

# DUR DİYELİM



## Şehit Yusuf Ulaş Anadolu İmam Hatip Lisesi E-Veli Bülteni

### İÇERİK

Bu Bültende Neler  
Anlatacağız?

Şiddet Nedir ?

### BU BÜLTENDE NELER ANLATACAĞIZ?

Değerli velimiz, bu bülten şiddete hep birlikte dur dememiz için hazırlandı. Anne baba olmak herkes için sonradan öğrenilen bir süreç. Herhangi bir okulu veya kursu yok. Hepimiz bir şekilde en iyi anne-baba olmak istiyoruz. Herkesin bambaşka yöntemleri var bu konu ile ilgili. Çoğumuz ise kendi anne babalarımızdan gördüğümüzü uyguluyoruz. Bazen kendi anne babamızdan gördüklerimizi, yanlış olduğunu bildiğimiz halde, kendi çocuğumuza uyguluyoruz. Nedeni ise bildiğimiz veya gördüğümüz başka bir anne baba modeli olmaması. Öğrendiğimiz anne baba modelini uygulamış oluyoruz aslında baktığımızda. Kendimize göre en doğru ebeveynliği yapıyoruz. Ve bunu kesinlikle çocuğumuzun iyiliğini düşünerek tamamen iyi niyetle yapıyoruz . Yanlış olduğunu bilsek de kendi anne babamızdan şiddet gördüysek çocuğumuza da aynısını uyguluyoruz. Bu maalesef çocuğumuzda geri dönülmez yaralar açmaya başlıyor. Ve bu kültür nesilden nesile aktarılmaya devam ediyor. Peki değiştirebilir miyiz? Kesinlikle. İşte bugün bu bültende bunları anlatacağız.



Şiddete DUR diyelim!

## ŞİDDET NEDİR ?

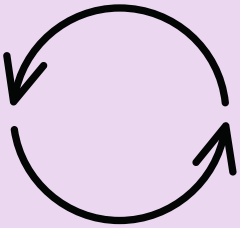
Şiddetin birçok türü vardır. Toplumda şiddet bazen sadece fiziksel algılansa da çocuğa sözel olarak veya psikolojik olarak da şiddet uygulanabilir. Bazen tamamen bilinçli bazen de farkında olmadan yapılır bu. Fiziksel şiddet hepimizin bildiği gibi çocuğa fiziki olarak uygulanan vurmak, aç bırakmak gibi şiddettir.

Sözel şiddet hareket etme, küfretme hatta sen onu yapamazsın, bunu da mı yapamadın gibi masum görünen ama aslında şiddeti içeren kavramları ifade eder.

Duygusal güç veya ihtiyaçlar, kontrol etmek, denetlemek, küçük düşürmek, aşağılamak, cezalandırmak amacıyla şiddet aracı olarak kullanılıyorsa “psikolojik şiddet” söz konusudur. Örnek verecek olursak bunu yaparsan artık seni sevmeyiz demek psikolojik şiddettir.

Ve bunların her biri çocuklarımızda çok ciddi yaralar açan, süreç içinde etkisini bambaşka şekillerde gösteren davranışlara neden olur. Fiziksel olarak geçse bile psikolojik olarak ve duygusal olarak çocuğumuzda ciddi tahribata neden olur. İşte tam bu sebeple şiddete dur demek hem ailelerin hem öğretmenlerin hatta tüm insanların sorumlu olduğu bir konudur. Unutmayalım ki şiddet öğrenilen bir olgudur.

## ÇOCUKTA ŞİDDET DAVRANIŞINI NEDEN OLABİLİR ?



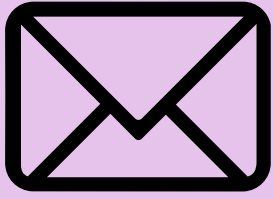
**Şiddet bir döngüdür.**

Daha önce söylediğimiz gibi şiddet çocuğun doğuştan getirdiği bir özelliği değildir. Çocukta şiddet davranışlarının olması çocuğun buna şahit olarak ve birebir kendisinin yaşayarak öğrendiği bir olgudur. Her şeyin ilk önce öğrenildiği yer ise ailedir. Çocuktaki şiddet davranışlarını önlenmesi için önce ailede şiddetin önlenmesi gerekmektedir.

Çocuğun şiddete eğilimli olmasında çok farklı senaryolar olabilir. Çocuğunun her istediğini koşulsuz olarak yerine getiren bir ailede yetişen çocuğun hayal kırıklığına toleransı çok düşük olabilir ve istediğini elde etmek için şiddet gösterebilir. Eğer tam bu noktada çocuk istediğini elde ederse bu davranışı tekrarlamaya devam edecektir ve şiddeti öğrenmiş olacaktır.

Veya çocuğun her konuşmak istediğinde aile tarafından susturulduğunu düşenelim. Susturmak için belki bu çocuk fiziksel veya sözel şiddete maruz kalacaktır. Başka bir ihtimal olarak da çocuk konuştuğu için , aile ile ilgili bir şeyi anlattı diyelim, çocuk dışlanıp yok sayılabilir. Yani psikolojik bir şiddet görmüş olur. Bu durumda çocuğun sosyal becerileri zayıf olacaktır. Bu da kendisini ifade etmesinin önünde bir engel olduğundan çocuk öğrendiği davranışı sergileyecektir. Yani konuşarak anlaşmak yerine şiddetle sorunu çözmek isteyecektir. Çünkü bu çocuk konuşmanın değil şiddetin sorun çözdüğünü öğrenmiştir.

Örnekleri çoğaltabiliriz. Fakat genel olarak bakacak olursak ailelerin sert ve tutarsız disiplin anlayışı, sorunu şiddetle çözmeleri, çocuğun kendisini ifade etmesine izin vermemeleri, ailede şiddet ve istismara çocuğun tanık olması, sevgi eksikliği, TV ve sosyal medyada şiddete özendirme çocuğun şiddet davranışı göstermesine neden olmaktadır.



## Şehit Yusuf Ulaş Anadolu İmam Lisesi Psikolojik Danışmanları Olarak Size Bir Mesajımız Var!

**1.Kızgın Olabilirsin!** Kızgınlık duygusu, saldırgan ve yıkıcı davranışlara sebep olabildiği için, genelde olumsuz bir şey olarak algılanmaktadır. Çocuğunuzla birlikte, bir şeyi kırmaktan ya da birisini incitmekten ya da yaralamaktan geçmeyen öfke çıkarma yöntemleri araştırın. Kızgınlık duygusunu normal bir duygu olarak kabul edebilen ve dile getirebilen çocuğun şiddet kullanma olasılığı azalır.

**2.Münakaşa Ederken Adil Ol!** Tüm arkadaşlıklarda ve ilişkilerde münakaşalar, kavgalar ve anlaşmazlıklar olur. Ancak, münakaşa edenlerin birisinin incinmemesi için bu durumlarda adil davranılmalıdır. Çocuğunuzun münakaşa ederken de kurallara uymasını teşvik edin, sorunlarını münakaşa ettiği kişiyle şiddetsiz bir şekilde çözmesini destekleyin. Örneğin, çocuğunuz karşı tarafın sözünü kesmemeyi öğrensin.

**3.Şiddete Hayır!** Şiddetin hiçbir türü savunulamaz. Aksine, şiddetin her türü sorun çözmek yerine başkasının incinmesine ve asıl sorunun göz ardı edilmesine yol açar. Başkalarının incinmesinin tek sorumlusu, şiddet kullanan kişidir. Bu ilkelere dayanan bir yetiştirme tarzında ve eğitimde şiddet kullanılmaz. Siz, bu konuda örnek olmalısınız. Çocuğunuzun şiddet kullandığını gördüğünüzde hemen müdahale edin ve birlikte çözüm arayın.

**4.Ebeveynlerin Arasındaki Şiddet Çocuklara Zarar Verir!** Şiddetin olduğu bir ortamda yetişmek, her çocuğa zarar verir. İlişkinizde şiddet belirtileri görünmeye başlıyorsa ya da çevrenizde aile içi şiddetten haberdar oluyorsanız hemen yardım alıp gereken yerlere danışın. Sizin kadar çocuğunuzun da aile içi şiddet hakkında yaşına uygun biçimde aydınlatılması ve nereden yardım temin edebileceğini öğrenmesi önemlidir.

**5.Çocuklar, Yetişkinler Arası Şiddetten Asla Sorumlu Tutulamaz!** Yetişkin erkeğin çocuğa sinirlenmesi, eşine veya çocuğa şiddet uygulamasına bahane olamaz. Edinilen tecrübelerle göre, çocuklar kendini yetişkinler arası şiddet için suçlu ve sorumlu hissederler. Bu konuda hassas olup, çocuğa doğru sinyaller vermek, üstlerinden bu suçluluk duygularının yükünü kaldırmak çok önemlidir.

**6.Kötü Sırları Anlat!** Aile içi şiddet, gizli-saklı tutulması gereken bir aile sırrı, bu sırrı ele vermek ise ihanet olarak görülmeye devam ediyor. Çocukların sırtına ikinci bir yük daha binmiş oluyor yani. Oysa çocuklar için sıkıntılarını paylaşabileceklerini öğrenmek çok önemlidir.

**7.Çocuklar Yardım ve Destek Alma Hakkına Sahiptirler!** Aile içi şiddete tanıklık etmek, çocukların psikolojik istismara maruz kaldığı anlamına gelir; bu da çocuk menfaati açısından yapısal bir sorun olarak algılanmalıdır. Buna maruz kalan çocukların yardım ve destek almaya ve şiddetin bir son bulmasına hakkı vardır. (Kaynak: [https://ebuhanifeiho.meb.k12.tr/meb\\_iys\\_dosyalar/34/15/758601/dosyalar/2020\\_05/15160040\\_Yiddeti\\_Onleme.pdf](https://ebuhanifeiho.meb.k12.tr/meb_iys_dosyalar/34/15/758601/dosyalar/2020_05/15160040_Yiddeti_Onleme.pdf))