her davranıştan sorumluyuzdur. Ayrıca dijital ortamda kişileri rahatsız eden davranışlara yönelik olarak, bilişim suçları ile ilgili hukuki yaptırımlar vardır.

Kişilerin hoşlanmadığı ve istemediği davranışlar birbirinden farklı olabilir.

Doğru. Çevremizdeki kişiler belli davranışlarla ilgili rahat hissediyor olabilir. Bu, hepimizin aynı seçimleri yapması gerektiği anlamına gelmez. Kişisel sınırlar ve beğeniler kişiden kişiye değişir. Bir kişinin hoşlandığı ve hoşlanmadığı davranışları bilebilmek için ona bunu 'sormamız' gerekir. Bu 'onay' kavramı ile ilgilidir. Onay olmak ilişkilerde karşılıklı saygıyı getirir ve sağlıklı iletişim sağlar.

Kötü hissettiren bir şakayı herkes yapıyorsa benim de yapmamda bir sakınca yoktur.

Yanlış. Kötü hissettiren bir şaka duygusal olarak zarar vericidir ve kabul edilemez. Başkalarının yanlışlarını tekrar etmek şiddeti artırır ve daha çok zarara sebep olur. Şiddet davranışına güldüğümüzde şiddeti kabul ederiz. Asıl sorumluluğumuz; şiddete müdahale etmek, şiddetin kabul edilemeyeceğini söylemek ve şiddeti durdurmak için ses çıkarmaktır.

Herkesin bedeni kendine ait, özel ve değerlidir. Kişi istemediği halde bedenine dokunmak (el şakası yapmak, çekiştirmek, sıkıştırmak, saçını çekmek vb.) kabul edilemez.

Doğru. Her birimiz kendi bedenimiz üzerinde söz hakkına Sahibiz. Bu, bedenimizle ilgili kararları ancak bizim verebileceğimiz anlamına gelir. İstenmeyen bir davranışı tekrar etmek, fiziksel olarak zarar vermektir ve bu kabul edilemez.

Her erkeğin ya da her kadının aynı özelliklere sahip olduğunu düşünmek cinsiyetçiliktir.

Doğru. Her erkek ve her kadın bireysel farklılıklara sahiptir. "Bütün kadınlar ...dır, bütün erkekler ...dır" gibi cümleler toplumsal cinsiyet kalıplarına işaret eder ve cinsiyetçiliğe örnektir.

Kişî şiddet görüyorsa, yanlış yaptığı bir şeyler var demektir.

Yanlış. Şiddetin sorumlusu, şiddeti uygulayan kişidir. Hiçbir özellik ve hiçbir davranış şiddete sebep olamaz. Kimse şiddeti hak etmez. Toplumda şiddete maruz bırakılan kişileri suçlayarak şiddet uygulayanı haklı çıkarmaya sebep olan bu düşüncenin değiştirilmesi gerekir.

Küfür etmek sözel olduğu için şiddet sayılmaz.

Yanlış. Küfür etmek bir sözel şiddet biçimidir ve zarar verir. Şiddetin hiçbir biçimi kabul edilmemelidir.

Erkekler üzgün hissediyorlarsa ağlayabilirler.

Doğru. ‘Erkekler ağlamaz’ kalıbı toplumsal cinsiyet rolleri ile ilgilidir. Ağlamak bir duygu ifadesidir ve her birey için geçerlidir.

Fiziksel olarak istemediğim, beni rahatsız eden bir durum yaşarsam bunu okulda güvendiğim bir öğretmenimle ve/veya rehber öğretmenimle paylaşıp destek isteyebilirim.

Doğru. Yaşadığımız bir durumdan rahatsız oluyorsak, o durum bize zarar veriyor demektir. İyi ve güvende hissetmek için destek isteme hakkımız vardır. Destek istemek zayıflık değil, güçlülük göstergesidir.

İnsanlar yaşı, görünüşü, davranış şekli, doğum yeri, aile yapısı, akademik başarısı, sosyoekonomik durumu, cinsel yönelimi nedeniyle etiketleniyor, dışlanıyor ve alaya maruz bırakılıyorsa bu, ayrımcılıktır.

Doğru. Ayrımcılık, temel bir insan hakkı olan eşitlik hakkının ihlalidir ve kabul edilemez.

Sadece erkekler zorbalık yapar.

Yanlış. Cinsiyetinden bağımsız olarak, herkes şiddet uyguluyor ya da şiddete maruz kalıyor olabilir.

Duygusal şiddetin etkileri kısa sürede geçer.

Yanlış. Duygusal şiddetin olumsuz sonuçları daha uzun sürelidir. Duygusal olarak zarar veren davranışlar geçirtilmemeli, bu tür durumlara zamanında müdahale edilmelidir.

Kişi yaşadığı deneyimin şiddet içerdiğini hemen anlamayabilir, bunu fark etmek

Doğru. Şiddet davranışına o an tepki vermemek, o davranışın zarar vermediği ve kabul edildiği anlamına gelmez. Özellikle duygusal şiddet davranışlarını fark etmek ve tanımlamak daha uzun sürebilir.

Bir arkadaş ortamında alay edilme korkusu varsa o ortam güvenli değildir.

Doğru. Korkunun olduğu bir ortam ya da ilişki, güvenli değildir. Herkesin iyi ve güvende hissetmesi için korkuya neden olan davranışlar konuşulmalı, ortam ya da ilişki herkes için güvenli hale getirilmelidir.

Bir başkasının fotoğraflarını, onunla ilgili özel bilgileri ya da sırları izni olmaksızın internet ortamında ya da sosyal çevrede yaymak sanal şiddettir.

Doğru. Her bireyin sahip olduğu insan haklarından biri de mahremiyet hakkıdır. Bu hakkın ihlal edilmesi bir şiddet biçimi ve suçtur.

Birini sürekli olarak takip etmek, telefonla rahatsız etmek, istenmediği halde kapısının önünde beklemek, sosyal medya hesaplarından mesajlar atmak bir şiddet biçimidir.

Doğru. Israrlı takip (stalking) kişiyi rahatsız ederek güvensiz hissettirir ve bir şiddet biçimidir.

Bir ilişkide şiddet bir kere yaşandıysa tekrar edilme olasılığı yüksektir.

Doğru. Yapılan araştırmalarda, şiddet davranışı bir kere yaşandığında müdahale edilmezse tekrar edildiği sıklıkla gözlemlenmiştir. Bu davranışı bir uyarı olarak düşünerek durdurmak ve sınır çizmek önemlidir.

Hayır denildiği halde kişinin istenmeyen davranışlara ısrarla devam etmesi şiddettir.

Doğru. Israr etmek ve baskı kurmak, kişinin sınırlarına saygı duymamak anlamına gelir ve duygusal şiddet davranışlarına örnektir.

Sağlıklı bir ilişki, kişinin kendi duygularını ve sınırlarını iyi tanıması ve arkadaşı ile beklentilerini paylaşmasıyla yaşanabilir.

Doğru. Hem sosyal hem de duygusal ilişkilerde kişilerin kendi istediği ve istemediği davranışları rahatça ifade edebilmesi, o ilişkinin sağlıklı olduğunu gösterir. Çünkü herkesin hoşlandığı ve hoşlanmadığı davranışlar birbirinden farklıdır.

Kişi kendisine yapılan şakayı kaldıramıyorsa bu, onun sorunu-

Yanlış. Kişi yapılan davranıştan hoşlanmıyor ve eğlenmiyorsa, o davranış şaka değil duygusal bir şiddettir ve kabul edilemez. Sorun, şiddeti uygulayan ve çevrede bu şiddeti görüp sessiz kalanlarla ilgilidir.

Arkadaşları tarafından duygusal/sözel/fiziksel/dijital şiddete maruz bırakılan kişi, dışlanma korkusu ile bunu ifade etmekte güçlük çekiyor olabilir.

Doğru. Kişi, daha çok şiddet göreceği düşüncesi ile rahatsız olduğu davranışı dile getiremeyebilir. Bu, kişinin o davranışı istediği, kabul ettiği anlamına gelmez ve sessiz kalması şiddeti haklı çıkarmaz.

Toparlama ve Sonlandırma:

Konuştunuz konuların şu an veya gelecekte herkes için faydalı bilgiler ve yaşamsal beceriler içerdiğini ve şiddeti azaltmak için onlara yardımcı olacağını söyleyin. Akran şiddetinin herkesi ilgilendiren bir konu olduğunu ve bunu ancak birlikte durdurabileceğinizi vurgulayarak çalışmayı tamamlayın. (5 dakika)

Kolaylaştırıcılar için İpuçları:

- * Grup ilkelerini belirlerken kitabın "Güvenli Alan Oluşturma" bölümünden faydalanabilirsiniz. (Sayfa 81)
- * Cümle kartları hazırlamak yerine, aynı çalışmayı küçük grup çalışması şeklinde uygulamanız da mümkün olabilir. 4-5 kişilik küçük gruplar oluşturabilir, her gruba tartışmaları için 3-4 cümle verebilir, kendi aralarında tartıştıktan sonra grup sözcüleri aracılığı ile büyük gruba aktarım yapmalarını sağlayabilirsiniz.
- * Doğru-yanlış cümleleri egzersizini; kitabın "Flört Şiddetini Besleyen Mitler" (sayfa 64) bölümündeki cümlelerden yararlanarak, gençler arası duygusal ilişkiler konusunu çalışmak için de kullanabilirsiniz.

ONAY ALDIN MI?

Katılımcı Sayısı: 20-30 • Süre: 40-60 dakika

Genel Bakış:

İstenmeyen davranışlara hayır diyebilmek için kişinin öncelikle kendisi için hangi davranışın 'istenen', hangi davranışın 'rahatsız edici' olduğunu tanımlayabilmesi, yani kişisel sınırlarını oluşturabilmesi önemlidir. Böylece, sınırları ifade edebilmek ve istenmeyen davranışlara hayır diyebilmek kolaylaşır. Bu egzersiz; örnekler üzerinden gençlerle kişisel farklılıklar, beğeniler, sınırlar ve sağlıklı iletişim hakkında konuşmak için iyi bir başlangıç olabilir.

Amaç:

Gençlerin sosyal ve duygusal ilişkilerde kişisel beklenti, ihtiyaç ve sınırların farklılaştığını görebilmelerini, bu farklılıklara saygı duymalarını ve onay kavramı üzerine düşünmelerini desteklemek.

Malzemeler:

- Yazı tahtası ve kalem
- 3 adet A4 kağıt
- Hamur yapıştırıcı
- Katılımcı sayısı kadar 'Kişisel Sınırlarım' çalışma kağıdı
- Katılımcı sayısı kadar kalem

Kazanımlar:

- Bu çalışma sonunda gençler;
- Sınırın ne anlama geldiğini öğrenecek ve farklı sınır türlerini tanımlayabilecek,
 - Sınırlarla ilgili en az iki farklı örnek verebilecek,
 - Kendi ilişkileri içinde kişisel sınırlarını netleştirme konusunda güçlenecek,
 - Kişisel sınırlara dair konuşabilmenin ve onay almanın sağlıklı ilişkilerdeki önemini fark edecek,
 - Başkalarının sınırlarına saygı duyma ve hayır cevabını kabul etme konusunda kendi duruşlarını gözden geçirebileceklerdir.

Yöntem:

- Soru-cevap
- Bireysel çalışma
- Büyük grup tartışması
- Anlatım

Hazırlık:

Gençlerle birlikte yapacağınız bu çalışma öncesinde, aşağıda örneği bulunan 'Kişisel Sınırlarım' çalışma kağıdını hazırlayın ve katılımcı sayısı kadar çoğaltın. (Aşağıdaki örnek cümleleri kullanabilir ya da çalıştığınız grubun dinamiklerine ve ihtiyaçlarına göre farklı cümleler hazırlayabilirsiniz.)

Ayrıca, 3 adet A4 kağıdı; birine 'Kesinlikle Beni Tanımlıyor', diğerine 'Beni Biraz Tanımlıyor', sonuncuya ise 'Beni Hiç Tanımlamıyor' yazarak hazırlayın. Bu kağıtları çalışma öncesinde sınıfın 3 farklı noktasına, herkesin rahatça görebileceği bir şekilde duvara yapıştırın.

Kişisel Sınırlarım

1. Bana ait bir eşyanın -bu bir kalem bile olsa- sorulmadan alınmasından hiç hoşlanmam.

Kesinlikle Beni Tanımlıyor

Beni Biraz Tanımlıyor

Beni Hiç Tanımlamıyor

2. En yakın arkadaşım dahi olsa, yemeğimi başkaları ile paylaşmaktan hiç hoşlanmam.

Kesinlikle Beni Tanımlıyor

Beni Biraz Tanımlıyor

Beni Hiç Tanımlamıyor

3. Ailemle geçirdiğim zaman çok değerlidir. Bunu kimsenin bölmesine izin vermem.

Kesinlikle Beni Tanımlıyor

Beni Biraz Tanımlıyor

Beni Hiç Tanımlamıyor

4. Sosyalleşmek istemediğim zaman cep telefonumu kapatırım ve bunun açıklamasını kimseye yapmam.

Kesinlikle Beni Tanımlıyor

Beni Biraz Tanımlıyor

Beni Hiç Tanımlamıyor

5. Habersiz yapılan sürprizlere bayılırım.

Kesinlikle Beni Tanımlıyor

Beni Biraz Tanımlıyor

Beni Hiç Tanımlamıyor

6. El şakaları beni güldürür. Herkes, her zaman bana el şakası yapabilir.

Kesinlikle Beni Tanımlıyor

Beni Biraz Tanımlıyor

Beni Hiç Tanımlamıyor

7. Korkutularak yapılan şakalardan hiç hoşlanmam.

Kesinlikle Beni Tanımlıyor

Beni Biraz Tanımlıyor

Beni Hiç Tanımlamıyor

8. Arkadaşlarımla buluşmak üzere sözleştiysem, sevgilimin bizimle gelmesini istemem.

Kesinlikle Beni Tanımlıyor

Beni Biraz Tanımlıyor

Beni Hiç Tanımlamıyor

9. Odamdayken kapı çalınmadan içeri girilmesinden hiç hoşlanmam.

Kesinlikle Beni Tanımlıyor

Beni Biraz Tanımlıyor

Beni Hiç Tanımlamıyor

10. Yeni tanıştığım birine önce mesafeli yaklaşır, hemen sıcak davranışlarda bulunmam.

Kesinlikle Beni Tanımlıyor

Beni Biraz Tanımlıyor

Beni Hiç Tanımlamıyor

11. Bir şeyle meşgulken cep telefonum çalsa da bakmam.

Kesinlikle Beni Tanımlıyor

Beni Biraz Tanımlıyor

Beni Hiç Tanımlamıyor

12. Birinin bana arkadan gelip sarılmasından hoşlanmam.

Kesinlikle Beni Tanımlıyor

Beni Biraz Tanımlıyor

Beni Hiç Tanımlamıyor

13. Tanıdığım biriyle karşılaştığımda fiziksel temas içeren bir selamlaşmayı tercih ederim; el sıkmak, öpmek, sarılmak ya da omuzuna dokunmak gibi.

Kesinlikle Beni Tanımlıyor

Beni Biraz Tanımlıyor

Beni Hiç Tanımlamıyor

14. Sevgilimle herkesin yanında el ele tutuşurum ve beraber olduğumuzun bilinmesini isterim.

Kesinlikle Beni Tanımlıyor

Beni Biraz Tanımlıyor

Beni Hiç Tanımlamıyor

15. Sinemada film izlerken kendi alanımın olmasını isterim. Sevgilimin bana yakınlaşmasından rahatsız olurum.

Kesinlikle Beni Tanımlıyor

Beni Biraz Tanımlıyor

Beni Hiç Tanımlamıyor

Uygulama Akışı:

Giriş: Gençlerle selamlaşıp uygulamanın içeriği ve amacından bahsettiğiniz kısa bir giriş yaptıktan sonra, birlikte yürüteceğiniz bu çalışmada kişisel sınırlar üzerine konuşacağınızı söyleyin. (1 dakika)

Güvenli Alan: Güvenli alanı oluşturmak için gençlerle birlikte grup ilkelerinizi belirleyin. (4 dakika)

Konuya Giriş: Gençlere sınırın onlar için ne anlama geldiğini sorun ve 'sınır' kavramını tanımlamalarını isteyin. Gelen cevaplardaki anahtar kelimeleri tahtaya not edin. Sınır kelimesinin tanımını yapın, tahtaya farklı sınır türlerini yazın ve kısaca açıklayın. (Aşağıdaki bilgi kutusundan yararlanabilirsiniz.) Ardından bu çalışmada fiziksel ve kişisel sınırlara odaklanacağınızı söyleyin ve iki aşamalı yönergeye geçin. (4 dakika)

Sınır; bir şeyin fiziksel ya da duygusal limitlerini belirleyen çizgidir. Sınırın farklı türlerinden bahsetmek mümkündür.

Mekansal sınırlar: Bir ülkeyi, karayı, şehri birbirinden ayıran sınırları tanımlamak için kullanılır ya da bir binanın, mekanın sınırlarını ifade edebilir: Ya da bir binanın, mekanın sınırlarını ifade edebilir; öğretmenler odası, tuvalet ya da yemekhaneyi binanın geri kalanından ayıran sınırlar gibi.

Zamansal sınırlar: Ders saati, doktor randevusu, ödevlerin teslim tarihi gibi zaman ve sürece dair sınırlardır. Bu aynı zamanda, neyi ne zaman yapmak isteyeceğimizle ilgili zamansal sınırlar da olabilir.

Fiziksel sınırlar: Fiziksel sınırlar, sadece fiziksel teması değil, fiziksel temasın derecesini de ifade eder. Örneğin, yeni tanıştığımız kişilerin elini sıkarken rahat hissediyor fakat sarılmayı tercih etmiyor olabiliriz. Ya da sarılmaktan çok hoşlanıyor fakat sarılmaktan hoşlanmayan biriyle ilişkilenebiliriz.

Kişisel sınırlar: Özel hayatımıza dair neyi ne kadar paylaşmak istediğimizle ilgili sınırlardır. Bizim için özel ve mahrem olanlar nedir? Neyi insanlarla paylaşıyoruz, neyi kendimize saklıyoruz?

~~~~~

**Yönerge 1:** Gruba, biraz sonra herkese birer çalışma kağıdı dağıtacağınızı söyleyin. Kağıtlardan birini örnek olarak göstererek, üzerinde kişisel sınırlara dair bazı cümlelerin yer aldığını ve altlarında da ‘Kesinlikle Beni Tanımlıyor’, ‘Beni Biraz Tanımlıyor’ ve ‘Beni Hiç Tanımlamıyor’ şeklinde 3 seçenek olduğunu açıklayın. Cümleleri okuduktan sonra seçeneklerden kendilerine uygun olanı işaretlemelerini isteyin ve bunun için 5 dakika süreleri olduğunu söyleyin. Kağıtların kişisel olduğunu ve puanlandırılmayacağını, üzerine isim yazmamaları gerektiğini belirtin. (3 dakika) Herkese birer çalışma kağıdı dağıtın ve süreyi bir kez daha hatırlatın. Çalışma sırasında sesli paylaşımda bulunmamaları, kağıtlarını başkalarına göstermemeleri, başkalarının kağıtlarına bakmamaları gerektiğini vurgulayın. Kağıtların doldurulması sırasında gençlerden sesli paylaşımlar/yorumlar gelirse sessiz çalışmalarını konusunda hatırlatmada bulunabilir, daha sonra hep birlikte üzerine konuşacağınızı söyleyebilirsiniz. (5 dakika)

**Yönerge 2:** Herkes bitirdiğinde çalışma kağıtlarını kapalı bir şekilde toplayın ve gruba şu açıklamayı yapın: **“Biraz sonra kağıtları size karışık olarak yeniden dağıtacağım. Elinize gelen kağıdın kime ait olduğunun bir önemi yok. (Burada gizlilik ilkesini hatırlatın.) Böylece elinizdeki cevaplar size değil bir başkasına ait olacak. Eğer size yine kendi kağıdınız gelirse bunu gizli tutun. Çalışma boyunca tüm yanıtların anonim kalması önemli.”** Gruba; kağıtları yeniden dağıttıktan sonra cümleleri sırayla okuyacağınızı, ellerindeki kağıtta verilen cevaplara uygun şekilde, her soru için uygun köşelere gitmelerini isteyin. (Burada sınıfın üç farklı noktasına yapıştırdığınız kağıtları işaret edin.) Kendi cevapları ile kağıtta yazan cevap aynı olmayabilir; **“durduğunuz köşedeki cevapla aynı fikirde de-**

**ğilseniz dahi bunu bize söylemeyin”** hatırlatmasını yapın. (3 dakika) Sırayla cümleleri okuyun, her konumlanmanın ardından gençlerden sınıfın geri kalanını gözlemlemelerini ve hangi köşede kaç kişinin durduğunu incelemelerin isteyin. Cümleler tamamlandıktan sonra gençleri yerlerine alın ve çalışma üzerine konuşmaya başlayın. (5 dakika)

**Bilgilendirme ve Değerlendirme:** Bu çalışmada doğru ya da yanlış cevap olmadığını, sadece herkesin kişisel sınırlarının birbirinden farklı olabildiğini görmelerini istediğinizi söyleyin. Gençlere çalışma sırasında nasıl hissettiklerini, neler gözlemlediklerini sorun. Paylaşımları dinlerken, tartışmayı derinleştirmek için aşağıdaki soruları kullanabilirsiniz: (10 dakika)

\* Sizden hem kendi çalışma kağıdınızı doldururken, hem de başkasının cevaplarına göre konumlanırken yaşadığınız deneyimi düşünmenizi istiyorum. Nasıl hissettiniz? İlginç gelen bir yanı oldu mu?

\* Sınıfın geneline baktığınızda, insanların durduğu köşeler hakkında ne düşündünüz? Sizce belli bir ortak cevap var mıydı, yoksa herkesin cevapları birbirinden farklı mıydı? Bu bize kişisel sınırlarla ilgili ne söylüyor?

#### **Temel Mesajlar:**

\* Eğer sahip olduğunuz sınırlar sizin için önemliyse, bu sınırları ifade etmekten çekinmeyin. Karşınızdaki kişi aklınızdan geçeni her zaman okuyamayabilir. Sınırlarınız söz konusu olduğunda net ve açık olma hakkınız var.

\* Her davranışınız için karşınızdakinin onayı olup olmadığını sorun. Bazı davranışların bir kez kabul edilmesi her defasında kabul edileceği anlamına gelmez. ‘Hayır’ ve ‘evet’ cevapları net olarak sınırları ifade eder. ‘Hayır’ cevabının olmaması ya da sessizlik ‘evet’ anlamına gelmez.

\* Yakın ilişki içinde olduğunuzu düşünerek, bir başkasının sınırlarını esnetmek için ona baskı yapma hakkınız olmadığını unutmayın. Onay almak için kullanılan tatlı ısrarlar, iltifatlar, hediyeler, kibar tehditler; evet demediği için kişiye suçlu hissettirme ve kendini acındırma davranışları karşındakinin onayını inşa etmek demektir ve psikolojik baskı içerir.

\* Çevrenizdeki kişiler belli davranışları yaşamayı seçiyor ve kendilerini bu deneyimler içinde rahat hissediyor olabilir. Bunun sizin de aynı seçimleri yapmanız gerektiği anlamına gelmediğini unutmayın.

### Toparlama ve Sonlandırma:

Bireylerin kendi beklenti, ihtiyaç ve sınırlarının farkında olmalarının önemini vurgulayın. Sosyal ve duygusal ilişkilerde karşılıklı istek ve onayın varlığını anlamanın; sağlıklı iletişim, soru sorma ve verilen cevabı dinleyerek sınırlara saygı göstermekle mümkün olabileceğini söyleyerek çalışmayı tamamlayın. (5 dakika)

### Kolaylaştırıcılar için ipuçları:

- \* Grup ilkelerini belirlerken kitabın "Güvenli Alan Oluşturma" bölümünden faydalanabilirsiniz. (Sayfa 81)
- \* Çalışma kağıdındaki cümleler örnek çeşitliliği olması açısından fazla hazırlanmıştır. 40 dakika içinde 15 cümlenin çalışılması mümkün olamayacağından, çalıştığınız grubun dinamiklerini ve ihtiyaçlarını göz önünde bulundurarak en fazla 8 cümle seçebilir ve çalışma kağıdını buna göre hazırlayabilirsiniz. Süre kısıtlılığınız yoksa cümle sayısını daha fazla tutabilirsiniz.
- \* Bu uygulama mekanın farklı noktalarını kullanmayı ve hareket etmeyi gerektirdiğinden, kullanacağınız mekanın uygunluğunu önceden değerlendirin ve gerekiyorsa düzenleme yapın.
- \* 'Onay' ile ilgili kitapta bulunan görselleri (sayfa 16) gençlerle paylaşabilir, basılı olarak dağıtabilirsiniz. 'Onay' ve 'onay inşası' kavramlarını açıklamak için kitabın "Kavramlar Sözlüğü" (sayfa 53) ve "Temel Bilgiler" bölümlerini (sayfa 61) inceleyebilirsiniz..

\* Bu uygulama hazırlanırken [www.advocatesforyouth.org](http://www.advocatesforyouth.org) sitesinden yararlanılmıştır.

# BEN NERESİNDEYİM?

Katılımcı Sayısı: 20-30 • Süre: 40-60 dakika

## Genel Bakış:

Gençlerle güvenli, güvensiz ve şiddet içeren ilişkiler hakkında konuşmak imkansız değil ve hayati öneme sahiptir. Gençlere duygusal ilişkilerden ne beklediklerini sormak; eşit konumlandıkları, saygı gördükleri, iyi ve güvende hissettikleri ilişkileri hak ettiklerini söylemek; bir ilişkide hangi davranışların kabul edilemez olduğunu hatırlatmak; ihtiyaç duyduklarında yanlarında olduğunuzu söylemek bile flört şiddetini önleme konusunda iyi bir başlangıç olacaktır.

## Amaç:

Gençlerin; duygusal ilişkilere dair bazı kavramları tartışarak "güvenli", "güvensiz" ve "şiddet içeren" ilişkilerin özelliklerini fark etmelerini sağlamak.

## Kazanımlar:

Bu çalışma sonunda gençler;

- "Güvenli ilişki", "güvensiz ilişki", "şiddet içeren ilişki" kavramlarını öğrenecek,
- Güvenli, güvensiz ve şiddet içeren ilişkilerin özelliklerini söyleyebilecek,
- Bir ilişkide hangi davranışların kabul edilemez olduğunu fark edeceklerdir.

## Malzemeler:

- Yazı tahtası ve kalem
- Hamur yapıştırıcı
- Kavram kartları

## Yöntem:

- Soru-cevap
- Bireysel çalışma
- Büyük grup tartışması
- Anlatım

## Hazırlık:

Gençlerle birlikte yapacağınız bu çalışma öncesinde, duygusal ilişkilerle ilgili bazı kavramlar belirleyin. (Aşağıdaki kavramlardan faydalanabilir, dilerseniz bunları çeşitlendirerek çoğaltabilirsiniz.) Renkli kartonları eşit parçalara bölerek her birine bir kavram yazın. Hazırladığınız kavram kartlarının sınıf mevcuduna yetecek sayıda olmasına ve yazıların uzaktan rahat okunabilmesine dikkat edin. Kavramlarla ilgili tartışma açıcı sorular hazırlayın. (Aşağıdaki örnek soruları kullanabilir, soruları çoğaltabilir ya da çalıştığınız grubun dinamiklerine ve ihtiyaçlarına göre farklı sorular hazırlayabilirsiniz.)

### Kavramlar:

bağımsızlık / güven / huzur / eşitlik / eğlence / teşekkür / keyif / aşk / saygı / sevgi  
sorumluluk / özgüven / özsaygı / kişisel alan / destek / anlayış / sınır / mutluluk ortak  
karar / açık iletişim / bağımlılık / güvensizlik / huzursuzluk / eşitsizlik  
önyargı / cinsiyetçilik / ayrımcılık / kıyaslama / şüphe / yalan / kıskançlık  
sahiplenme / takip / kısıtlama / görmezden gelme / yalnızlaştırma  
kararlar konusunda baskı / iletişim sorunu / alay / aşağılama / suçlama / aşırı kıskanç-  
lık / kontrol / baskı / tehdit / cezalandırma / korku / onay dışı davranışlar taciz / kararları  
tek kişinin alması  
zarar veren iletişim / dayanışma

### Sorular:

İlişkilerde sınırlar sizin için ne ifade ediyor?  
"Kişisel alan" dendiğinde aklınıza ne geliyor?  
Duygusal ilişkilerde "kişisel alan" kavramı neden önemli?  
Duygusal ilişkilerde taraflar birbirini hiç kıskanmıyorsa bu, ne anlama gelir?  
"Sahiplenme" kelimesinden ne anlıyoruz?  
Sizce, bağıllık ile bağımlılık arasında fark var mı?  
"Açık iletişim" dendiğinde aklınıza ne geliyor?  
Bir ilişkide açık iletişim neden önemli?  
Cinsiyetçilik ne demek?

### Uygulama Akışı:

**Giriş:** Gençlerle selamlaşıp uygulamanın içeriği ve amacından bahsettiğiniz kısa bir giriş yaptıktan sonra, birlikte yürüteceğiniz bu çalışmada duygusal ilişkilerin özellikleri üzerine konuşacağınızı söyleyin. (1 dakika)

**Güvenli Alan:** Güvenli alanı oluşturmak için gençlerle birlikte grup ilkelerinizi belirleyin. (4 dakika)

**Konuya Giriş:** Gençlere 'güvenli ilişki' deyince akıllarına ne geldiğini sorun. Grup sessiz kalırsa; "Duygusal bir ilişkide tarafların kendisini güvende ve iyi hissetmesi nasıl mümkün olur, aklınıza neler geliyor?" diyerek soruyu açabilirsiniz. Paylaşımları dinledikten sonra; "İlişkiler tarafların birbirlerine nasıl davrandıklarına bağlı olarak güvenli ile şiddet içeren aralığında değişkenlik gösterebilir. Şimdi sizinle, hangi davranışların ilişkiyi güvenli olmaktan çıkarıp zarar verici ya da şiddet içeren bir aşamaya taşıdığı üzerine düşünebilmek için bir çalışma yapacağız" diyerek yönergeye geçin. (3 dakika)

**Yönerge:** Tahtaya aralarında boşluk bırakarak ‘GÜVENLİ İLİŞKİ’, ‘GÜVENSİZ İLİŞKİ’, ‘ŞİDDET İÇEREN İLİŞKİ’ yazın. Gruba; biraz sonra herkese birer kart vereceğinizi, kartta duygusal ilişkilere dair çeşitli kavramların yazılı olduğunu, kartını alan kişinin biraz düşündükten sonra yorum yapmadan tahtaya gelip kartını uygun gördüğü başlığın altına yapıştırmasını ve yerine dönmesini söyleyin. (3 dakika) Herkese birer tane gelecek şekilde kartları dağıtın ve çalışmayı başlatın. Kartlar yapıştırılırken gençlerden sesli paylaşımlar/yorumlar gelirse, içlerinden düşünceleri konusunda hatırlatmada bulunabilir, daha sonra hep birlikte üzerine konuşacağınızı söyleyebilirsiniz. (3 dakika)

| Güvenli ilişki                                                                                                                                                                                                     | Güvensiz ilişki                                                                                                                                                                                                                                      | Şiddet içeren ilişki                                                                                                                                                                       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| bağımsızlık / güven<br>huzur eşitlik / eğlence<br>teşekkür / keyif / aşk<br>saygı / sevgi<br>sorumluluk<br>özgüven / özsaygı<br>kişisel alan / destek<br>anlayış / sınır / mutluluk<br>ortak karar / açık iletişim | bağımlılık / güvensizlik<br>huzursuzluk / eşitsizlik<br>önyargı / cinsiyetçilik<br>ayrımcılık / kıyaslama<br>şüphe / korku<br>kıskançlık / sahiplenme<br>görmezden gelme<br>iletişimsizlik<br>kararlar konusunda<br>baskı<br>iletişim sorunu / yalan | alay / aşağılama / suçlama<br>aşırı kıskançlık<br>kontrol / takip<br>tehdit / cezalandırma<br>kısıtlama / taciz<br>onay dışı davranışlar<br>kararları tek kişinin alması<br>yalnızlaştırma |

**Bilgilendirme ve Değerlendirme:** Herkesin, kartını yapıştırdığından emin olduktan sonra, tablonun geneline gruba birlikte kısa bir süre inceleyin. (Gerekirse, yazılanları sesli olarak gruba okuyabilirsiniz.) Egzersiz bireysel fikirlere dayandığı için her uygulamada farklı bir tablo oluşacaktır. Kartları yapıştıranların kim olduğu anonim kalacak şekilde, yerini değiştirmek istedikleri kart olup olmadığını gruba sorun. Gruptan öneri gelmiyorsa, yeri değiştirilebilecek olan kavramları siz tartışmaya açın. Ardından, hazırlık aşamasında oluşturduğunuz soruları gruba yönelterek tartışmayı derinleştirin. Bu sırada kavramlarla ilgili temel mesajları gençlere ilettiğinizden emin olun. (18 dakika)

### Temel Mesajlar:

- \* Kıskançlık ve sahiplenme sevginin değil, güvensizliğin göstergesidir ve karşı tarafı kontrol etme isteği ile ilgilidir.
- \* Güvenli bir ilişkide kişi; arkadaşlarından, hayallerinden, hobilerinden ödün vermek zorunda kalmaz.
- \* Genç kadınların yanı sıra, genç erkekler ve LGBTİ+’lar da duygusal ilişkiler içinde şiddete maruz bırakılabilir.
- \* İlişkisel şiddet; din, kültür, cinsiyet, cinsel yönelim, cinsiyet kimliği, ekonomik statü ve yaşadığı bölgeden bağımsız olarak her genci etkileyebilir.

\* Her ilişki farklı ve biricik olmakla birlikte, şiddetin zamana yayılarak artması ve yaşayan için daha zarar verici hale gelmesi, güvensiz ilişkilerin ortak özelliğidir. Bu durum, kişinin yaşadığı şiddeti fark etmesini ve şiddet içeren bir ilişkiden çıkmasını daha zor hale getirir.

\* Güvenli olmayan ilişkiler, o ilişkideki kişiler için zarar vericidir. Bu nedenle, yaşanan ilişkiyi gözden geçirmek, gerekirse güvenilir bir yetışkinden destek istemek önemlidir.

\* İlişki sadece tek taraf için değıl, karşılıklı olarak da zarar verici ve sağıksız olabilir.

\* Duygusal ilişkilerde iyi ve güvende hissetmek herkesin hakkıdır.

### Toparlama ve Sonlandırma:

Hangi davranışların ilişkiyi güvenli olmaktan çıkarıp zarar verici ya da şiddet içeren bir aşamaya taşıdığını fark etmenin ve ifade etmenin her zaman kolay olmayabileceğini vurgulayın. Ailemizde, yakın çevremizde, toplumda ve medyada gördüğümüz ilişki biçimlerinde kıskançlık, sahiplenme ve şiddet davranışlarının ilişkinin gereğı, hatta sevginin göstergesi gibi sunulduğunu; bu nedenle, güvensiz ve şiddet içeren ilişkileri normalleştirdiğimizi ve sorgulamakta zorlandığımızı anlatın. Güvenli, güvensiz ve şiddet içeren ilişkiler üzerine düşünmenin, duygusal ilişkilere yaklaşımımızı sorgulamanın önemi üzerinde durun. Bir duygusal ilişki içinde iyi ve güvende hissetmenin herkes için bir hak olduğunu vurgulayarak çalışmayı tamamlayın. (8 dakika)

#### Kolaylaştırıcılar için ipuçları:

- \* Grup ilkelerini belirlerken kitabın "Güvenli Alan Oluşturma" bölümünden faydalanabilirsiniz. (Sayfa 81)
- \* Ön hazırlık aşamasında, kitapta yer alan "Şiddet Döngüsü", "Flört Hakları" ve "İlişki Spektrumu" bölümlerini incelemenizi öneririz. (Sayfa 62, 66, 67) Ayrıca çalışma esnasında ya da sonunda bu görselleri gençlerle paylaşabilirsiniz.

## Genel Bakış:

Gençler arası ilişkilerde baskı altına alma, kontrol etme, tehdit etme gibi duygusal şiddet davranışları teknoloji araçları üzerinden de gerçekleşebilir ve zarar verici sonuçlara neden olabilir. Dijital şiddetin etkileri, yüz yüze iletişimde uygulanan şiddetten farklı değildir. Dijit şiddete maruz bırakılan gençlerde; çaresizlik, değersizlik, kaygı, korku gibi duygular ve içe kapanma, depresyon gibi durumlar ortaya çıkabilir. Bu egzersiz; gençler arası sosyal ve duygusal ilişkilerde sosyal ağlar, telefon uygulamaları, anlık mesajlaşma programları vb. aracılığı ile gerçekleşen zarar verici davranışların tartışılması için hazırlanmıştır.

## Amaç:

Gençlerin; mahremiyet hakkı, kişisel sınırlar, dijital güvenlik, cinsel içerikli mesajlaşma, mesajla taciz gibi kavramları gündelik örnekler üzerinden tartışarak dijital şiddet türlerini, kişisel hak ve sorumluluklarını öğrenmelerini sağlamak.

## Kazanımlar:

Bu çalışma sonunda gençler;

- Dijital şiddet kavramını tanımlayabilecek,
- Dijital ortamlarda mahremiyet hakkı ve kişisel sınırlar konusunda farkındalık kazanacak,
- Dijital güvenliğin anlamını öğrenecek ve kendileri için güvenli alan oluşturma konusunda bilgilenecek,
- Dijital şiddet uygulama ve dijital şiddete seyirci kalma konusunda kendi konumlarını sorgulayabileceklerdir.

## Yöntem:

- Soru-cevap
- Örnek olay çalışması
- Büyük grup tartışması
- Anlatım

## Malzemeler:

- Yazı tahtası ve kalem
- Örnek olay kağıtları
- 3 adet kalem

## Hazırlık:

Gençlerle birlikte yapacağınız bu çalışma öncesinde, aşağıda örnekleri bulunan 'Örnek Olay 1', 'Örnek Olay 2' ve 'Örnek Olay 3' metinlerini tartışma sorularıyla birlikte A4 kağıda yerleştirin ve 3 adet çıktı alın. 'Bilgilendirme ve Değerlendirme' bölümünde bulunan; "dijital güvenlik", "kişisel sınırlar", "dijital ortamdaki riskler", "haklar" ve "sorumluluklar" gibi kavramları okuyun ve tartışacağınız konularla ilgili ön hazırlık yapın.

## Uygulama Akışı:

Giriş: Gençlerle selamlaşıp uygulamanın içeriği ve amacından bahsettiğiniz kısa bir giriş yaptıktan sonra, birlikte yürüteceğiniz bu çalışmada dijital şiddetle ilgili bazı kavramları tartışacağınızı söyleyin. (1 dakika)

## Güvenli Alan:

Güvenli alanı oluşturmak için gençlerle birlikte grup ilkelerinizi belirleyin. (4 dakika)

Konuya Giriş: Tahtaya 'dijital şiddet' yazın ve gençlere bu kavramı daha önce duyup duymadıklarını, kendilerine ne çağrıştırdığını sorun. Gelen cevapları hızlıca ve kısa kısa tahtanın kenarına not edin. Bu cevaplara çalışma boyunca geri döneceğinizi, şimdi kavramı açmak ve üzerine konuşmak için küçük grup çalışması yapacağınızı söyleyerek yönergeye geçin. (3 dakika)

**Yönerge:** Sınıfı 3 gruba ayırın (Grupları olabildiğince karışık/karma şekilde oluşturun) ve birbirlerine çok yakın olmayacak şekilde sınıfın farklı noktalarında bir araya gelmelerini sağlayın. Her gruba bir örnek olay kağıdı ve birer kalem verin. Gruplara şu yönergeyi verin: **"Her grubun elinde farklı bir örnek olay kağıdı var. Sizlerden grubunuzun kağıdında yazılı olan örnek olayı birlikte tartışmanızı ve olayla ilgili sorulara verdiğiniz cevapları kağıda not almanızı istiyorum. Bunun için 5 dakika süreniz var. Ardından, yazdıklarınızı büyük gruba aktarması için aranızdan 1 veya 2 kişiyi ortak kararla sözcü olarak belirleyin."** Çalışma başladıktan sonra grupları dolaşın ve varsa soruları cevaplayın. (2 dakika)

## Bilgilendirme ve Değerlendirme:

Süre bittiğinde ilk olarak birinci grubun sözcüsünü davet edin. Örnek olayı sesli olarak okumasını isteyin. Ardından sırayla tartışma sorularını ve grupça belirledikleri cevapları aktarmasını isteyin. Her bir sorunun ardından, varsa, büyük grubun eklemelerini alın, eksik kalan noktalar olursa siz ekleyin. Sözcüyü ve diğer grup üyelerini alkışlatarak diğer grubun çalışmasına geçin. Süreyi, her grubun eşit kullanacağı şekilde planlamaya dikkat edin.

(25 dakika)



## Örnek Olay 1

A, Instagram hesabını herkese açık şekilde kullanmaktadır. Bir gün, yüz yüze tanışmadığı fakat hesabını takip eden B'den, tanışmak istediğini söyleyen bir mesaj alır. A, B'nin takipçi sayısına ve fotoğraflarına bakar, B'yi ilgi çekici bulmaz ve tanışmak istemediğini yazar. B, A'ya **"Arkadaşlarınla gittiğin o kafeyi ben de çok seviyorum, belki bir gün orada karşılaşırsınız."**, **"Okulun evime çok yakın, yarın okul çıkışı seni almaya geleyim mi?"**, **"Son paylaştığın fotoğrafa bayıldım!"** gibi mesajlar göndermeye ve ısrarcı davranmaya başlar. A bu mesajlara cevap vermez ve bir süre sonra B'yi engeller. Ancak B'nin, etrafında olabileceği düşüncesinden rahatsızlık duymaya ve endişelenmeye başlar.

## Tartışma Soruları

- 1- Yaşanan bu olayı nasıl tanımlarsınız?
- 2- Bu olayda hangi şiddet türlerinden bahsedebilirsiniz?
- 3- A yaşadığı bu olay karşısında başka neler yapabilirdi?
- 4- Dijital ortamlarda daha güvende hissetmek için neler yapabiliriz?



Tartışmayı derinleştirmek için aşağıdaki soruları konuşma açıcı olarak kullanabilir, grubun dinamiklerine ve ihtiyaçlarına göre soruları çeşitlendirebilirsiniz:

- Instagram hesabınızı ne şekilde kullanmayı tercih ediyorsunuz; gizli mi, herkese açık mı? Gizli ise, takip isteklerini neye göre kabul ediyor ya da etmiyorsunuz? Bu alanlarda engellediğiniz kişiler oluyor mu, oluyorsa neden?
- Az tanıdığınız ya da hiç tanımadığınız kişilerin sizin fotoğraflarınızı, nerede yaşadığınızı, hangi okula devam ettiğinizi, o sırada nerede bulunduğunuzu görebilecek şekilde profilinizi görüntüleyebilmesi, ne gibi riskler taşıyabilir?
- Birine, hiç cevap almadığınız ya da rahatsız olduğunu söylediği halde, mesaj yollamaya devam ettiğiniz oldu mu?
- Sizin için sınır konusunda belirleyici olan hangisidir; mesajların sıklığı mı, geldiği saat mi, içeriği mi?
- Eğer aldığınız mesajlarla ilgili baskı altında hissediyorsanız, neler yaparsınız?

#### **Temel Mesajlar:**

- Dijital güvenliğiniz için, kullandığınız sosyal ağların ve uygulamaların güvenlik ayarlarını kontrol edin. Paylaştığınız özel bilgilerin ve konumunuzun sadece tanıdığınız ve güvendiğiniz kişiler tarafından görülebildiğine emin olun.
- Tanımadığınız kişilerle telefon numarası, kimlik bilgileri, ev ya da okul adresi gibi özel bilgilerinizi paylaşmayın. Sınır ihlalleri ve şiddet davranışları açısından risk taşımanın yanında, bazı kişilerin bu bilgilerle çeşitli suçlar gerçekleştirebildiğini unutmayın.
- Dijital ortamda biri size kendinizi rahatsız hissettirdiyse, bu konuda ebeveyninizi, rehber öğretmeninizi ya da güven ilişkisi içinde olduğunuz bir yetişkini bilgilendirebilir, birlikte çözüm yolları geliştirebilirsiniz.
- Birine sürekli mesaj yollamak ya da birini sürekli aramak cevap vermediği ya da hayır dediği halde bu davranışa ısrarla devam etmek, 'taciz' ve 'ısrarlı takip/stalking' örneğidir.
- Birinin size sürekli mesaj atarak gündelik yaşamınızı kesintiye uğratması kabul edilemez. Örneğin, birinin gönderdiği mesajlar nedeniyle gece uykunuz bölünüyor ya da günlük hayatınıza odaklanamıyorsanız, bu iletişim şeklinde bir sorun var demektir.
- Birine size mesaj yollamamasını söylemek kolay olmayabilir. Ancak mesajların size nasıl hissettirdiğini ifade etmeniz ve sınır çizmeniz önemlidir. Nasıl mesajlar aldığınızda rahatsız olduğunuzu, hangi sıklıkta mesaj aldığınızda özel alanınızın ihlal edildiğini hissettiğinizi açık ve net şekilde aktarın.
- Birine yoğun olarak mesaj yolluyorsanız kendinizi sorgulayın. Ona rahatsız olup olmadığını sorun. Sadece yüz yüze iletişimde değil, dijital ortamlarda da mesafeyi ve kişisel alana saygıyı koruyun.
- Karşımızdaki kişiye hoşlanmadığı bir davranışta bulunduğumuzda bunu sonlandırmak bizim sorumluluğumuzdur. Kişi bizi engellemek zorunda değildir. Engellememesi, bu davranışın o kişinin hoşuna gittiği anlamına gelmez.

## Örnek Olay 2

11. sınıfa devam etmekte olan D ve Z yaklaşık 1 yıldır sevgiliydiler. D, Z'nin arkadaşları ile tek başına görüşmesini istemiyor, onu kıskanıyordu. Ayrıca Z'nin mesajlaşmalarını ve telefon görüşmelerini takip ediyor, bazen telefonunu elinden alıp kontrol ediyor, sık sık D'nin sosyal medya hesaplarına bakarak paylaştıklarını ve bu paylaşımları kimlerin beğendiğini takip ediyordu. D, Z'nin sosyal ağ ve uygulamalardaki 'son görülme' özelliğini kapatmasını istemiyor ve kapatırsa bunun aralarında bir soruna dönüşeceğini söylüyordu. D bunu kendi arkadaşlarına **"Benim birlikte olduğum 'son görülme'sini kapatamaz, kapatırsa arkamdan iş çevirdiğini düşünürüm, karşılıklı güven için her şeyin şeffaf olması lazım"** diyordu. Z bir gece sınıftan bir arkadaşı ile gece geç saate kadar yazışarak sohbet etti. Ertesi gün, D ve Z'nin sınıfından bir genç D'ye alaycı bir ifadeyle **"Sevgilin gece 3'te online görünüyordu"** dedi. Bunun üzere D öfkeyle Z'nin yanına giderek **"Dün gece seni online görmüşler, ne iş?!"** diye çıkıştı.

### Tartışma Soruları

- 1- Olaydaki kişilerin cinsiyetlerine dair bir varsayımız oldu mu? Evet ise, neden?
- 2- D ve Z arasındaki ilişkiyi nasıl değerlendirirsiniz? Z'nin hangi hakları ihlal edilmektedir?
- 3- Z, bu kısıtlamalara karşı nasıl bir tavır sergileyebilir?
- 4- D'nin bu davranışlarının sebebi ne olabilir, bu konuda neler yapabilir?

~~~~~

Tartışmayı derinleştirmek için aşağıdaki soruları konuşma açıcı olarak kullanabilir, grubun dinamiklerine ve ihtiyaçlarına göre soruları çeşitlendirebilirsiniz:

- * Sevgilinizin telefonunuzu, e-mailinizi, sosyal medya hesaplarınızı ve mesajlaşmalarınızı kontrol etmesi size nasıl hissettirir? Neden?
- * Sevgilinizin anlık mesajlaşma programları üzerinden son görülme saatinizi takip etmesi ve uygulamaların bu özelliğini iptal etmenizi reddetmesi size ne hissettirir ve düşündürür? Böyle bir durumda ne yaparsınız?
- * Yakın arkadaşınız ya da sevgilinizle telefonunuzun, e-mail ya da sosyal medya hesaplarınızın şifresini paylaşıyor mısınız? Neden?

Temel Mesajlar:

- * Duygusal ilişkilerinizin dışında başka arkadaşlarınızın ve ilgi alanlarınızın olması, hakkınızdır. Bir başkasının sizi kontrol ederek başkalarıyla neler yaptığınızı sorgulaması ya da sizi kısıtlaması kabul edilemez.
- * Saygıya dayanan bir ilişki, karşılıklı güven üzerine kuruludur. Eğer biri düzenli olarak kiminle, nerede olduğunuzu, konuştuğunuz her konuyu bilmek istiyorsa, o ilişkide güven yoktur ve mahremiyet hakkınız ihlal ediliyordur.
- * Şifreler, kişisel bilgilerdir. Şifrelerin paylaşımı güvenin değil, aksine güvensizliğin işaretidir. Şifrelerinizi paylaşmamak konusunda net bir duruş sergileme hakkınız olduğunı unutmayın.

Örnek Olay 3

11. sınıfı bitiren K ve E yaz tatilini aileleri ile birlikte ayrı şehirlerde geçirirken sık sık mesaj ve görüntülü konuşma haberleşir, gün içinde neler yaptıklarını birbirleriyle paylaşırlar. Bir gece, uzun bir yazışmanın ardından K, E'ye onu çok özlediğini ve sürekli hayal ettiğini, sosyal medya hesaplarındaki fotoğraflarına bakıp özlem giderdiğini söyler. E de benzer duygular yaşadığını paylaşır. K bunun üzerine E'den özel bir fotoğrafını göndermesini ister. E tedirgin olur ve bir süre mesaja cevap veremez. Daha sonra, bunu yapmak istemediğini yazar. K bunun üzerine E'ye **"Ben seni bu kadar özlemişken, üstelik ikimiz farklı şehirlerdeyken bu isteğimi yerine getirmemen, beni kıрман çok saçma"** diyerek fotoğrafı yollamadığı için E'ye suçlu hissettirir ve yazışmayı keser. 10 dakika sonra K'nin telefonuna E'den özel bir fotoğraf gelir.

Tartışma Soruları

- 1- Olaydaki kişilerin cinsiyetlerine dair bir varsayımız oldu mu? Evet ise, neden?
- 2- Sizce E bu fotoğrafı gönderirken kendini nasıl hissetmiştir?
- 3- K ve E'nin ilişkisinin geleceğine dair varsayımlarınız nelerdir?
- 4- E'nin fotoğraf paylaşmasının herhangi bir risk taşıdığını düşünüyor musunuz?

~~~~~

Tartışmayı derinleştirmek için aşağıdaki soruları konuşma açıcı olarak kullanabilir, grubun dinamiklerine ve ihtiyaçlarına göre soruları çeşitlendirebilirsiniz:

- \* Cinsel içerikli mesajlaşma (sexting) ile ilgili düşünceleriniz nedir?
- \* Sizce kişiler neden bu tür fotoğraflar gönderilmesini ister ya da gönderir?
- \* Biri sizinle cinsel içerikli yazışma yapmak ister ya da fotoğraf talep ederse, nasıl hisseder ve ne yapardınız?
- \* Biri size ait özel bir fotoğrafı başkalarıyla paylaşır ya da paylaşmakla tehdit ederse, haklarınızın neler olduğunu biliyor musunuz?

### Temel Mesajlar:

- \* Duygusal bir ilişki içerisindeki kişiye; çok özlemek, çok sevmek gibi romantik sebeplerle ısrar ederek, ayrılıkla ya da başka bir davranışla tehdit ederek özel fotoğraflar göndermesi için baskı yapılması asla kabul edilemez. Bu tür durumlar yaşıyorsanız, güvensiz bir ilişkinin içindesiniz demektir. Böyle bir talebe hayır cevabını verdiğiniz, rahatsız olduğunuzu ifade ettiğiniz zaman karşınızdaki kişi durmalı, size ve sınırlarınıza saygı göstermelidir.
- \* Cinsel içerikli özel fotoğraf talebinde ısrarcı davranmanın, fotoğrafları şantaj malzemesi olarak kullanmanın ya da başkalarıyla paylaşmanın hukuki sorumluluk ve sonuçları olduğunu unutmayın.

\* Eğer size birine ait özel bir fotoğraf gönderildiyse, bu fotoğrafı başkalarına göndermeyin. Kişilere ait özel fotoğrafları yaymak, o kişiye zarar verir ve suçtur. Suçun ve şiddetin ortağı olmayın. Böyle bir durum yaşanırsa, bir yetişkinle paylaşın.

\* Tek kişiyle paylaşılan özel bir fotoğraf, saniyeler içinde defalarca kopyalanarak pek çok kişiye ulaşabilir. Bu bazen kasten değil, yanlışlıkla bile olabilir. Özellikle duygusal ilişkilerde ayrılık sonrasında ya da tehdit amacıyla özel fotoğrafların kullanılması maalesef çok sık rastlanan bir durumdur.

### Toparlama ve Sonlandırma:

Dijital şiddetin; ilişkilerdeki baskı ve kontrolün teknoloji araçları ve/veya sosyal medya ağları üzerinden gerçekleştirildiği durumları ifade ettiğini söyleyin. Kendilerini iyi, rahat ve güvende hissetmelerini sağlayacak olan kişisel sınırlarını belirlemenin ve bunları ifade etmenin, gençlerin en temel hakları olduğunu vurgulayın. Sınırlarına ve kararlarına saygı duyulan ilişkiler yaşamayı hak ettiklerini ifade edin. İyi ve güvende hissetmedikleri bir durum yaşadıklarında iç seslerini dinlemelerini ve bu konuda güven ilişkisi içinde oldukları bir yetiştikenden destek istemelerini söyleyerek çalışmayı sonlandırın. (5 dakika)

#### Kolaylaştırıcılar için ipuçları:

- \* Çalışma öncesinde, gençlerin kullandıkları güncel ağları ve uygulamaları araştırıp inceleyin. Gençler çalışma sırasında bazı uygulamalardan bahsedebilir, örnekler verebilirler; bunlar hakkında önceden fikir sahibi olmak, açıcı sorular sorabilmek ve tartışmayı genişletmek açısından avantaj sağlayacaktır.
- \* Grup ilkelerini belirlerken kitabın "Güvenli Alan Oluşturma" bölümünden faydalanabilirsiniz. (Sayfa 81)
- \* Türk Ceza Kanunu'nun 'Özel Hayata ve Hayatın Gizli Alanına Karşı Suçlar' ve 'Bilişim Alanında Suçlar' bölümlerini inceleyerek yasal boyutla ilgili bilgi edinin.

## Genel Bakış:

Duygusal ilişkilerdeki şiddet davranışları; fiziksel, duygusal, sözel, dijital, cinsel ve ekonomik olmak üzere farklı şekilde gerçekleşebilir. Bu egzersiz; gençlerin gözlem ve deneyimlerinden yola çıkarak, şiddet türlerini konuşmak ve duygusal ilişkilerde hangi davranışların şiddet içerdiğini tartışmak için alan açacaktır.

## Amaç:

Gençlerin duygusal ilişkilerde yaşanabilecek şiddet türlerini öğrenmelerini ve şiddetin uyarı işaretlerini fark etmelerini sağlamak.

## Yöntem:

- Soru-cevap
- Küçük grup tartışması
- Büyük grup tartışması
- Anlatım

## Malzemeler:

- Yazı tahtası
- Hamur yapıştırıcı
- 6 adet büyük boy çalışma kağıdı
- 6 adet tahta kalemi

## Kazanımlar:

Bu çalışma sonunda gençler;

- \* Toplumsal cinsiyet temelli şiddet, fiziksel şiddet, duygusal/sözel şiddet, dijital şiddet, ısrarlı takip (stalking), cinsel şiddet kavramlarını tanımlayabilecek,
- \* Şiddet davranışlarının kabul edilemez olduğunu ve normalleştiremeyeceğini fark edecek,
- \* Şiddet davranışlarının cinsiyetten bağımsız olarak herkes tarafından uygulanabileceğini ve herkesin şiddete maruz bırakılabileceğini fark edecek,
- \* Yaşanan şiddet durumlarında nereden ve kimden destek alabilecekleri hakkında bilgileneceklerdir.

## Hazırlık:

Gençlerle birlikte yapacağınız bu çalışma öncesinde, her bir kağıda bir başlık gelecek şekilde 'Toplumsal Cinsiyet Temelli Şiddet', 'Fiziksel Şiddet', 'Duygusal/Sözel Şiddet', 'Dijital Şiddet', 'İsrarlı Takip (Stalking)', 'Cinsel Şiddet' yazarak 6 adet büyük boy çalışma kağıdı hazırlayın. Kitabın "Şiddet Türleri ve Tanımları" (sayfa 58-61) bölümüne göz atın, şiddet türlerinin tanımlarına ve örneklerine hakim olun, konuyla ilgili sorular hazırlayın. ('Bilgilendirme ve Değerlendirme' bölümünde örneği bulunan soruları kullanabilir, çalıştığınız grubun ihtiyaçlarına göre çeşitlendirerek çoğaltabilirsiniz.)

## Uygulama Akışı:

Giriş: Gençlerle selamlaşıp uygulamanın içeriği ve amacından bahsettiğiniz kısa bir giriş yaptıktan sonra, birlikte yürüteceğiniz bu çalışmada duygusal ilişkilerde yaşanabilecek şiddet türleri üzerine konuşacağınızı söyleyin. (1 dakika)

**Güvenli Alan:** Güvenli alanı oluşturmak için gençlerle birlikte grup ilkelerinizi belirleyin. (4 dakika)

**Konuya Giriş:** Gençlere “flört şiddeti” deyince akıllarına ne geldiğini ve flört şiddetinin hangi farklı davranışlarla ortaya çıkabileceğini sorun. Paylaşımları dinledikten sonra, akranlar arasında yaşanabilen şiddet türlerinden biri olan flört şiddetinin pek çok farklı biçimde yaşanabileceğini; bu konuyla ilgili bazı kavramları tartışmak üzere birlikte bir çalışma yapacağınızı söyleyin. Tahtaya “toplumsal cinsiyet temelli şiddet”, “fiziksel şiddet”, “duygusal/sözel şiddet”, “dijital şiddet”, “ısrarlı takip (stalking)”, “cinsel şiddet” yazın ve kavramları kısaca tanımlayın. Bu kavramları tartışmak üzere bir çalışma yapacağınızı söyleyin ve yönergeye geçin. (3 dakika)

**Yönerge:** Gruba, flört şiddetinin farklı biçimlerini tartışmak üzere küçük grup çalışması yapacağınızı söyleyin. Sınıfı 6 gruba ayırın (grupları olabildiğince karışık/karma şekilde oluşturun) ve birbirlerine çok yakın olmayacak şekilde sınıfın farklı noktalarında bir araya gelmelerini sağlayın. Her gruba, üzerlerinde farklı şiddet türlerinin yazılı olduğu bir çalışma kağıdı ve bir tahta kalemi dağıtın. Gruba şu yönergeyi verin: **“Elinizdeki çalışma kağıdında yazılı olan şiddet türüne örnek olabilecek davranışları kendi aranızda tartışın ve 5 dakika içinde kağıda yazın. Yazdıklarınızı büyük gruba aktarması için aranızdan bir ya da iki kişiyi ortak kararlarla sözcü olarak belirleyin.”** Çalışma başladıktan sonra grupları dolaşın ve varsa soruları cevaplayın. (10 dakika)



**Toplumsal Cinsiyet Temelli Şiddet:** Ne giyeceğine karışmak, hesabı hep onun ödemesini istemek, gideceği her yere bırakmak/gittiği yerden almak, gideceği her yere bırakılmayı/gittiği yerden alınmayı beklemek, sadece hemcinsleriyle görüşmesini istemek, “Ne biçim kadınsın! Ne biçim erkeksin!” gibi cümleler kurmak...

**Fiziksel Şiddet:** Önünü kesmek, sıkıştırmak, itmek, tokat atmak, tekme atmak, ısırarak, saçını çekmek, yumruk atmak...

**Duygusal/Sözel Şiddet:** Görünüşünü ya da zekasını eleştirmek, kimsenin onu sevmeyeceğini söylemek, başkalarıyla kıyaslamak, hakkında dedikodu yaymak, zayıf hissettiği konularda üstüne gitmek, özel bilgilerini kötüye kullanmak, zarar vermekle ya da ayrılmakla tehdit etmek, başkalarının yanında küçük düşürmek, aşağılamak...





**Dijital Şiddet:** Sosyal medyada kiminle arkadaş olup olamayacağını söylemek, sosyal medyadan paylaşacağı fotoğraflara karışmak, özel fotoğraflarını başkalarıyla paylaşmak, sosyal medya hesaplarını izinsiz kullanmak, telefonunu karıştırmak, aramalarını kontrol etmek, mesajlarını okumak...

**Israrlı Takip (Stalking):** Sürekli mesaj yazmak/aramak/mail yollamak, gittiği her yere gitmek, evinin/okulunun önünde beklemek, hayır cevabını kabul etmeyecek ısrarla rahatsız etmek...

**Cinsel Şiddet:** İstemediği cinsel davranışlara zorlamak, onayını almak için baskı kurmak, özel fotoğraf çekmeye zorlamak, istenmediği halde cinsel içerikli mesaj ve fotoğraf göndermek...



### **Bilgilendirme ve Değerlendirme:**

Süre bittiğinde ilk olarak 'Toplumsal Cinsiyet Temelli Şiddet' grubunun sözcüsünü davet edin, çalışma kağıdını tahtaya asın, sunum sırasında yorum yapılmamasını isteyin, sunum tamamlandıktan sonra varsa büyük grubun eklemelerini alın, önceden düşündüğünüz ve eklenmeyen davranış örneklerini siz söyleyin. Sözcüyü ve diğer grup üyelerini alkışlatarak diğer grubun çalışmasına geçin. (Sunumu biten kağıdı tahtadan kaldırmayın, tüm kağıtları yan yana asın.) Her grup kendi çalışmasını paylaştıktan sonra, aşağıdaki sorularla tartışmayı derinleştirin. (20 dakika)

- \* Bazı şiddet davranışlarını konuşurken aklınızda beliren bir cinsiyet oldu mu?
- \* Davranışın şiddet içerip içermediğine karar verirken kişinin cinsiyeti fikrinizi değiştirebiliyor mu?
- \* Kişinin bedenine yönelik olmayan; masaya vurma, duvara yumruk atma, eşya fırlatma gibi davranışlar sizce şiddet midir?
- \* Şiddet davranışlarının yaşandığı bir ilişki içindeyseniz, neler yapabilirsiniz?
- \* İlişkiyi sonlandırmak dışında seçenekler var mıdır? Kimden yardım isteyebilirsiniz?
- \* Bir arkadaşınızın şiddet içeren bir ilişki yaşadığını fark ettiğinizde ya da öğrendiğinizde, ne yapabilirsiniz? Arkadaşınıza ne önerebilirsiniz?

## Temel Mesajlar:

- \* Şiddet içeren davranışlar her zaman kolay fark edilmeyebilir. Özellikle duygusal şiddeti fark etmek zaman alabilir.
- \* Şiddet içeren bir ilişkide, şiddet türlerinden sadece biri değil, birkaç tanesi birlikte uygulanıyor olabilir.
- \* Her ilişki farklı ve biricik olmakla birlikte, şiddetin zamana yayılarak artması ve yaşam için daha zarar verici hale gelmesi güvensiz ilişkilerin ortak özelliğidir. Bu durum, kişinin yaşadığı şiddeti fark etmesini ve şiddet içeren bir ilişkiden çıkmasını zorlaştırır.
- \* Şiddet içeren bir ilişkide olduğunuzu fark ederseniz utanmayın; bu, sizin hatanız değil.
- \* Şiddet, uygulayanın hatasıdır ve şiddeti durdurmak onun sorumluluğudur.
- \* Ebeveynlerinizden, rehber öğretmeninizden, güvendiğiniz yetişkinlerden ya da arkadaşlarınızdan destek isteyebilirsiniz. Yardım istemek zavıflık değil, cesurca bir harekettir.

## Toparlama ve Sonlandırma:

Tüm gruplara katkıları ve paylaşımları için teşekkür edin. Şiddet içeren ilişkilerin hem uygulayan hem de maruz bırakılan için zarar verici olduğunu belirtin. Şiddeti önleyebilmenin ilk adımının şiddeti fark etmek olduğunu, bu çalışmada konuşulan davranışları uyarı işaretleri olarak görebileceklerini söyleyin. Zarar vermemek ve zarar görmemek için sınırlara karşılıklı saygı duymanın ve sağlıklı iletişimin önemini vurgulayın. Şiddet yaşayanların destek isteyerek kendileri için daha güvenli bir ortam yaratabileceklerini söyleyerek güçlendirici mesajlarla çalışmayı sonlandırın. (2 dakika)

### Kolaylaştırıcılar için İpuçları:

- \* Grup ilkelerini belirlerken kitabın "Güvenli Alan Oluşturma" bölümünden faydalanabilirsiniz. (Sayfa 81)
- \* Şiddet türleri üzerine konuşmak ve çalışmak, gruptaki bazı gençler için zorlayıcı ya da tetikleyici olabilir. Özellikle cinsel şiddet; hem "cinsellik" kavramı ile karıştırıldığı, hem de diğer şiddet türlerinden daha hasar verici olduğu düşünüldüğü için, gençlerin daha mesafeli yaklaştığı bir konu olabilir. Bu ve benzeri durumları göz önünde bulundurarak; uygulamanın en başında güvenli alanı oluştururken 'kendini dinleme ve gözetme' üzerinde durmanız, çalışma boyunca iyi bir gözlemci olmanız, zorlanmalar olduğunu fark ettiğiniz durumlarda ya da bu tür paylaşımlar geldiğinde kapsayıcı ve destekleyici davranmanız önemlidir.
- \* İsrarlı takip (stalking); gençler arasında 'sosyal medyadan takip etme/beğenme' ile karıştırılarak şiddet davranışı olarak görülmeyebilir, aksine olumlanabilir. Böyle durumlarda, ikisi arasındaki farkı ve ısrarlı takibin sistematik bir şiddet davranışı olduğunu açıklamamız gerekir.

## Genel Bakış:

Gençlerle şiddete karşı koruyucu-önleyici çalışmalar yapmanın tek yolu, yalnızca güvensiz ilişkilerin risklerinden ve olumsuz sonuçlarından bahsetmek değildir. Olumlu örnekleri ve güvenli ilişkinin özelliklerini konuşarak gençlere güçlendirici mesajlar vermek de oldukça önemlidir. Bu egzersiz, gençlerin duygusal ilişkilerdeki güvenli davranışları tartışmalarını sağlamak için etkili bir yöntem olabilir.

## Amaç:

Gençlerin güvenli ve sağlıklı ilişkilerin özellikleri üzerine düşüncelerini ve duygusal ilişkileri bu bakış açısıyla yeniden değerlendirmelerini desteklemek.

## Kazanımlar:

Bu çalışma sonunda gençler;

- \* Duygusal ilişkileri güvenli yapan ve şiddet yaşanma riskini azaltan özellikleri tartışma fırsatı bulacak,
- \* Güvenli ilişkilerin özelliklerini öğrenecek,
- \* İlişki içinde sahip oldukları flört haklarını fark edeceklerdir.

## Malzemeler:

- Projeksiyon ve bilgisayar ya da akıllı tahta
- 'İlay & Öner' örnek olay çizimlerinden hazırlanmış sunum ya da
- Katılımcı sayısı kadar çoğaltılmış örnek olay kağıdı
- Yazı tahtası ve kalemi

## Yöntem:

- Soru-cevap • Örnek olay çalışması • Büyük grup tartışması • Anlatım

## Hazırlık:

Gençlerle çalışmaya başlamadan önce, tartışacağınız kavramlara hâkim olmanız önemlidir. Kitabın 'Güvenli İlişkinin Özellikleri', 'Flört Hakları' ve 'İlişki Spektrumu' bölümlerini gözden geçirin. [Sayfa 65, 66, 67] Eğer örnek olayı projeksiyonla tahtaya yansıtırsanız, sunum olarak hazırlayın. Çalışma öncesinde projeksiyon ve bilgisayar kontrol ederek teknik bir sorun olmadığından emin olun.

## Uygulama Akışı:

Giriş: Gençlerle selamlaşıp uygulamanın içeriği ve amacından bahsettiğiniz kısa bir giriş yaptıktan sonra, birlikte yürüteceğiniz bu çalışmada güvenli ilişki kavramını tartışacağınızı söyleyin. (1 dakika)

**Güvenli Alan:** Güvenli alanı oluşturmak için katılımcılarla birlikte grup ilkelerinizi belirleyin. (4 dakika)

**Konuya Giriş:** Gençlere “güvenli ilişki” deyince akıllarına ne geldiğini sorun. Paylaşımları dinledikten sonra, güvenli ilişkinin özelliklerini çeşitlendirmek ve somutlaştırmak için örnek bir hikaye üzerinden ilerleyeceğinizi söyleyin. (3 dakika)

**Yönerge:** Gruba; çizgi roman şeklinde hazırlanmış örnek bir hikaye okuyacağınızı, ardından tartışma soruları üzerinden hikayedeki ilişkinin özellikleri üzerine birlikte konuşacağınızı söyleyin. Hikayedeki karakterlerin, isimlerin ve olayların gerçek olmadığını, sadece bu egzersiz için hazırlandığını vurgulayın. Hikayedeki karakterleri seslendirmek için birkaç gönüllüye ihtiyaç olduğunu söyleyin. Gönüllü çıkmazsa cesaretlendirmek için örnek olayla ilgili kısa verebilirsiniz fakat çok detaya girmeyin. (Hikayenin içine daha kolay girebilmeleri için seslendirmeyi gençlerin yapmalarını öneriyoruz.) Yorum ve tartışmaları, hikaye tamamlandıktan sonra hep birlikte yapacağınızı belirtin. Her karakter için seslendirme yapacak birer gönüllü belirledikten sonra görseller üzerinden ilerlemeye başlayabilirsiniz. (3 dakika) (Görselleri çalışma kağıdı şeklinde çoğalttıysanız bu aşamada gençlere dağıtabilirsiniz.) Hikayenin bölünmemesine özen gösterin. Anlaşılmayan bölümlerde siz de seslendirmeye destek olabilir ya da tekrarlar/açıklamalar yapabilirsiniz. (5 dakika)

**Bilgilendirme ve Değerlendirme:** Hikayenin tamamlanmasının ardından, aşağıdaki soruları gençlere yöneltin. Paylaşımları dinledikten sonra, eksik kalan noktaları tamamlayın. Temel mesajların tümünü verdiğinizden emin olun. (Kendiniz de sorular ekleyebilirsiniz.) (30 dakika)

## 1. İlay ve Öner’in ilişkisinde şiddetin yaşanma riskini azaltan neler gözlemliyorsunuz?

Paylaşımları dinleyin. Söyledikleri her maddeyi hikayede hangi davranışlarda somut olarak gözlemlediklerini sorun. (Örneğin; ‘bireyselliği koruyabilme’ maddesinde Öner’in İlay’a tüm zamanlarını birlikte geçiremeyeceklerini, birbirleri dışında da hayatları olması gerektiğini söylediği kareleri; ‘birbirinin güçlü ve olumlu yönlerini görme’ maddesinde Öner’in İlay’ı sporculuğu, İlay’ın da Öner’i sınav başarısı dolayısıyla güçlendirdiği kareleri hatırlatabilirsiniz.) Gruptan gelmeyen, eksik kaldığını düşündüğünüz maddeleri tamamlayın.

- \* Bireyselliği koruyabilme
- \* Kişisel alan ve özgürlüklere saygı
- \* Karşılıklı güven
- \* Açık iletişim
- \* Birbirini dinleme
- \* İlişki içinde eşit hissetme
- \* Birlikte karar alabilme
- \* Birlikte eğlenebilme
- \* Birbirinin güçlü ve olumlu yönlerini görme
- \* Fikir ayrılıklarını ve anlaşmazlıkları şiddetsiz yöntemlerle çözme

## 2. Çevrenizde bu ilişkiye benzer örnekler görüyor musunuz?

Paylaşımları dinleyin. Görmediklerini ya da az gördüklerini söylüyorlarsa, nedenlerini sorarak tartışmayı derinleştirin.

## 3. Bu ilişki size 'gerçek dışı' ya da 'sıkıcı' göründü mü? Evet ise, neden?

Paylaşımları dinleyin. Gençler çevrelerinde sıklıkla baskı, kontrol ve şiddetin olduğu ilişkiler gözlemledikleri ve bu durumu normalleştirdikleri için güvenli ilişkileri 'gerçek dışı', 'heyecansız' ve 'sıkıcı' bulma eğiliminde olabilirler. Gruptan bu tür paylaşımlar geldiğinde; eşitsizliğin, çatışmanın, gerginliğin ve şiddetin olduğu ilişkileri daha heyecanlı bulmalarının nedenleri ve içinde yaşadığımız toplumla bağlantıları üzerine sorular sorarak tartışmayı derinleştirin.

### Temel Mesajlar:

- \* Güvenli ilişki; kişinin kendi duygularını, sınırlarını iyi tanıması ve karşısındaki kişi ile beklentilerini paylaşmasıyla yaşanabilir.
- \* Biriyle duygusal bir beraberlik yaşıyor olmanız, tüm zamanınızı onunla birlikte geçirmeniz gerektiği anlamına gelmez. Duygusal ilişkilerde kişilerin kendilerine ait zamanlarının ve alanlarının olması önemlidir.
- \* Duygusal ilişkilerde kişilerin, hayatlarını ilgilendiren konularda üzerlerinde baskı hissetmeden kendi kararlarını alabilmeleri önemlidir.
- \* Duygusal ilişkilerde iyi ve güvende hissetmek herkesin hakkıdır.

### Toparlama ve Sonlandırma:

Güvenli ilişki yaşanan kişilerin kendilerini o ilişki içinde iyi, güvende ve huzurlu hissedeceklerini ifade edin. Güvenli ilişkilerin herkes için bir hak olduğunu vurgulayarak çalışmayı sonlandırın. (4 dakika)

#### Kolaylaştırıcılar için ipuçları:

- \* Grup ilkelerini belirlerken kitabın "Güvenli Alan Oluşturma" bölümünden faydalanabilirsiniz. (Sayfa 81)
- \* Örnek olay görsellerine dijital olarak ulaşmak için bize e-mail yoluyla ulaşabilirsiniz.
- \* Hazırlık aşamasında; "Güvenli ilişkinin Özellikleri", "Flört Haklarım" ve "İlişki Spektrumu" bölümlerini (sayfa 65, 66, 67) sununuza ekleyerek ya da basılı hale getirerek örnek olay çalışması sırasında ya da bitiminde gençlere gösterebilirsiniz.
- \* Çalışacağınız sınıfta ilay ya da Öner isminde genç(ler) varsa, çalışmaya geçmeden önce sınıfa örnek olaydaki karakterlerin gerçek olmadığını hatırlatmanızı ve konunun espri/alay malzemesi haline getirilmemesini sağlamanızı öneririz.





## Genel Bakış:

Medyada -özellikle dizilerde ve filmlerde- yer bulan duygusal ilişkilerin pek çoğu şiddet davranışlarını normalleştirerek bu davranışları ilişkinin olmazsa olmazı gibi gösterir. Bu algıyı değiştirebilmenin yolu; normalleştirilen aşırı kıskançlık, sahiplenme, kontrol gibi davranışların zarar verici etkilerini gençlerle konuşmaktan geçer. Bu egzersiz, gençler arası duygusal ilişkilerde normalleştirilmiş şiddet davranışlarını tartışmak için ilgi çekici ve etkili bir yöntemdir.

## Amaç:

Gençlerin güvensiz ve zarar verici ilişkiler üzerine düşüncelerini ve duygusal ilişkileri bu bakış açısıyla yeniden değerlendirmelerini desteklemek.

## Malzemeler:

- Projeksiyon ve bilgisayar ya da akıllı tahta
- 'Eray & Burçin' örnek olay çizimlerinden hazırlanmış sunum ya da
- Katılımcı sayısı kadar çoğaltılmış örnek olay kağıdı
- Yazı tahtası ve kalemi

## Kazanımlar:

Bu çalışma sonunda gençler;

- Duygusal ilişkilerdeki şiddet davranışlarını ve farklı şiddet türlerini somut örnekler üzerinden değerlendirebilecek,
- Şiddet içeren bir ilişkinin kişiye verebileceği zararları fark edecek,
- Zarar veren davranışlara hayır diyebilme konusunda güçlenecek,
- İlişki içinde sahip oldukları flört haklarını öğrenecek,
- Güvenli olmayan ilişkilere dair farkındalık kazanacaklardır.

## Yöntem:

- Soru-cevap
- Örnek olay çalışması
- Büyük grup tartışması
- Anlatım

## Hazırlık:

Gençlerle çalışmaya başlamadan önce, tartışacağınız kavramlara hâkim olmanız önemlidir. Kitabın 'Flört Şiddeti Türleri', 'Şiddet Döngüsü' ve 'Flört Şiddetini Besleyen Mitler' bölümlerini inceleyebilirsiniz. (Sayfa 58-62, 64) Örnek olayı projeksiyonla tahtaya yansıtacaksanız, sunum olarak hazırlayın. Çalışma öncesinde projeksiyon ve bilgisayarı kontrol ederek teknik bir sorun olmadığından emin olun.

## Uygulama Akışı:

**Giriş:** Gençlerle selamlaşıp uygulamanın içeriği ve amacından bahsettiğiniz kısa bir giriş yaptıktan sonra, birlikte yürüteceğiniz bu çalışmada flört şiddeti üzerine konuşacağınızı aktarın. (1 dakika)

**Güvenli Alan:** Güvenli alanı oluşturmak için gençlerle birlikte grup ilkelerinizi belirleyin. (4 dakika)

**Konuya Giriş:** Öncelikle gençlere “flört şiddeti” deyince akıllarına ne geldiğini sorun. Paylaşımları dinledikten sonra, şiddet içeren bir ilişkinin özelliklerini çeşitlendirmek ve somutlaştırmak için örnek bir hikaye üzerinden ilerleyeceğinizi söyleyin. (3 dakika)

**Yönerge:** Gruba; çizgi roman şeklinde hazırlanmış örnek bir hikaye okuyacağınızı, ardından tartışma soruları üzerinden hikayedeki ilişkinin özellikleri üzerine birlikte konuşacağınızı söyleyin. Hikayedeki karakterlerin, isimlerin ve olayların gerçek olmadığını, sadece bu egzersiz için hazırlandığını vurgulayın. Hikayedeki karakterleri seslendirmek için birkaç gönüllüye ihtiyaç olduğunu söyleyin. Gönüllü çıkmazsa cesaretlendirmek için örnek olayla ilgili kısa bilgi verebilirsiniz fakat çok detaya girmeyin. (Hikayenin içine daha kolay girebilmeleri için seslendirmeyi gençlerin yapmalarını öneriyoruz.) Yorum ve tartışmaları, hikaye tamamlandıktan sonra hep birlikte yapacağınızı belirtin. Her karakter için seslendirme yapacak birer gönüllü belirledikten sonra görseller üzerinden ilerlemeye başlayabilirsiniz. (3 dakika) (Görselleri çalışma kağıdı şeklinde çoğalttıysanız bu aşamada gençlere dağıtabilirsiniz.) Hikayenin bölünmemesine özen gösterin. Anlaşılmayan bölümlerde siz de seslendirmeye destek olabilir ya da tekrarlar/açıklamalar yapabilirsiniz. (5 dakika)

**Bilgilendirme ve Değerlendirme:** Hikayenin tamamlanmasının ardından, aşağıdaki tartışma sorularını sırayla gençlere yöneltin. Paylaşımları dinledikten sonra, eksik kalan mesajları tamamlayın. Bir sonraki soruya geçmeden önce, temel mesajların tümünü verdiğinizden emin olun. (Kendiniz de sorular ekleyebilirsiniz.) (30 dakika)

## 1. Eray ve Burçin’in ilişkisinde göze çarpan şiddet türleri sizce nelerdir?

Paylaşımları dinledikten sonra;

\* Tahtaya “fiziksel şiddet” yazın ve gençlere bu hikayede fiziksel şiddet davranışı olup olmadığını sorun. Burçin’in Eray’a cep telefonu attığı kareyi hatırlatıp fiziksel şiddetin tanımını yapın. (Sayfa 61)

\* Tahtaya “duygusal/sözel şiddet” yazın ve gençlere bu hikayede duygusal şiddet davranışı olup olmadığını sorun. Burçin’in Eray’a arkadaşlarıyla görüşmemesi için baskı yaptığı, arkadaşlarının yanında ona bağırdığı, ödevini yapması için tehdit ettiği, sınavla kendi arasında seçim yapmaya zorladığı kareleri hatırlatıp duygusal şiddetin tanımını yapın. (Sayfa 59)

\* Tahtaya “ısrarlı takip/stalking” yazın ve gençlere bu hikayede ısrarlı takip davranışı olup olmadığını sorun. Burçin’in Eray’a yönelik ısrarlı mesaj atma, arama, nerede olduğu ve kimlerle mesajlaştığını sorma, kantinde karşısına çıkma davranışlarını hatırlatıp ısrarlı takip/stalking tanımını yapın. (Sayfa 61)

\* Tahtaya “dijital şiddet” yazın ve gençlere bu hikayede dijital şiddet davranışı olup

olmadığını sorun. Burçin'in Eray'ın onayını almadan fotoğrafını paylaştığı, bütün şifrelerini bildiğini söylediği kareleri hatırlatıp dijital şiddet tanımını yapın. [Sayfa 60]

\* Tahtaya "cinsel şiddet" yazın ve gençlere bu hikayede cinsel şiddet davranışı olup olmadığını sorun. Burçin'in Eray'ın onayını almadan yanağından öptüğü kareyi hatırlatıp cinsel şiddet tanımını yapın. [Sayfa 61]

### Temel Mesajlar:

- \* Cinsiyetten bağımsız olarak, herkes şiddetin uygulayıcısı olabilir. Şiddet, güç ilişkilerinin ve kontrol isteğinin olduğu her yerde yaşanabilir.
- \* Her zaman taraflardan biri şiddeti uygulayan, diğeri de şiddete maruz bırakılan olmayabilir. Bazı ilişkilerde şiddet karşılıklı da uygulanabilir.
- \* Hiçbir şiddet türü diğeri göre daha hafif ya da ağır değildir; şiddetin her türü aynı ciddiyetle ele alınmalıdır.
- \* Şiddet asla normalleştirilmemeli, şiddet içeren davranışlar üzerine mutlaka konuşulmalı ve bir daha yaşanmaması için somut adımlar atılmalıdır.
- \* Şiddeti sonlandırmak, şiddeti uygulayanın sorumluluğudur.
- \* Birine fiziksel olarak doğrudan zarar vermeden; onun göreceği şekilde etrafa ya da kişinin eşyalarına zarar vermek de şiddettir. (Örneğin; duvarı yumruklamak, telefonu yerde kırmak)
- \* Bir davranış için onay almanın en iyi yolu, sormaktır. Yalnızca evet demek onay vermek anlamına gelir. Sessiz kalmak, onay vermek anlamına gelmez. Hayır demek, hayır demektir.

## 2. İlişki içinde yaşanan şiddet, zaman içinde kişinin hayatı üzerinde olumsuz sonuçlara neden olur. Sizce Eray'ın yaşadığı olumsuz sonuçlar nelerdir?

- \* Duygusal olarak içe kapanma, çaresizlik, kaygı ve korku
- \* Arkadaş ilişkilerinde bozulma, yalnızlaşma
- \* Derslere devamsızlık, akademik başarının düşmesi
- \* Ekonomik olarak zarar görme

### Temel Mesajlar:

- \* Şiddet her kişide aynı olumsuz etkileri yaratmayabilir. Bu etkileri gözlemlediğimizde kişinin şiddete maruz kalmadığını söyleyemeyiz. Bu sayılanlar en sık gözlemlenen etkilerdir.
- \* İlişkilerde şiddet davranışlarını normalleştirmek ve her ilişkinin böyle olduğunu düşünmek, gelecekte yaşanacak ilişkilerde şiddet görme ya da uygulama olasılığını artırabilir.

### 3. Sizce Eray neden bu ilişkiyi bitirmiyor olabilir? İnsanlar şiddet içeren ilişkileri neden sürdürürler?

- \* Farkında olmama: Birçok şiddet davranışı gerekçelendirilerek ilişkinin normal bir parçası gibi kabul edildiği için, kişi yaşadığı şeyin şiddet olduğunu fark etmekte zorlanabilir.
- \* Aşka ve değişime olan inanç: Kişi partnerine aşık olabilir, ilişkinin değil şiddetin bitmesini isteyebilir. Partneri de değişeceğine dair sözler veriyor olabilir.
- \* Korku: Kişi partnerinden daha fazla şiddet görmekten korkuyor olabileceği gibi, yalnız kalmaktan ya da dışlanmaktan da korkabilir.
- \* Kendini suçlama: Kişi, şiddetin sorumlusu olarak kendini görebilir. Karşı taraf da onu bu şekilde suçluyor olabilir. (Örneğin; "O eteği giymesem bağırılmazdı", "Öyle konuşmasaydın bağırılmazdım")
- \* Aile ve arkadaş desteğinin olmaması: Kişi, ilişki süresince arkadaşlarından ya da ailesinden izole edilmiş ve yalnızlaştırılmış olabilir. Yargılanacağını, dışlanacağını ya da çevresinin diğer tarafı haklı bulacağını düşünüyor olabilir.

#### Temel Mesajlar:

- \* Şiddet, tekrarlayarak bir döngü haline geldiğinde, ilişkiyi sonlandırmak güçleşebilir.
- \* Kişiyi yargılamak ve ilişkiyi bitirmediği için suçlamak yerine, şiddet döngüsünden çıkabilmesi için onunla dayanışma içinde olmak gerekir. (Zamanınız kalırsa, burada, kitapta yer alan 'şiddet döngüsü' görselini gösterebilirsiniz.)

### 4. Eray kendisi için güvenli alanı nasıl oluşturabilir? Kimden destek isteyebilir? Sizce Eray'ın arkadaşları onu destekliyor mu?

- \* Arkadaşlarının Eray'ı yargılayan yaklaşımlarını hatırlatın. ("Dün ne oldu da bizi ektin?") Eray'ın fiziksel şiddete maruz kaldığı karede kimsenin müdahale etmediğini söyleyin.

#### Temel Mesajlar:

- \* Şiddet hiçbir zaman maruz bırakılan kişinin suçu değildir.
- \* Şiddete maruz bırakılan kişi, güvendiği kişilerden (ebeveyn, rehber öğretmen, arkadaş vb.) destek istemelidir. Yardım istemek zayıflık değil, cesaret göstergesidir.

## 5. Şiddet içeren bir ilişki yaşayan arkadaşınıza nasıl destek olabilirsiniz?

- \* Konuşmak istediği zaman onu dinleyebileceğinizi söyleyin
- \* Paylaştıklarını yargılamadan dinleyin
- \* Karar vermesi konusunda ısrarcı olmayın, onun adına karar vermeyin
- \* Şiddeti sonlandırmanın şiddeti uygulayanın sorumluluğu olduğunu, hiç kimse-  
nin şiddeti hak etmediğini hatırlatın

### Toparlama ve Sonlandırma:

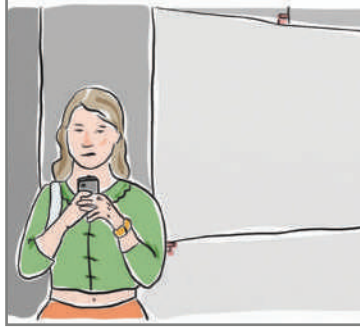
Şiddet içeren bir ilişki yaşayan bir arkadaşları varsa, onunla dayanışma içinde olmalarının; şiddete maruz bırakıldıkları bir ilişkinin içindeyseler, güvendikleri kişilerden destek istemelerinin önemli olduğunu vurgulayın. Güvenli ilişkilerin herkes için bir hak olduğunu vurgulayarak çalışmayı sonlandırın. (4 dakika)

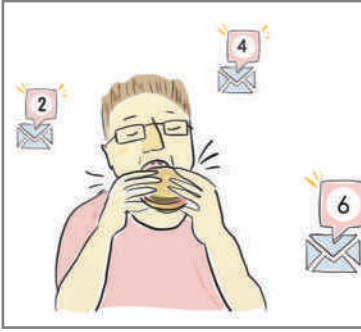
### Kolaylaştırıcılar için ipuçları:

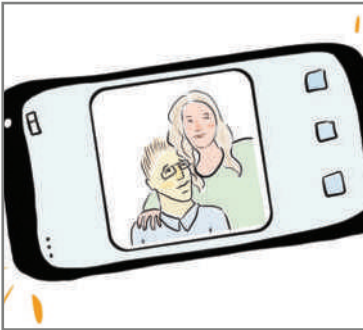
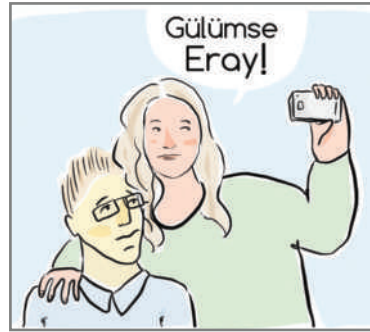
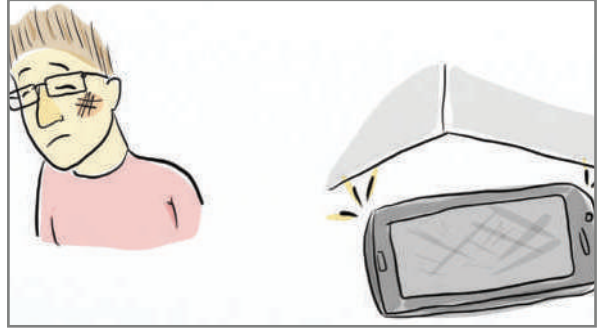
- \* Grup ilkelerini belirlerken kitabın "Güvenli Alan Oluşturma" bölümünden faydalanabilirsiniz. (Sayfa 81)
- \* Örnek olay görsellerine dijital olarak ulaşmak için info@cinselsiddetlemuCADE.org adresinden bize e-mail yoluyla ulaşabilirsiniz.
- \* Hazırlık aşamasında; "Güvenli ilişkinin Özellikleri", "Flört Haklarım" ve "İlişki Spektrumu" bölümlerini (sayfa 65, 66, 67) sunumunuza ekleyerek ya da basılı hale getirerek örnek olay çalışması sırasında ya da bitiminde gençlere gösterebilirsiniz.
- \* Çalışacağınız sınıfta Eray ya da Burçin isminde genç(ler) varsa, çalışmaya geçmeden önce sınıfa örnek olaydaki karakterlerin gerçek olmadığını hatırlatmanızı ve konunun espri/alay malzemesi haline getirilmemesini sağlamanızı öneririz.

\* Bu uygulama hazırlanırken <https://vetoviolence.cdc.gov/dating-matters> sitesinden yararlanılmıştır.

## Eray ve Burçin











\* İllüstrasyonlar: Aslı Alpar

## Genel Bakış:

Duygusal ilişkiler; partnerlerin birbirlerine nasıl davrandıklarına bağlı olarak, güvenli ile şiddet içeren arası bir ölçekte değişkenlik gösterebilir. Kimi zaman hangi davranışların ilişkiyi güvenli olmaktan çıkarıp zarar verici ya da şiddet içeren bir aşamaya taşıdığını fark etmek ve ifade etmek kolay olmayabilir. Bu egzersiz, ilişkideki bu farklı aşamalar ve nedenleri üzerine konuşmak için kolaylaştırıcı olacaktır.

## Amaç:

Gençlerin duygusal ilişkilerdeki bas-  
kı, kontrol, şiddet davranışlarını güç  
dengeleri üzerinden yeniden değer-  
lendirmelerini; ilişkiyi güvensiz bir  
noktaya taşıyacak uyarı işaretlerini  
önceden fark edebilmelerini sağla-  
mak.

## Malzemeler:

- \* Yazı tahtası ve kalem
- \* İlişki kartları
- \* Hamur yapıştırıcı

## Yöntem:

- \* Soru-cevap
- \* Küçük grup çalışması
- \* Büyük grup tartışması
- \* Anlatım

## Hazırlık:

Gençlerle birlikte yapacağınız bu çalışma öncesinde, aşağıda örneği bulunan 'İlişki Kartları'nı hazırlayın. Açık renk bir kartondan A5 boyutunda kartlar hazırlayarak her birine bir cümle yazın. (Aşağıdaki örnek cümleleri kullanabilir ya da çalıştığınız grubun dinamiklerine ve ihtiyaçlarına göre farklı cümleler hazırlayabilirsiniz.) Kartların sınıf mevcudunun yarısı kadar olmasına ve yazıların uzaktan rahat okunabilmesine dikkat edin. Kartlarla ilgili konuşma açıcı sorular hazırlayın. (Soruları çoğaltabilir ya da farklılaştırabilirsiniz.)

## Kazanımlar:

Bu çalışma sonunda gençler;

- \* İlişkilerdeki güç eşitsizliklerini ve bunun ilişkiyi nasıl etkileyebileceği üzerine düşünecek,
- \* Bir ilişkiyi güvenli ve güvensiz yapan özellikleri öğrenecek,
- \* İlişkileri daha güvenli hale getirebilecek somut öneriler üzerine düşünebilecek,
- \* Her ilişkinin biricik ve her bireyin ihtiyaçlarının birbirinden farklı olduğunu, birine güvenli gelen bir davranışın bir başkasına zarar verebileceğini fark edeceklerdir.

## İlişki Kartları (kartların ön yüzü)

Bir genç kadın, partnerinin okuldaki iki farklı kişiden ilgi gördüğünü fark eder. İkisini de partnerinden uzak durmaları konusunda ayrı ayrı uyarır.

Bir çift, cep telefonlarına şifre koymamak, birbirlerinin mesajlarını ve sosyal medya hesaplarını istedikleri zaman kontrol etmek üzere karşılıklı anlaşılır.

Partner 1, diğerini öpmek ister. Partner 2 istemediğini söyler fakat konuştuğundan sonra pes eder ve gerçekten istemese de partnerini öper.

İlişkide nerede, ne zaman, ne yapacaklarına genellikle Partner 1 karar verir. Partner 2 bununla ilgili problemi olmadığını, zaten karar vermekten hoşlanmadığını söyler.

Partner 1 diğerine akşam arkadaşlarıyla dışarı çıkacağını söyler. Partner 2 ona iyi eğlenceler diler.

Partnerlerden biri çatışma anında sinirlenerek sesini yükseltir. Bir süre sonra bunun farkına vararak sesini yükselttiği için partnerinden özür diler.

Partnerlerden biri diğerinin eski partnerini tüm sosyal medya hesaplarından silmesini ister. Diğerini silmek istemediğinde, çok sevdiği için onu kıskandığını söyleyerek silmesi konusunda ısrar eder.

Partnerlerden biri diğerinin kıyafetini dikkat çekici bularak değiştirmesini ister. Diğerini kıyafetini değiştirmek istemediğinde, sokadaki bakışlardan rahatsız olacağını söyleyerek değiştirmesi için ısrar eder.

Partnerlerden biri diğerinden kendi fotoğrafını çekip göndermesini ister. Diğerini fotoğraf göndermek istemediğini söylediğinde, onu çok özlediğini söyleyerek göndermesi için ısrar eder.

Partnerlerden biri sosyal ortamlarda diğerinin adına konuşmakta, yemekte ne sipariş edileceğine o karar vermektedir. Diğerini rahatsızlığını dile getirdiğinde sadece yardımcı olmak istediğini, çünkü onu çok önemseydiğini söyler, fakat davranışlarını değiştirmez.

Bir erkek, partnerini her sabah sınıfına bırakır, her teneffüs onunla buluşur ve her akşam sınıfından alıp onu eve bırakır.

Partnerlerden biri okulun basketbol takımındadır. Okul çıkışı antrenmanı olduğu bir gün antrenmana gitmeyerek partneriyle buluşmak ister. Partneri antrenmanı kaçırmasını istemediğini, ertesi gün buluşabileceklerini söyler.

Bir erkek, partnerinin telefonuna her zamankinden daha fazla mesaj geldiğini fark eder. Bunu ona söylediğinde partneri abarttığını ve hayal gördüğünü söyler. Lavaboya gittiğinde partnerinin telefonunu kontrol eder ve mesajlarını okur.



(kartların arka yüzü)



Soru 1: Bu ilişkiyi nasıl derecelendirirsiniz? Neden?

Soru 2: Nasıl daha güvenli bir ilişki olur?

#### Uygulama Akışı:

**Giriş:** Gençlerle selamlaşıp uygulamanın içeriği ve amacından bahsettiğiniz kısa bir giriş yaptıktan sonra, birlikte yürüteceğiniz bu çalışmada **güvenli ve güvensiz ilişkiler** üzerine konuşacağınızı söyleyin. (1 dakika)

**Güvenli Alan:** Güvenli alanı oluşturmak için gençlerle birlikte grup ilkelerinizi belirleyin. (4 dakika)

**Konuya Giriş:** Gençlerden ailelerini, arkadaşlarını, tanıdıklarını, ünlüleri, dizi/film karakterlerini düşünmelerini isteyin. Onlara 'güvenli ilişki' yaşayan kaç çift tanıdıklarını sorun. Ardından 'güvensiz ilişki' yaşayan kaç çift tanıdıklarını sorun. (Gençler **"Güvenli/güvensiz ilişki ne demek?"** diye sorabilirler. **"Sizce ne anlama geliyor olabilir?"** diye sorup birkaç cevap alın, biraz sonra hep birlikte tartışacağınızı söyleyin.) Paylaşımları dinledikten sonra; **"Bu çiftlerin ilişkilerini tartışmaya başlasak, hangisi güvenli hangisi güvensiz hemfikir olmakta zorlanırsınız. Çünkü hepimizin ilişki içindeki davranışlardan aldığı mesajlar ve bu mesajları algılayışı birbirinden farklıdır. Bu mesajlar, bir ilişkiyi güvenli ya da güvensiz görmemiz üzerinde etkiye sahiptir. Şimdi sizinle ilişkilerde yaşanabilen bazı durumları ve sizin bu durumları nasıl yorumladığınızı konuşacağımız bir çalışma yapacağız"** diyerek yönergeye geçin. (3 dakika)

**Yönerge 1:** Tahtaya aralarında geniş bir boşluk bırakarak **"Güvenli ilişki"** ve **"Güvensiz ilişki"** yazın. Gençlerden ikili gruplara ayrılmasını isteyin ya da grupları siz oluşturun. Her

gruba birer kart vereceğinizi, kartta duygusal ilişkilerde yaşanan bazı durumların yazılı olduğunu ve arkasında iki soru yer aldığını söyleyin. Kartta anlatılan durumu okuduktan sonra arkadaki sorulardan sadece ilkinin cevaplamalarını ve kartın arkasına kısaca yazmalarını isteyin. İlk soruyu cevapladıktan sonra tahtaya gelip kartı uygun gördükleri yere yapıştırmalarını isteyin. ‘Güvenli ilişki’ ve ‘Güvensiz ilişki’ yazılarının arasındaki boşluğa işaret ederek, kartta yazılı olan durum için tam olarak güvenli ya da güvensiz diyorlarsa, kartı arada kalan yere yapıştırabileceklerini söyleyin. (2 dakika) Her gruba birer kart dağıtın ve çalışmayı başlatın. (5 dakika)

**Bilgilendirme ve Değerlendirme:** Her ikilinin, kartını yapıştırdığından emin olduktan sonra, kartları bir uçtan diğerine tek tek okuyun. Gruptan tahtayı yorumlamalarını ve dikkat çeken detayları söylemelerini isteyin. Egzersiz bireysel fikirlere dayandığı için her uygulamada tahtada farklı bir tablo oluşacaktır. Yerini değiştirmek istedikleri kart olup olmadığını, varsa nedenini sorun. Daha sonra o kartı, alın ve arkada yazan cevabı okuyun. Cevabın fikirlerini etkileyip etkilemediğini sorun. Daha sonra kartı yerini değiştirmeden, aldığınız yere geri yapıştırın. Bu şekilde 5 kart okuyun, eğer grup hala motiveyse kartları okumaya devam edebilirsiniz. (Aradaki alana yapıştırılan kartlar daha çok tartışılacaktır, onlardan başlayabilirsiniz.) (6 dakika)

**Yönerge 2:** Gruba çalışmanın 2. aşamasına geçeceğinizi söyleyin ve bu ilişkilerden hangilerinde çiftlerden birinin diğeri üzerinde güç sahibi olduğunu düşündüklerini sorun. Yanıt gelmezse örnek olarak, partnerinin adına konuşan ve karar alan kişinin anlatıldığı kartı gösterip **“Sizce karar alan kişi diğeri üzerinde güç sahibi olabilir mi? Nasıl?”** diye sorun. (2 dakika) Kartın köşesine, o ilişkideki güç aralığına işaret etmek için G harfi çizin. Grup güç aralığı/farklılığı olabilecek başka kartları işaret ettikçe onların köşesine de G harfi koyun. (3 dakika)

**Bilgilendirme ve Değerlendirme:** İşaret edilen kartları ve ilişkideki güç uygulama potansiyellerini tartışın. Gençlere duygusal ilişkilerde gücün farklı şekillerde görülebileceğini aktarın. Yaş, cinsiyet, etnik köken, akademik başarı, fiziksel özellikler, ekonomik durum, sosyal statü gibi özelliklerin güç aralığı yaratabileceğini söyleyin ve ekleyin: **“Bazen kişiler bir güç olduğunun farkındadırlar ve bu gücün kötüye kullanımı yoktur. Ama bazen güç farklılığı güvensiz, hatta şiddet içeren bir ilişkiye dönüşebilir.”** İlişkide bir güç aralığı hissedildiğinde bunu konuşmanın önemini vurgulayın. (6 dakika)

**Yönerge 3:** Gruba çalışmanın son aşamasına geçeceğinizi söyleyin ve her ikiliden tahtadan kendi yapıştırdıklarından farklı bir kart alıp yerlerine oturmalarını isteyin. Aldıkları kartın yerini ve neden orada olduğunu beraber tartıştıktan sonra, kartın arkasındaki 2. soruyu yanıtlamalarını isteyin. Yanıtlarken somut adımlar, davranışlar önermelerini isteyin. (2 dakika) Her grup kartını alıp yerine geçtikten sonra çalışmayı başlatın. (5 dakika)

**Bilgilendirme ve Değerlendirme:** Her grup çalışmayı tamamladığında, ikililerden 2. soruya verdikleri cevapları büyük grupla paylaşımlarını isteyin. Paylaşım sırasında ortaya çıkan güvenli ilişkiye dair karakteristik özellikleri tahtadaki “Güvenli İlişki” yazısının altına sıralayın. Örneğin, “Birbirlerinin telefonlarını kontrol etmeyi bırakmalılar” dediklerinde tahtaya “güven/inanç/dürüstlük” yazıp parantez içinde ‘telefonlar’ yazabilirsiniz. Aynı özellik başka cevaplarda tekrar gelirse yanına “+” işareti koyun. Herkes tamamladığında gruba listeye baktıklarında ne düşündüklerini sorun. (Her çalışmada liste farklılık gösterecektir.) (6 dakika)

**Şu soruları sorabilirsiniz:**

- \* En çok “+” alan özellik sizi şaşırttı mı?
- \* Eklemek istediğiniz, söylenmemiş, ilişkiyi daha güvenli yapabilecek özellikler var mı?
- \* Sizce bir ilişkide bu özelliklerden hangisini/hangilerini oluşturmak diğerlerine göre daha zor, hangileri daha kolay?
- \* Güç/güç aralığı/güç farklılığı kavramlarıyla ilgili ne düşünüyorsunuz? Bu listede bu kavramların yansımaları görüyor musunuz?

### Temel Mesajlar:

- \* İlişkilerdeki güç aralığını sorgulamak önemlidir. Eğer kişiler arasında güç eşitsizliği varsa, ilişkinin şiddet içeren bir noktaya ulaşma riski daha yüksek olabilir.
- \* İlişkileri güvenli ve güvensiz hale getiren özellikleri bilmek kişinin yaşadığı ilişkiyi gözden geçirebilmesi ve değerlendirebilmesi açısından önemlidir.
- \* İlişkiler içinde sıkça rastlanan, ilişkinin doğal bir parçası sanılan, normalleştirilmiş, sorgulanmayan birçok davranış güvenli ilişkiler açısından risk taşımaktadır.
- \* Her ilişki biricik ve her bireyin ihtiyaçları birbirinden farklıdır. Birine güvenli gelen bir davranış, bir başkasına zarar verebilir.
- \* Açık iletişim, saygı, destek, eşitlik gibi özellikler ilişkiyi daha güvenli hale getirir.

### Toparlama ve Sonlandırma:

İlişkilerin birbirinden farklı olabildiğini, fakat tahtadaki bu listede görüldüğü gibi hepimizin hemfikir olduğu, ilişkiyi güvenli ve güvensiz yapan bazı özelliklerin olduğunu söyleyin. Güvenli ilişki yaşayan kişilerin; yaşadıkları ilişki içinde kendilerini iyi hissedeceklerini, zarar görmeyeceklerini; ilişkilerinin aile, okul, arkadaş gibi sosyal çevrelerine olumsuz etkisinin olmayacağını vurgulayarak çalışmayı sonlandırın. (5 dakika)

#### Kolaylaştırıcılar için ipuçları:

- \* Grup ilkelerini belirlerken kitabın “Güvenli Alan Oluşturma” bölümünden faydalanabilirsiniz. (Sayfa 81)
- \* Uygulama 3 aşamadan oluşmaktadır. Zaman kısıtlılığınız varsa ikinci ve üçüncü aşamaları kısaltabilir ya da son aşamayı yapmayabilirsiniz.

# KAYNAKÇA

Cinsel Şiddet Kavramlar Sözlüğü

<https://cinselsiddetlemucadele.org/wp-content/uploads/2020/02/KAVRAMLAR-SOZLUGU-2019-web-1.pdf>

Futures Without Violence

[www.futureswithoutviolence.org](http://www.futureswithoutviolence.org)

Genç Hayat Vakfı, Liseli Gençler ve Akran Zorbalığı: İstanbul Örneği, Araştırma Raporu, 2015

<https://genchayat.org/wp-content/uploads/2015/11/AkranZorbaligiRapor.09.10.15.pdf>

İstanbul Bilgi Üniversitesi İnsan Hakları Hukuku Çalışmaları, Pusula:

Gençlerle İnsan Hakları Eğitimi Kılavuzu, 2008

<https://insanhaklarimerkezi.bilgi.edu.tr/media/uploads/2015/08/13/pusula-istanbulbilgiuniversitesiyayinlari.pdf>

Love is Not Abuse, A Teen Dating Abuse Prevention Curriculum

<https://www.acesdv.org/wp-content/uploads/2014/06/Love-is-Not-Abuse-Teen-Dating-Violence-Prevention.pdf>

Love = Respect, A Guide to Teen Relationships For Adult Allies

Love is Respect, Empowering Youth to End Dating Abuse

<http://www.loveisrespect.org/>

## UYGULAMALAR

Advocates for Youth

<https://www.advocatesforyouth.org>

Dating Matters: Understanding Teen Dating Violence Prevention

<https://vetoviolence.cdc.gov/dating-matters>

Özgürlüğünden Yoksun Gençlerle Dayanışma Derneği, ÖTEKİLEŞTİR-ME Nefret Suçlarının Önlenmesi için Çocuklara ve Gençlere Yönelik İnsan Hakları Eğitimi El Kitabı

Şebeke Gençlerin Katılımı Projesi, Toplumsal Cinsiyet Konu(şma)ları Gençleri Etkileyen Toplumsal Cinsiyete Dayalı Şiddet Hakkında Bir Kılavuz

<https://stk.bilgi.edu.tr/media/uploads/2015/02/01/toplumsalcinsiyetkonusmalari.pdf>

## YARARLI KAYNAKLAR

Cinsel Şiddetle Mücadele Derneği, Gençler Arası İlişkilerde Flört Şiddeti, Eğitimciler için Bilgilendirici Broşür, 2017

<http://cinselsiddetlemucadele.org/wp-content/uploads/2017/07/flort-brosur-internet.pdf>

Cinsel Şiddetle Mücadele Derneği, Şiddet Bir Sınırı Aşmaktır: Gençlerin Toplumsal Cinsiyet ve Flört Şiddeti Algılarına Yönelik Araştırma Raporu, 2017

<http://cinselsiddetlemucadele.org/wp-content/uploads/2017/07/arastirma-raporu.pdf>

Kaos GL, LGBTİ+ Öğrencileri Aile ve Okul Kiskacına Karşı Nasıl Korumalı? Kılavuzu, 2021

<https://kaosgldernegi.org/images/library/lgbti-o-g-renciler-web.pdf>

Sosyoloji ve Eğitim Çalışmaları Uygulama ve Araştırma Merkezi (SEÇBİR), Engelliliğe ve Cinsiyete Dayalı Ayrımcılık, İlk ve Ortaöğretim Kurumları için Örnek Ders Uygulamaları, 2015  
<https://secbir.bilgi.org.tr/wp-content/uploads/2022/12/Engellilige-ve-Cinsiyete-Dayali-Ayrimcilik.pdf>

Şiddetsizlik Eğitim ve Araştırma Merkezi, Kolaylaştırıcılar İçin Şiddetsiz Yöntemler El Kitabı, 2017  
<http://siddetsizlikmerkezi.org/kolaylastiricilar-icin-siddetsiz-yontemler-el-kitabi/3050>

TODAP (Toplumsal Dayanışma için Psikologlar Derneği), Psikologlar için LGBTİ'lerle Çalışma Kılavuzu, 2017  
<https://drive.google.com/file/d/0B1GoQ3VaadJ9eldWRnNyRU9pSUU/view>

Uluslararası Af Örgütü, LGBTİ'lere Yönelik Ayrımcılıkla Mücadeleye Yönelik İnsan Hakları Eğitimi Programı, Eğitimci El Kitabı, 2015

BoMoVu, Goal@Home Goal Kızları İçin Bir Aktivite Kitabı  
<https://bomovu.org/goalhome-kitabi>

Özyeğin Üniversitesi ve Eleştirel Erkeklik İncelemeleri İnisiyatifi, Şiddetsiz Erkeklik Atölyeleri El Kitabı, 2021  
[https://siddetsizerkeklik.com/wp-content/uploads/2021/01/Siddetsiz\\_erkeklik\\_el\\_kitabi.pdf](https://siddetsizerkeklik.com/wp-content/uploads/2021/01/Siddetsiz_erkeklik_el_kitabi.pdf)

Kadir Has Üniversitesi ve Eleştirel Erkeklik İncelemeleri İnisiyatifi, Lise Çağındaki Genç Erkekler için e-Gen (Eşitlik Kuşağı) Modülü El Kitabı, 2023  
<https://siddetsizerkeklik.com/wp-content/uploads/2023/01/e-genSiddetsiz-Erkeklik-El-Kitabi.pdf>

## ÇEVİRİMİÇİ KAYNAKLAR

Eğitimpedia, Bağımsız Eğitim Platformu  
<http://www.egitimpedia.com/>

Eğitimde Reform Girişimi (ERG)  
<http://www.egitimreformugirisimi.org/>

Hayattayım, Cinsel İstismardan Hayatta Kaldım  
<http://hayattayim.org/>

Sosyoloji ve Eğitim Çalışmaları Uygulama ve Araştırma Merkezi (SEÇBİR)  
<https://secbir.bilgi.org.tr/>

Ergen Gelişimi - Türkiye Aile Sağlığı ve Planlaması Vakfı  
<https://ergengelisimi.org/>

Sanal Akran - Sağlıkta Genç Yaklaşımlar Derneği  
<https://bizimaramizda.org/>

tabukamu  
<https://www.tabukamu.com/>

40Tilki Kadın İnisiyatifi  
<https://40tilkiblog.wordpress.com/>



GENÇLERLE GÜVENLİ

İLİŞKİLER ÜZERİNE

ÇALIŞMAK GENÇLERLE

GÜVENLİ GENÇLERLE

ÜZERİNE ÇALIŞMAK

GENÇLERLE ÇALIŞMAK



Cinsel Şiddetle  
Mücadele Derneği



cinselsiddetlemucadele



cs\_mucadele



cinselsiddetlemucadelederneği



CinselŞiddetleMücadeleDerneği

[www.cinselsiddetlemucadele.org](http://www.cinselsiddetlemucadele.org) - [info@cinselsiddetlemucadele.org](mailto:info@cinselsiddetlemucadele.org)