

Ebeveynler Flört Şiddeti Hakkında Neler / Neden Bilmeli?

Bu çalışma Psikolog, Kapsamlı Cinsellik Eğitmeni Nurgül Öztürk ile 28.09.2021 tarihinde UNFPA Türkiye ve TAPV işbirliği ile düzenlenen Ergen Gelişimi Sohbetleri toplantısından derlenmiştir.

Cinsel istismar ve şiddet olgularının toplumda gündemleşmesi, ağırlıkla vakalar ortaya çıktıktan sonra gerçekleşir. Oysa, şiddet ortaya çıkmadan alınabilecek pek çok önlem ve geliştirilebilecek program/uygulama vardır. Bu uygulamalar büyük bir popülasyonu içerebileceği gibi belli bir gruba yönelik de planlanabilir. Koruma ve önleme, politika ve sistem işidir. Bu hizmetler için finansal kaynak yaratmak; bu hizmetleri uygulamak, denetlemek ve raporlamak; politika ve program geliştiren, karar alıcı pozisyonlarda bulunanların yükümlülüğündedir. Kapsamlı ve kapsayıcı bir koruyucu-önleyici uygulama; ihtiyaç ve risk analizi, kültürel yapı, sorun tespiti, çevresel ve kurumsal kaynakların belirlenmesi, disiplinler arası yaklaşım ve kurumlar arası iş birliği gibi unsurlar dikkate alınarak gerçekleştirilebilir. Bununla birlikte, cinsel şiddetle etkin mücadele için tüm meslek uzmanları koruyucu-önleyici yaklaşımı benimsemeli ve içselleştirmelidir.

Gençler bazen maruz kaldıkları şiddeti ve istismarı fark edemeyebilir veya fark etmekte zorlanabilirler. Bunun sebepleri;

- Bilgisizlik: Şiddet ve güvenli ilişkilere dair yeterince bilgi sahibi olmayan gençler, şiddet davranışının ve istismarın farkında olmayabilirler.
- Deneyimsizlik ya da Yetersiz Deneyim: Gençlerde ilişki deneyimi daha az olduğu için, kıyaslama ve karşılaştırma yapma olanakları olmayabiliyor. Bu nedenle de içinde bulunduğu ilişki deneyimindeki şiddeti fark edemeyebilirler.
- Duygusal İlişkilere Yüklenen Büyük Anlamlar: Ergenlik döneminde, ilişkilerin bir kimlik göstergesi olarak kabul görmesi ve akranlar arasında küçük zorbalıklara neden olması sonucu yaşanmaktadır. Gençler ilişkiyi kaybetmektense, zarar görse dahi ilişki içinde kalmayı seçebilirler.
- Aşk Kıskançlıkla Karıştırmak: Kıskançlık, zarar verici ve flört şiddeti olarak değerlendirilebilecek birçok davranış; aşk ya da sevgi göstergesi olarak algılanabilir.
- Flört Şiddetini Normalleştiren Medya Dili: Anaakım medyadaki diziler, filmler vb. düşünüldüğünde daha çok şiddeti normalleştirici bir dil kullanmaktadır. Bu da gençlerin fark etmesini zorlaştıran etkenlerden birisi olmaktadır.
- Arkadaş İlişkilerinde Olumsuz Gelişmeler ve Yalnızlaşma: Sosyalleşme ve kendi arkadaş grubundan uzaklaşma, yalnızlaşma; beraberinde duygusallık ve yakın ilişkide kendini bulma gibi bir durum yaratabilir. Buradaki yalnızlaşmayla birlikte gençler zorlayıcı, şiddet içeren bir ilişki içinde olsa bile orada kalmaya devam edebilirler.
- Manipülasyon ve Kendini Suçlama: Mağdur suçlayıcılık da denilen bu durum, genel olarak şiddet ilişkilerinde şiddetin sebebi olarak daha çok maruz bırakılan kişinin suçlu gösterilmesi durumudur.

Ebeveynlerle flört ilişkisi, güvenli ilişki üzerine konuşulduğunda genellikle verdikleri karşılıklar:

“O kadar ciddi bir sorun değil”

“Çocuğum bana mutlaka anlatırdı”

“Benim çocuğumun başına gelmez”

“Şiddet sadece ‘bazı’ aile yapısına sahip evlerdeki gençlerin sorunudur”

“Dersleri daha önemli, bu konular teferruat”

“Bizim zamanımızda flört mü vardı?!”

“Bu konularda konuşmak ilişkimizi bozar” şeklinde olabiliyor. Bakıldığı zaman bunların çoğunun aslında bahane olduğunu söyleyebiliriz. Çünkü aslında; ya bu konuyu çocuğuyla nasıl konuşacağını bilmemesinden kaynaklı ya da flört veya cinselliğe dair kendi dirençleriyle, değerleriyle ilgili olabiliyor.

Gençlerin flört ilişkisi, güvenli ilişki üzerine konuşulduğunda verdikleri karşılıklar:

“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 faaliyetler 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” şeklinde olmaktadır. Çünkü, gençlerin hayatında bu konu oldukça önemli. Akademik ve bilişsel gelişim kadar hatta belki daha fazla ihtiyaç duydukları bir destek.

Gençlerin flört şiddeti algıları:

- Her 4 gençten 3'ü şiddet gören bir kişinin ilişkiyi 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 ilişkinin iyi gitmesi için bazen istenmeyen davranışlara da 'evet' denilebileceğini
- Her 5 gençten 2'si sözel şiddetin fiziksel şiddet kadar zarar verici olmadığını
- Her 5 gençten 2'si kıskançlığın sevgi göstergesi olduğunu düşünüyor.

Gençlerin flört içi şiddet davranışları:

- %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

ŞİDDET OLMADIĞINI 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 (Gençlerle Güvenli İlişkiler Üzerine Çalışmak).

Flört şiddetini konuşurken etrafında dolaşabileceğimiz, konuya dokunan ve üzerine düşünmemiz gereken bazı kavramlar bulunmakta. Bunlar;

Cinsiyet: Bu konuya cinsiyet kimliği ve cinsel yönelim olarak da yaklaşabiliriz. Flört konusu evde, aile içinde konuşulurken ergenin cinsiyeti, cinsiyet kimliği, cinsel yönelimi; konunun konuşma şeklini etkiliyor mu, bariyer oluşturuyor mu ya da bir değişken oluyor mu diye bakabiliriz. Güvenli ilişki yaşamak herkesin hakkı ise; bu hakkı eşit derecede konuşabiliyor muyuz, her gence bu hakkı cinsiyetten bağımsız olarak tanıyor muyuz, konusu üzerine düşünebiliriz. İkili cinsiyet sistemi üzerinden cinsiyet rollerini ele aldığımızda özellikle kız çocuklarının flört konusunda konuşması çok meşru görülmezken; toplumsal cinsiyet rollerinden kaynaklı oğlanlar söz konusu olduğunda aile içinde daha rahat konuşulabildiğini görüyoruz. Bu yaklaşımla, örneğin flört içinde şiddet gören bir kız çocuğu olduğunda daha flört ilişkisini konuşması, dile getirmesi meşru değilken ve konuşamıyorken; bunu konuşması daha büyük bir bariyer haline geliyor.

Katılım –Koruma - Hak: Aileler flört ilişkisine daha korumacı bir yaklaşım ile “Flört ilişkisinin kendisi ne kadar güvenli olabilir gençler için”, “Onları korumamız da gerekiyor” şekillerinde yaklaşabiliyorlar. Burada, ailelerin korumacı tavrı ile ergenlerin yaşayacağı ilişkilerin aslında bir hak ve ergen gelişiminin

bir parçası olduğu kısmını bir arada nasıl düşünebiliriz, diye bakmamız gerekiyor. Ergenler ilişkilerini nasıl güvenli yaşarlar ve biz onlara nasıl destek olabiliriz noktası bizim için önemli olan.

Kişisel Değerler: Kendi kişisel değerlerini oluşturma döneminde olan bir ergenin ailevi değerler ile nasıl bir arada olabileceği kısmı önemli burada. Bu değerlerin ayrıştığı bir süreç burası aynı zamanda. Bu noktada hem uzmanlar hem de ebeveynler olarak; kendi kişisel değerlerimizden mesafelenerek, ergenin kişisel değerlerine ne kadar açık olabiliriz, kısmını düşünmemiz gerekiyor.

Kişisel Sınırlar – Sınır İhlali - Onay: Kendi yaşantımızda bu olguya, onay kavramına, sınır ihlallerine nasıl bakıyoruz? Öğrencilerimizle, ergenlerle ya da çocuklarla ilişkilendirirken bu kişisel sınırları ihlal edip etmediğimizin ne kadar farkındayız? Bu noktaları konuşmak ve üzerine düşünmek gerekiyor.

Fiziksel – Cinsel – Duygusal Flört: Flört denilince genellikle cinsel çağrışımla düşünüyoruz. Ama fiziksel, duygusal gibi birçok bileşenli olduğunu aklımızda tutarak; gençlerle çalışırken ve konuşurken bu bütünlüklü bakış açısıyla yaklaşmamız önemli.

Flört şiddeti; duygusal, romantik ve cinsel bir beraberlik içerisinde ya da bu beraberlik bittikten sonra partnerlerden birinin diğeri veya birbirleri üzerinde güç ve kontrol kazanmaya çalıştığı zarar verici davranış biçimlerini ifade ediyor. Bu, özellikle son 2-3 senedir kullanmaya başladığımız, İngilizcede 'datingviolence' diye kullanılan bir kavramın Türkçeleştirilmiş hali. Fakat gündelik hayatta isterseniz, farklı tanımlardan herhangi birini de kullanabilirsiniz. Flört şiddetinin, farklı ifade şekilleri;

- Flört içi şiddet
- İlişki içi kötüye kullanma
- Yakın partner şiddeti
- Sevgili şiddeti
- İlişki içi şiddet
- İlişkisel şiddet
- Romantik partner şiddeti

Flört şiddetine en çok kimler maruz bırakılır diye baktığımızda görüyoruz ki; cinsiyet, yaş, sosyo-ekonomik durum, eğitim durumu, cinsiyet kimliği ve cinsel yönelimden bağımsız olarak herkes flört şiddetinin maruz bırakılanı ya da faili olabilir.

Şiddet Döngüsü: 1979'da Amerikalı akademisyen araştırmacı Lenore E. Walker tarafından ortaya atılmıştır. Günümüzde hem feminist literatürde hem de pratik gündelik yaşantı içinde, şiddeti fark etmeye yönelik çok sık kullanılan bir şemadır. Şiddet belirli bir döngü halinde devam ettiğinde ve bu döngü tekrarlandığında, zamanla normalleşmeye başlayabiliyor. Çünkü ilişkinin seyri bu olmaya başlıyor; kişi orada yaşadığı şeyin bir şiddet olduğunu ya da bir şiddet döngüsü içinde takılı kaldığını fark edemeyebiliyor. Üzerine düşünüldüğünde, bu döngü; tekrarlayan davranışları ya da paternleri görmek, biraz daha dışarıdan bakmak ve içinde bulunulan koşulları sorgulamaya yardımcı olmak gibi noktalarda katkı sunabilir. Şiddet döngüsünün 4 aşaması bulunmaktadır.

1. Gerilimin Yükselmesi: İletişimde kesinti, korku ve kaygı artışı
2. Şiddet Davranışı: Hakaret, tehdit, sözel / duygusal / fiziksel / cinsel / ekonomik şiddet

3. Barışma: Özür, şiddeti gerekçelendirme, değişim vaadi, hediyeler
4. Sakinlik: Yaşananları yok sayma, şiddetsiz iletişim

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 şiddet daha kolay fark edilebilen bir özelliğe sahipken; duygusal şiddeti fark etmek ve tanımlamak zordur. Bu nedenle uzun vadede daha zarar verici olabilir.

- Aşağılama / Suçlu Hissettirme: İsim takmak, eleştirmek, başkalarının yanında küçük düşürmek, hakaret ve küfür etmek, özgüven ve benlik değerini zedeleyecek söz/davranış/imalarda bulunmak, değersiz ve yetersiz hissettirmek, manipüle ederek kendinden şüpheye düşürmek, şiddetin sebebi olarak suçlu hissettirmek, kıyaslamak.
- Yalnızlaştırma / Mahrum Bırakma: Kiminle görüştüğünü, nerede olduğunu, ne yaptığını kontrol etmek; sınırlandırmak, arkadaşlarıyla görüşmesini engellemek, kısıtlayıcı davranışlara sebep olarak sevgisini ve kıskançlığını öne sürmek, giyim ve davranışlarına müdahale etmek.
- Tehdit / Korkutma: Hareketleri ve tavırlarıyla korkutmak, bağırarak, kendine ya da sevdiği insanlara/hayvanlara/eşyalara zarar vermekle tehdit etmek, duvarlara/masalara vurmak, kendine zarar vermek veya intihar etmekle tehdit etmek, hızlı ve kontrolsüz araba kullanma gibi hayatını tehlikeye atan davranışlar sergilemek, yasal olmayan eylemlere zorlamak, sırlarını ele vermekle tehdit etmek.

İnsanlar Şiddet İçeren İlişkileri Neden Terk Etmezler?

Korku: Genellikle tehditle ortaya çıkar. Bir sırrı açıklama, aileye veya bir yetişkine söyleme şekillerinde, ilişki içinde kalması için baskı unsuruna dönüşebilir. Ayrıca yalnız kalma ve daha fazla şiddet görme düşüncesi de içerebilir.

Aşk ve değişime olan inanç: Aşık oldukları için; sadece şiddet bitsin, karşısındaki kişi değişsin ve ilişki devam etsin isteyebilirler.

Aile veya arkadaş desteğinin olmaması: Aile veya arkadaş çevresinden birisinin anlamaması, yargılaması, desteğini sunmaması kişilerin şiddet gördüğü ilişki içinde kalmaya devam etmesine sebep olabilir.

Kendini Suçlama: “Benim yüzümden, ben bir şeyleri yanlış yaptığım için oluyor” gibi hissettirerek; kişinin özdeğerini, özsaygısını sarsmasına neden olabilir.

Farkında olmamak: Deneyimsizlik ya da yetersiz deneyimden kaynaklı, karşılaştırma yapma olanağı olmadığı için ya da aşık olduğu, çok sevdiği için karşı tarafın davranışlarının şiddet olduğunun farkında olmayabilirler.

Bir ergenin ilişki içinde şiddet gördüğünü nasıl fark edebiliriz?

Bunun için ‘Uyarı İşaretleri’ diyebileceğimiz bazı maddelere bakacağız. Ergenlerde, gözlemlediğimiz ve dikkatimizi çeken bu maddelerin birkaçı olabilir. Ancak her zaman şiddet göstergesi olmayabilir bu

işaretler. Ama eğer bunları görüyorsa “Acaba zarar gören bir ilişki içinde mi” diye düşünebiliriz. Dikkat edebileceğimiz Uyarı İşaretleri:

- 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

Uzmanlar ve ebeveynler olarak daha yetişkin odaklı bir dünyadan baktığımızda, davranışlarımız ve sözlerimiz gençler için endişeye dönüşebiliyor. Bu nedenle; nasıl daha az yargılayıcı olabiliriz, ilişki ve iletişimimizde bu endişeleri nasıl azaltabiliriz gibi konularda çalışmamız önemli. Bunun için kendimize şu soruları sorabiliriz;

- Gençler arası ilişkilerin olgun olmadığını mı düşünüyorum?
- Kendi cinsiyetçiliğimle ya da uyguladığım şiddet davranışları ile yüzleşmekten kaçınıyor muyum?
- Gençlerin ilişkilerini değersiz mi görüyorum, bunun geçici bir dönem olduğunu mu düşünüyorum?
- Gençlerin kimi durumlarda şiddeti hak ettiğini düşünüyorum muyum?
- İlişkilere dair kişisel değerlerimi, yargılarımı ve beklentilerimi gençlere yansıtıyor muyum?
- Gençlerin yaşantılarını başka ortamlarda magazin malzemesi haline getiriyor muyum?
- Onlara sık sık “Büyüdüğünüzde anlayacaksınız” diyor ya da demek istiyor muyum?
- Gençlere cinsiyetleri ya da cinsel yönelimlerine bağlı olarak ayrımcı mesajlar verdiğim oluyor mu?
- Ne yapmaları gerektiği ya da nerede yanlış yaptıkları konusunda onlara öğüt veriyor muyum?
- Ayrılmaları için onları zorluyor ya da ayrılmadıkları için cezalandırıyor muyum?
- Onların sorunlarını bensez çözemeyeceğini düşünerek ‘kurtarıcı’ rolüne bürünüyorum muyum?
- İlişkileri ile ilgili süreçlerde onlar adına karar veriyor muyum?

Ebeveynlerin diyalog başlatması ve gencin, onunla konuşabileceğini bilmesini sağlaması oldukça önemli bir konu. Gençler çekinebilirler, kendileri gelip konuyla ilgili konuşamayabilirler. Böyle

durumlarda ebeveynlerin fırsatları değerlendirmesi, diyalog kurması ve ufak ufak bunun evde konuşulabilir bir olgu olduğuna dair kapıyı açması gerekir. Ebeveynlere, konuşmasını öneriyoruz ama bu her zaman çok da kolay olmayabiliyor. Bunun için kullanabileceğiniz bazı destekleyeceği cümle örnekleri bulunmaktadır;

- Yaşadıklarını önemsiyorum. Seni seviyorum ve sana destek olmak istiyorum.
- Eğer ilişki içinde korku hissediyorsan, yaşadığın ilişki güvensiz olabilir. Bir başkasına huzursuz ve güvensiz hissettirmenin fiziksel şiddet dışında farklı türleri de vardır; örneğin tehdit altında ya da suçlu hissettirmek, üzerinde baskı kurmak gibi... İçindeki sesi takip edebilirsin.
- Şiddet senin hatan değil. Sen yanlış bir şey yapmadın. Partnerin sana suçlu hissettirmeye çalışsa da kendini suçlama. Partnerinin sana böyle davranması doğru değil.
- Şiddet davranışları uygulayan kişinin değişmesi gerekiyor, senin değil. Onu değiştirmek senin sorumluluğun değil.
- Bu konuşulması önemli bir konu. Eğer benimle konuşmak istemiyorsan; güvendiğin, paylaşabileceğini düşündüğün bir başkasıyla konuşabilirsin. Okuldaki rehber öğretmeninden ya da bir başka uzmandan yardım isteyebilirsin.
- Yalnız değilsin. Sen değerli ve önemlisin.

Yaşı kaç olursa olsun, bebeklik döneminden yetişkinlik dönemine dek çocukların cinsel gelişimini daha kapsayıcı ve olumlu yönde desteklemeleri için ebeveynlerin içselleştirmeleri gereken değer ve yaklaşımlar şöyle sıralanabilir:

- Çocukların kendi bedenleri üzerindeki söz haklarını tanımak
- Çocukların bedenlerinin kendilerine ait, özel ve değerli olduğunu kabul etmek
- Cinsiyet, cinsel yönelim, cinsiyet kimliği ve ifadeleri hakkında çeşitliliği ve saygıyı temel ilke olarak benimsemek
- Cinselliği yaşamın olağan bir parçası olarak gören seks pozitif bakış açısına sahip olmak
- Cinselliği “ayıp”, “günah”, “hiç yakışmıyor” gibi kelimeler kullanarak utanç ve suçluluk duyguları ile ilişkilendirmemek
- Cinsel organlar ve cinsiyeti; övünç ya da utanç aracı olarak kullanmamak
- Bilgi sahibi olunmayan konularda “bilmiyorum ama araştıracağım” diyebilmek
- Açık iletişim kurmak ve hiçbir kelimeyi tabu haline getirmemek
- Çocuklara karşı dürüst olmak
- Soru sorulmasını beklemeden diyalog kurmak, fırsat anlarını sohbet aracı olarak kullanmak
- Farklı aile modelleri olabileceğini akılda tutmak ve örneklerde kapsayıcı olmak
- Cinsel sağlığın ve ebeveynlik deneyiminin, yaşam boyu devam eden serüvenler olduğunu kabul etmek ve kendini sürekli geliştirmeye açık olmak