



DİPNOT



SAYI 1

ŞUBAT 2020

Besni RAM
Rehberlik Hizmetleri
Bölüm Başkanlığı

AYIN KONUSU:

ŞİDDET

ŞİDDET NEDİR?

**ŞİDDET ÇEŞİTLERİ
NELERDİR?**

ÖFKE NEDİR?

**ÖFKE İLE BAŞA ÇIKMA YOL-
LARI NELERDİR?**

**AİLE İÇİ ŞİDDETİN KADIN VE
ÇOCUKLAR ÜZERİNDEKİ
ETKİLERİ NELERDİR?**

**OKULLARDA ŞİDDET VE
ZORBALIK**



ŞİDDET NEDİR?

ŞİDDET ÇEŞİTLERİ NELERDİR?



İnsanlık tarihiyle birlikte ortaya çıkmış olan şiddet olgusu, birçok bireysel ve toplumsal öge ile birlikte karmaşık bir yapı ortaya koymaktadır. Bu nedenle şiddet olgusunu tanımlamak ve ortaya çıkarmak da kolay olmamaktadır. Şiddet, zamana ve topluma göre değişen bir kavramdır. Şiddetin temelinde yer alan saldırganlık dürtüsü bireyin toplumsallaşma süreci içinde öğrenilebilmektedir. Kitle iletişim araçları da bu öğrenmeye hızlandırıcı etki yapmaktadır. Sağlıklı bir toplum hiçbir şiddet olayının yaşanmadığı, çatışmaların olmadığı bir toplum olmaktan çok, ortaya çıkan sorunların çözülebilmesi alışkanlığının yerleşmiş olması ile ortaya çıkar.

Toplumların gelişmişlik düzeyi ile birlikte azalması beklenen şiddetin, geçmişten günümüze devam ettiği gözlenmektedir. Bu var oluş, günümüzde hem geçmişte yaşandığı şekliyle ilkel biçimde, hem de teknolojinin kullanımıyla farklı şekillerde yaşanmaktadır.

Şiddet insan haklarına yönelik ciddi bir tehdit oluşturmaktadır.

Şiddet insan haklarına yönelik ciddi bir tehdit oluşturmaktadır.



Şiddet dar anlamıyla, kişilere ve nesnelere yönelik düşmanlık ve öfke duygusunun, yoğun ve yıkıcı bir şekilde ortaya çıkmasıdır. Kapsamlı şiddet tanımı ise **Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ)** tarafından yapılmıştır.

DSÖ (2002) şiddeti "bireyin kendisine, başkasına, belirli bir topluluk veya gruba yönelik yaralama, ölüm, fiziksel zarar, bazı gelişim bozuklukları veya yoksunluk ile sonuçlanabilen, tehdit ya da fiziksel zor kullanma" olarak tanımlamıştır. Arap-

ça'da "*katlanılması güç olan şey*" anlamına gelirken Türk Dil Kurumunda ise şiddet "*bir hareketin, bir gücün derecesi, sertliği*" şeklinde belirtilerek daha genel bir cümle ile tanımlanmıştır.

Hukukçular şiddet eylemleri için "İnsanın, benzerlerine karşı giriştiği, onlarda önemli ya da önemsiz hasarlar veya yaralar oluşturan, saldırganlık ve hoyratlık ifade eden hareketlerdir" açıklamasında bulunmaktadırlar. Bu tanım; şid-

det ile kalıcı bedensel hasar yaratan güç kullanımı arasındaki bağı vurgulamaktadır. Şiddette güç kullanımı yanı sıra saldırganlığı yansıtan tüm söz, yaklaşım, tutum ve hareketler, bedensel ya da ruhsal etkilenmeler önemlidir. Bu bağlamda, şiddet insan haklarına yönelik ciddi bir tehdit oluşturmaktadır. Şiddet 21. yüzyılın gelişmiş ve gelişmekte olan ülkelerinde, insanların toplumsal sorunlarından biri olarak varlığını sürdürmektedir.



Şiddet oluşumunda birçok nedenin etkili olmasından dolayı, şiddet biyo-psiko-sosyal bütünlük içinde ele alınmalıdır.

Biyolojik nedenleri arasında genetik, hormonlar, bilişsel değişikliklere neden olan fiziksel ve ruhsal hastalıklar sayılmaktadır.

Psikolojik nedenler arasında ise, şiddetin getirdiği kazanç, anne baba tutumları, engellenme, tahrik edilme, güç ve kontrol sağlama, bağımlı/muhtaç olma, iletişim ve çatışma

çözme becerilerinin öğrenilmemesinin yer aldığı kabul edilmektedir.

Sosyal nedenler olarak da, toplumda şiddetin hoş görülmesi, sorun çözme yöntemi olarak görülmesi, aile eğitiminin yetersizliği, medyanın etkisi, cinsiyet rolleri, yaşam sıkıntıları, göçler ve küreselleşme sayılabilir.

Tıbbi sorunlar da şiddet davranışının ortaya çıkmasında rol oynayabilmektedir. Hamilelik süresince annenin yetersiz beslenmesinin yanı sıra sigara, alkol, kokain gibi birtakım zararlı maddeler tüketmesi doğacak olan bebeğin davranış sorunları ile ilişkilendirilebilmektedir. Doğum esnasında

bebeğin oksijensiz kalması sonucunda gelişen birtakım komplikasyonlar da bebeği olumsuz yönde etkilemektedir. Brennan ve arkadaşlarının yürütmüş olduğu bir çalışmada anneleri suça karışmış ve hamileliğinde sigara içen 2.127 erkek çocukta, agresif ve antisosyal davranışların belirgin olarak daha fazla bulunduğu gösterilmiştir (Yalçın ve Erdoğan, 2013:388). Kültürün de şiddet üzerindeki etkisi yadsınamaz bir gerçektir. Erkeklik özelliklerinin olduğundan daha fazla abartılması ve yüceltilmesi kadının hor görülmesi ve çocuk ile kadını dövmenin, erkeğe hak olarak sunulma olağanlığı şiddeti tetiklemekte ve normalleştirmektedir.

Şiddet oluşumunda birçok nedenin etkili olmasından dolayı, şiddet biyo-psiko-sosyal bütünlük içinde ele alınmalıdır.

ŞİDDET TÜRLERİ: Şiddet farklı biçimlerde sınıflanamaktadır. Şiddet olgusu çok yönlü bir olgudur. Bu nedenle değişik açılardan ele alınabilir. Örneğin psikolojik yönüyle, ahlaksal yönüyle, siyasal yönüyle ele alınabilir (KELEŞ-ÜNSAL 1996:91). Ekonomik ve hukuksal yönleriyle de incelenebilir. Tek bir neden şiddeti doğurmaz. Şiddet toplumsal bir so-

rundur ve çevreden kaynaklanmaktadır. Şiddetin tek bir nedene indirgenerek algılanması, bilimsel gerçeklerle bağdaşmaz (TEZCAN 1997:107).Ama şiddeti genel olarak ele alırsak;

FİZİKSEL ŞİDDET: Tokat atmak, iteklemek, tekmelemek, bir şey fırlatmak, yumrukla veya bir nesneyle vurmak, silah veya

bunun gibi bir nesneyle zarar vermek ya da tehdit etmek, sağlık hizmetlerinden yararlanmasına engel olmak gibi kişinin bedene zarar verecek her türlü davranıştır.



Şiddet toplumsal bir sorundur ve çevreden kaynaklanmaktadır.

SÖZLÜ-DUYGUSAL-PSİKOLOJİK ŞİD-

DET: Şiddet hakaret etmek, aşağılayıcı söz söylemek, küçük düşürmek, aşırı kıskançlık yapmak, tehdit etmek, kişiye kendisini yetersiz hissettirecek söz veya davranışta bulunmak, küfretmek, kişinin kendisini ifade etmesine engel olmak, kişinin hareket özgürlüğünü kısıtlamak, kişinin aile üyeleri ve arkadaşlarıyla görüşmesini engellemek, kişinin istediği gibi giyinme özgürlüğüne engel olmak gibi fiziksel bir baskı olmaksızın uygulanan ve ruh sağlığını etkileyen her türlü söz ve davranıştır.

EKONOMİK ŞİDDET: Çalışmaya veya çalışmamaya zorlamak, kişinin gelirini kontrol altına almak, kişinin parasına veya banka kartlarına el koymak, kişiyi borçlanmaya zorlamak, kişiye hiç para vermemek veya çok az miktarda para vermek, kişinin çalışmasını zorlaştıracak hareketlerde bulunmak, kişiyle ailenin gelir ve giderleri hakkındaki bilgileri paylaşmamak gibi ekonomik baskı içeren her türlü tutum ve davranıştır.

CİNSEL ŞİDDET: Kişiyi istemediği yerde, şekilde veya zamanda cinsel ilişkiye zorlamak, kişiye cinsel içerikli sözler söylemek veya kişiyi cinsel içerikli sözler söylemeye zorlamak, kadını çocuk doğurmaya veya doğurmamaya zorlamak, fuhuşa zorlamak, cinsel organlara zarar vermek, kişiyi cinsel yönden aşağılamak gibi davranışlarla kişinin cinselliğini kontrol altında tutup baskı uygulayan her türlü davranıştır.

SİBER ŞİDDET: Teknolojiyle beraber şiddet unsurunun yeni bir uzantısı olarak da dijital şiddet kavramı ortaya çıkmıştır. Kullanıcıla-

rın teknolojiyi sorunlu kullanmasından kaynaklı yeni bir şiddet alanı diyebiliriz. Sosyal medya araçları aracılığıyla psikolojik, cinsel hatta ekonomik zarar vermeyi amaçlayan saldırılardır. Tanımadığımız insan tarafından dijital şiddete maruz kalabileceğimiz gibi tanıdığımız insanlar tarafından da maruz kalabiliriz. Bu şiddet türünde kişinin dijital ortamda sürekli olarak rahatsız edilmesi ve rahatsız edici bir şekilde takip edilmesi söz konusudur. Kişinin istenmeyen kişilerden istenmeyen e-postalar alması, bilgisayarına virüs bulaştırılabilmesi, uygun mesajlar alması hatta bu mesajların cinsel içerikli mesajlar da olabilmesidir. Ayrıca, dijital şiddette, partnerini sürekli arama, aramalara anında dönüş bekleme ve dönüş alamayınca gerginlik yaşama durumları görülmektedir. Hatta partnerini kontrol etme amaçlı konumunu paylaşmasını istemeye kadar gidebilmektedir. Bunların yanı sıra sık rastlanılan dijital şiddete örnek olarak; partneri istemese dahi onu cinsel içerikli fotoğraflar göndermeye zorlama ve bu fotoğrafları yayınlamakla tehdit etme durumu gösterilebilir.



Diğer taraftan şiddet, uygulandığı kişiye göre de;

Kendine yönelik, kişilerarası ve kolektif şiddet olmak üzere üç grupta tanımlanmaktadır.

Kişinin **kendisine yönelik şiddet**te intihar, intihar girişimi ya da farklı türde davranışlar yer almaktadır.

Kişilerarası şiddette, kişinin bir başka kişiye, genellikle çocuk, eş, arkadaş ve yaşlılara yönelik olarak sıklıkla evde uyguladığı şiddetten söz edilir. Ancak bu şiddet biçimi, sokak, okul, iş yeri, hapisane ve yaşlı bakım evleri gibi her ortamda görülebilir.

Kollektif şiddete ise, tüm dünyada yaşanan çete çatışmaları, mafya olayları, terör olayları ve savaşlar örnek verilebilir. Toplumlara sosyal, politik ve ekonomik şiddet şeklinde uygulanmaktadır.

Şiddet kavramının ana özelliklerinin zamana ve topluma göre değiştiği, şiddet davranışlarının ise birbirleri ile ilişkili, birbirlerini tanıyan bireyler ve gruplar arasında yaşandığı ve her yıl dünyada iki milyondan fazla kişinin şiddet nedeniyle yaralandığı, hem fiziksel hem de duygusal kalıcı sakatlıklar yaşadığı belirtilmektedir. Şiddeti en çok yaşayan gruplar: çocuklar, kadınlar ve yaşlılar-

dır.

Şiddet uygulamalarında en çok karşılaştığımız araçlardan birisi ateşli silah kullanımudur. Ateşli silah şiddet olgularının sonucunu ağırlaştırıcı bir unsur olmanın yanı sıra şiddete yönelten de bir etkidir. Bireysel silahlanmanın artışı ile birlikte hem şiddet olaylarında hem de ölümlerle biten olaylarda ülkemiz dahil her yerde büyük artış görülmektedir. Ateşli silah kullanılarak işlenen cinayetler büyük bir yüzdeyi oluşturmaktadır. Şiddet içeren ölümlerin % 60'ında ateşli silah kullanılmaktadır. Yapılan araştırmalara göre, evde silah bulundurma intihar riskini beş kat arttırmakta, cinayet riskini 3 kat arttırmaktadır.

Türkiye'de 2004 yılında yayınlanan raporda, Ankara'da 12-21 yaş arası ergen ve gençlerde evde şiddete tanık olanların %17'lik kısmı oluştururken, yaşadıkları mahallede şiddete tanık olanların oranı %28, okul ortamında şiddete tanık olanların oranı %34'tür. Bunların yanı sıra ergen ve gençlerin **yalnızca % 27'si** yaşam boyu şiddete maruz kalmıştır (Çuhadaroğlu vd., 2004).

Hazırlayan: **SERAP ÜNAL**
Psikolojik Danışman ve Rehber Öğrt.

Şiddeti en çok yaşayan gruplar: çocuklar, kadınlar ve yaşlılardır.

KAYNAKÇA

Özgür, G., Yörükoğlu, G., & Baysan-Arabacı, L. (2011). Lise öğrencilerinin şiddet algıları, şiddet eğilim düzeyleri ve etkileyen faktörler. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 2(2), 53-60.

<http://eskidergi.cumhuriyet.edu.tr/makale/88.pdf>

<https://psikolojiagi.com/nedir-bu-siddet/>

<https://www.guvenliweb.org.tr/blog-detay/teknolojiyle-birlikte-gelen-dijital-siddet-kavrami>

ÖFKE İLE BAŞA ÇIKMA YOLLARI



Öfkeyi ifade tarzı, kişilik özellikleri, çevre, duygu durumu vb. durumlara göre değişiklik göstermektedir.

İnsanlar düşünen ve hisseden olmak üzere iki zihne sahiptir. Çoğu zaman bu iki zihin olağanüstü bir işbirliği içerisinde. Duygular düşünceler için, düşünceler ise duygular için vazgeçilmezdir. Birey, günlük yaşantısında herhangi bir davranışta bulunurken sürekli değişik duygular içerisinde bulunur. Bireyin düşünce ve davranışlarını farklı yönlerden etkileyen sevgi, üzüntü, öfke, nefret, tikslenme, kaygı, vb. sözcüklerle ifade edilen olumlu, olumsuz pek çok duygu vardır. Kişinin uyum ve uyumsuzluklarını belirleyen duygularına karşı farkındalık kazanması, kendi duygularını ve bunların doğurduğu sonuçları fark etmesi, bunları dile getirmesi, kişinin kendi iç dünyasını tanıması, tercihlerini yapabilmesi, sahip olduğu kaynakların ve gücün farkında olmasını sağlar.

Birey, diğer kişilerle ilişkilerinde kendisini

ortaya koyabilmeyi, anlaşılmayı, böylece hedeflerine ulaşabilmeyi ister. Anlaşılamayan ya da isteklerini elde edemeyen kişi engellendiği duygusunu yaşar. Bu durumda sıklıkla ortaya çıkan duygu öfkedir.

Öfke, insanın doğuştan getirdiği ve yaşamın ilk yıllarında gelişen, bireyin günlük hayatı içerisinde çok sık yaşanan, doyurulmamış isteklere, istenmeyen sonuçlara ve karşılanmayan beklentilere karşı verilen son derece doğal, evrensel, saldırganlık ve şiddet içermeyen, hayatı zenginleştiren, yaşamın sürdürülmesi için gerekli olan duygusal bir tepkidir.

ÖFKEYİ İFADE ETME BİÇİMLERİ

Öfke genellikle istenmeyen ve hoş karşılanmayan bir duygusal hal olarak görülmüştür. Buna rağmen

öfkenin kendini korumak, hedefine ulaşmak ya da engelleri ortadan kaldırmak için kişiyi motive etmek şeklinde bir fonksiyonu da bu-

lunduğundan, bazen kişinin uyum göstermesini sağlayan sağlıklı bir duygusal durum olarak da değerlendirilebilmektedir. Öfke, kısa vakitli ve orta şiddette olduğunda yararlı, devamlı ya da çok şiddetli olduğunda ise yıkıcı olabilen bir duygudur.

Öfkenin nasıl ifade edildiği çok önemlidir ve doğru ifade edilmesi

oldukça güçtür. Bu sebeple öfkeyi ifade tarzı, kişilik özellikleri, çevre, duygu durumu vb. durumlara göre değişiklik göstermektedir. Psikoloji bilimine göre öfke üç biçimde ifade edilir:

- Öfkenin içe yönelmesi (Öfke içte)
- Öfkenin dışa yönelmesi (Öfke dışta)
- Kontrol edilen öfke (Öfkenin kontrolü)





bullenemezler. Öfkelerini dışa yansıttıklarında kötü şeylerin yaşanmasından çekinirler. Dışa yönelmesi durumunda öfke, sözlü veya

ortaya çıkmasına zemin hazırlar. Öfkeyle başa çıkma, onun bastırılmasını ve saklanmasını değil, tanınmasını gerektirir. Öfkenin tanınması, öfkeye neden olan ve öfke ifadesini etkileyen etkenlerin bilinmesidir. Bireyler ancak öfkelerini tanıdıklarında, öfkelerinin zararlarından kurtulabilirler ve onu kendileri için yapıcı bir şekilde ifade edebilirler.

Öfkenin içe yönelmesi, öfkeyi tamamen baskılamak, içe atmak şeklindedir. Birçok insan yıllarca öfkesini içine attığını bile fark edemeyebilir. Çünkü bu tipler kendilerinin öfkeli olduğunu dahi ka-

fiziksel şiddet, küfür, saldırganlık, alay etme vb. şekillerde ortaya çıkar. Dışa yöneltilen öfke de tıpkı içe yöneltilen gibi öfkeye yol açan problemleri çözmekten ziyade yeni öfke problemlerinin

Öfkeyle başa çıkma, onun bastırılmasını ve saklanmasını değil, tanınmasını gerektirir.

ÖFKE İLE BAŞA ÇIKMANIN ETKİLİ YOLLARI

Öfke duygusunun sağlıklı olarak yaşanıp, kontrol edilebilmesi için ilk olarak kabullenilmesi, sebeplerinin ve şeklinin anlaşılması ve doğru biçimde ifade edilme yollarının öğrenilerek içselleştirilmesi gereklidir. Öfke, hayattaki gerçek ve kaçınılmaz zorluklardan kaynaklanıyor olabilir. Önce durumu incele-

mek değiştirilip değiştirilemeyeceğine bakmak, değiştirilebilecek

tadır. Duygularını fark edip ifade edebilenler onlarla nasıl başa çıkacaklarını da bilirler.

Kendilerine güven duyarlar ve kendilerini kontrol edebilirler.



durumlar için gerekli yöntemleri uygulamak, değiştirilemeyecek durumlar içinse sorunla yüzleşmek etkili olmak-

Gevşeme Teknikleri:

Gevşeme tekniklerinin amacı, öfke sırasında bedeninin çeşitli kısımlarında ortaya çıkan kas gerginliklerini fark edebilmek ve bunları gevşetebilmektir. Dik oturma, bir elimizi midenin üstüne diğerini midenin altına koymak, derin derin nefes almak, nefes alırken göğsü değil karnı şişirmek, nefesi tutarak yavaşça vermek, sakinleştirici durum ve manzaraları zihninde hayal ederek canlandırma gibi teknikler öfkeyi yatıştırma ve sakinleşmede yardımcı olmaktadır. Gevşemeye yardım eden aktiviteler: Spor, dans, yürüyüş, bisiklete binmek, masaj, gülmek, hayal kurma ve meditasyondur.

**Kasların Gevşetilmesi:**

Kasların gevşetilmesi, çeşitli kas gruplarını germe ve salıverme yoluyla gevşetilmesini öğreterek öfke kontrolünde önemli faydaları olan, gönüllü ve bilinçli olarak yapılan bir kendini kontrol tekniğidir. Rahat bir pozisyona geçilir. Gerginlik hissedene kadar yumruklar sıkıp gevşetilir. Her seferinde gerginliği biraz daha azaltarak bu işlem tekrarlanır. Sonra pazular sıkılıp ve bırakılır. Gevşeyip, kolların güçlenip, sertleştiği hissedilir. Bütün

vücut gevşetilir. Birkaç saniye nefes tutularak gerginlik hissedilir. Özgürlüğü hissedecek şekilde nefes bırakılır.

Hayal Kurma:

Birey, öfkeli ve gergin olduğunda, kendisini huzur verici bir ortamda hayal ederek gevşeyebilir. Hayal kurma tekniği, bireyi zihinsel olarak hoş ve gevşetici ortamlara götürmektedir. Birey kendisini sevdiği biri ile birlikte çok sevdiği bir yerde ve sevdiği bir şeyi yaparken hayal edebilir. Hayal kurarken bir yandan da derin derin nefes alarak, hayalini kurduğu güzel şeyleri zihninde saklayabilir. Birey kendisi için ilginç ve çekici bir şekilde hayal edilmiş huzuru verici ortamda kendisini hayal ettiğinde gevşeme ve güven hissedebilir.

Meditasyon:

Meditasyon, düşünce ve duyguları tanıma üzerine odaklanan, dikkat yeteneğini geliştiren eğitici bir süreçtir. Meditasyon bireye gün içerisinde gevşeme, sakin ve kontrollü olma hissi sağlayarak bireyin davranışsal olarak kendini kontrol yeteneklerini tamamlamakta ve öfke kontrolü etkinliğini artırmaktadır.



Danışmanlık:

Öfke kontrolü terapileri bireyin öfkeleri ile başa çıkma ve kendilerini ifade etmeleri şekillerinde anlamlı değişiklikler yapabilmektedir. Terapistler öfkeli bireylerin öfke ve şiddet hakkındaki gerçekleri öğrenmelerine yardımcı olarak, öfke ile başa çıkma stratejilerini öğreterek, bireye kişisel hedefler koyup, gelişimsel destek sağlayarak olumsuz

duygularla daha sağlıklı bir şekilde başa çıkmalarına yardımcı olmaktadır. Bu nedenle, öfkenin kontrol dışına çıktığı düşünülüyor, ev ve iş hayatı bu duygudan etkileniliyorsa, bir psikoloğun danışmanlığına başvurulabilir.

Hazırlayan: **Aslıhan SEVMEZ**

Psikolojik Danışman ve Rehber Öğrt.

KAYNAKÇA

- Akdeniz, M. (2007), Öfke kontrolü eğitiminin lise öğrencilerinin öfke kontrolü becerilerine etkisi, Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana
- Ergüven, S. (2019), Aile içi duygusal/psikolojik şiddeti önlemede öfke kontrolü ve dinin rolü, Yüksek Lisans Tezi, Hitit Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Çorum.
- Karslı, N. (2011), Öfke kontrolü ve dindarlık ilişkisi (Erzurum örneği), Doktora Tezi, Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum
- Kibar, M.E. (2017), Ergenlerde anksiyete düzeyinin öfke kontrolü ve öfke ifade etme biçimleri üzerindeki etkisi, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Tuna, D. (2012), Çözüm odaklı kısa süreli yaklaşıma dayalı öfke kontrolü eğitim programının lise öğrencilerinin öfke kontrolü ve iletişim becerileri düzeylerine etkisi, Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir

AİLE İÇİ ŞİDDETİN KADIN VE ÇOCUKLAR ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ

Şiddet ortaya çıkış şekli ve uygulanışı bakımından evrensel bir özellik taşımaktadır. Toplum içinde yaşayan bireyler hukuk karşısında eşittir. İnsanların bir arada yaşamasını sağlayan bir dizi kurallar vardır. Bu kurallar hukuk kuralları, ahlak kuralları, din kuralları gibi sosyal normlar etrafında birleşir. Bu kurallar olmasına rağmen insanlar arasındaki rekabet, çatışma ve çekişme ya da bireylerin psikolojik durumları şiddetin ortaya çıkmasına yol açmaktadır. Şiddet geçmişten günümüze farklı düzeylerde ve şekillerde devam eden bir olgudur. Şiddetten en çok etkilenen kişiler kadınlar ve çocuklar olmaktadır. Günümüzde hem Türkiye’de hem de Dünya’da şiddet ve kadına yönelik şiddet en çok yaşanan sosyal sorunların başında gelmektedir.

AİLE İÇİ ŞİDDET; duygusal istismardan başlayarak ölümlü sonuçlanan fiziksel şiddet vakalarına kadar çeşitlilik gösteren bir kav-

ramdır. Aile içi şiddet, kadına/eşe yönelik şiddet kavramları sıklıkla beraber kullanılan kavramlardır. Ancak şiddet gösteren ya da mağdur olan kişi aile bireylerinden her hangi biri ya da bir kaçı olabilmektedir. Aile içi şiddet fiziksel, cinsel, psikolojik ve hatta ekonomik olmak üzere farklı şekillerde gözlenebilmektedir (Ganley 1995). Dünya Sağlık Örgütü 2013 verilerine göre, kadınların % 35’i yaşamları boyunca en az bir kez eşleri ya da eşleri olmayan kişiler tarafından cinsel ya da fiziksel şiddete maruz kalmaktadır. Türkiye’de Kadına Yönelik Aile İçi Şiddet Araştırması sonuçları da benzer bir şekilde kadınların %37.5’ inin yaşamları boyunca en az bir kez fiziksel ya da cinsel şiddete maruz kaldıklarını göstermektedir (TÜİK).

Araştırmalar
kadınların %37.5’
inin yaşamları
boyunca en az bir
kez fiziksel ya da
cinsel şiddete
maruz kaldıklarını
göstermektedir



Aile içi şiddet ile çocuk istismarı sıklıkla bir arada görülmektedir (Waugh 2002, UNI-CEF 2006, MacMillan ve ark. 2013). Bu durumda çocuk fiziksel şiddete ya da diğer istismar edici davranışlara tanıklık edebilir, bunun yanı sıra istismar eden eş ya da partner çocuğa doğrudan vurabilir ya da çocuğu fiziksel

olarak incitebilecek davranışlarda bulunabilir. Ayrıca eşleri tarafından istismara uğrayan kadınların çocuklarını istismar etmeleri de söz konusu olabilir. Şiddete doğrudan maruz kalan çocuklar kadar dolaylı olarak maruz kalan çocuklar da bu durumdan olumsuz etkilenirler ve profesyonel yardım almaları gereklidir.

Sözü edilen durumlar genel olarak çocuğa kötü muamele başlığı altında çocuk istismarı ya da çocuk ihmali şeklinde sınıflandırılmaktadır. Bu kavramların şu şekilde tanımlayabiliriz; çocuk ihmali çocuğa bakmakla yükümlü kişilerin çocuğun bakım, korunma, beslenme, giyim, eğitim, sağlık gibi gereksinimlerini yeterince yerine getirmemesi, çocuğu tek başına bırakması



olarak tanımlanabilir. Çocuk istismarı "0-18 yaş grubundaki çocuğun kendisine bakmakla yükümlü kişi veya kişiler tarafından zarar verici olan, kaza dışı ve önlenebilir bir davranışa maruz kalmasıdır. İstismar kavramının anahtar

özellikleri, tekrar etmesi, kasıtlı olması, çocuğun fiziksel, zihinsel, psiko-sosyal gelişimini ve sağlığını olumsuz etkilemesidir.

Aile içi şiddete **tanık** olan okul çağı çocuklarının sıklıkla bu konuyla ilgili rahatsız edici düşüncelerinin olduğu ve bu nedenle odaklanma problemleri yaşayabildikleri gözlenmiştir. Kaygı ve uyku bozuklukları, saldırgan

ve karşı gelme davranışları da gösterebilirler. Aile içi şiddete **maruz** kalan ergenler davranış problemlerinin (agresif, baş kaldırmacı davranışlar, intikam yolları arama) yanı sıra kaygı ve umutsuzluk sergilemektedir. Ayrıca bağlanma sorunları ve kendileri için olumsuz bir takım grupların içine dahil olma gibi durumlarla karşılaşmaktadır. Şiddet kapsamının okullarda yapılacak olan çalışmalarda;

Aile içi şiddete maruz kalan ergenler davranış problemlerinin (agresif, baş kaldırmacı davranışlar, intikam yolları arama) yanı sıra kaygı ve umutsuzluk sergilemektedir.

- Okulda yapılan önleme çalışmalarında cinsel istismara çok fazla değinilmemelidir ve evdeki her tür şiddetin kabul edilemez olduğu belirtilmelidir. Bu şekilde aile içi şiddete ilişkin gizlilik tabusu da yıkılmış olacaktır,
- Güvenlik kavramı genişletilmeli, yalnızca fiziksel güvenliğe odaklanmak yerine duygusal, manevi güvenlik ve kültürel güvenliğe de vurgu yapılmalıdır,
- Çocukların yaşlarına ve gelişimsel seviyelerine uygun bilgi verilmelidir,
- Verilmek istenen mesajlar yardım çağırma, evin içinde bir tehlike olduğunda ev dışında güvenli bir yer arama, güvenilir bir yetişkine söyleme gibi genel güvenlik stratejileri içinde çerçevelenmelidir,
- Şiddet olduğunda başka çocuklara değil yetişkinlere ihtiyaç olduğu özellikle vurgulanmalıdır.

Kadına yönelik şiddet; cinsiyete dayanan, kadını inciten, ona zarar veren, fiziksel, cinsel, ruhsal hasarla sonuçlanma olasılığı bulunan, toplum içerisinde ya da özel yaşamında ona baskı uygulanması ve özgürlüklerinin keyfi olarak kısıtlanmasına neden olan her türlü

davranıştır (DSÖ ,1993). Kadına yönelik şiddet aile içinde sahip olunacak çocuğun kız olması, kız bebeklerinin öldürülmesi, dövülmesi, kız çocuklarının cinsel istismarı, namus cinayetleri, flörtte şiddet, yaşlılıkta fiziksel, psikolojik vb. saldırıya uğrama, cinayete kurban gitme vb. şeklinde gerçekleşmektedir. Kadına yönelik

şiddet türlerinin en sık görülen şekli, kadının partneri, eşi tarafından sürekli istismar edilmesidir.



Partnerinin/ eşinin kadına uyguladığı şiddet yaş, sosyoekonomik durum, din, etnik kökenden etkilenmemektedir.

Şiddet eğilimi olan erkeğin kişilik özelliklerine baktığımızda;

- Düşük benlik saygısı
- Sıklıkla terkedilme, kayıplar, bağımlılık, mahremiyet vb. ile ilgili sorunlar yaşamaktadır.
- Kişilik bozukluğu tanısı alanlara sık rastlanmaktadır.
- Engellenmeye karşı kolayca sükûnetini kaybederler.
- İstismar ve şiddetin bulunduğu ailelerde büyümüşlerdir.
- Kendi davranışları ile ilgili inkar, küçümseme, iddiacı ve yalana yönelme şeklinde bir tutum içindedirler.
- Şiddet görüşlerine bütün dünyanın katıldığını ve şiddetin günlük hayatla başatma yollarından biri olduğu görüşündedir.
- Empati yapma yeteneği zayıftır.
- Kadın ve erkek davranışları konusunda katıdır.
- Madde bağımlılığı sık görülür.
- Anormal düzeyde kıskançtır.

Partnerinin/eşinin kadına uyguladığı şiddet yaş, sosyoekonomik durum, din, etnik kökenden etkilenmemektedir. Ancak gebelik, bekarlık, boşanmış olmak veya eşinden ayrı yaşamak kadının şiddet görme riskini artırmaktadır. Şiddet gören kadın duygusal açıdan katı bir aile ortamında pasif olmaya yöneltilmiştir, sosyal açıdan yalnızdır, şiddetin bütün aile ortamında olduğuna inanmaktadır, saldırganın davranışlarından kendini so-

rumlu tutmaktadır, onun bir gün değişeceğine olan inancını hiç kaybetmez, bu nedenle itaatkârdır. Özbenlik saygısı az ve bağımlı kişilik özelliği olan bu kadınlar, oldukça ciddi fizyolojik ve psikolojik sorunları olmasına karşılık, yaşadıkları şiddeti inkâr etme eğilimindedirler. Kadına yönelik şiddet kadın sağlığını olumsuz etkilemekte, bütün sağlık sistemleri üzerinde global bir yük oluşturmaktadır. Şiddet sadece bir sağlık sorunu değil aynı zamanda sağlığı olumsuz etkileyen bir risk faktörü olarak da ele alınmaktadır. Kadına yönelik şiddet kesi, kırık, iç organ yaralanmaları, organ kayıpları, kalıcı sakatlıklarla, çeşitli hastalıklara vb. neden olabilmektedir. Şiddet bu kadınlarda, depresyon, korku, anksiyete, azalmış öz benlik saygısı, cinsel işlevlerde bozuklukları, yeme problemleri, obsesif-kompulsif davranış bozukluklarına, post travmatik stres bozukluğuna yol açmaktadır.



Kadına yönelik şiddetin önlenmesi ya da en aza indirgenebilmesi için aşağıdaki öneriler önem arz etmektedir.



-Kadına yönelik şiddet bir toplumsal yapı problemidir. Bu problemin engellenmesi ya da çözüme

kavuşabilmesi için toplumsal kurumlar iş birliği içerisinde çalışmalıdır.

- "Kadın erkek eşitliği" sağlanmadan kadına yönelik şiddetle mücadelede başarılı olunamaz.

- Kadına yönelik şiddet toplumda yaşayan bütün insanların sorunudur.

- Kadının eğitim, ekonomi ve siyasal katılım alanlarında güçlendirilmesi gerektiğine ve bu alanlarda yaşadığı ayrımcılığın ortadan kaldırılmasının kadına yönelik şiddetin önlenmesinde çok önemli bir rolü bulunmaktadır.

- Kadının çalışma hayatına katılması ve ekonomik anlamda bir gelirinin olması şiddetle mücadelede önemli bir unsurdur.

- Türkiye'de halen hizmet veren sığınma evi ve kadın danışma merkezleri sayısının ve

niteliğinin yetersiz olduğuna ve bu sayının acilen artırılması gerekmektedir.

- Şiddet konusunda farkındalık yaratabilmek adına eğitim programları düzenlenmeli, görsel ve yazılı medyada kadına yönelik şiddetle ilgili programlara yer verilmelidir.

- Toplumsal cinsiyet rolleri aktarıırken kadını özel alana dâhil edecek geleneksel rollere yönelik söylemlerden kaçınılmalıdır.

- Yerel yönetimler tarafından kadınlara istihdam olanaklarının yaratılmasına,

- Ders kitaplarında kadına yönelik şiddet ve toplumsal cinsiyet ayrımcılığı konusunda bilgilerin verilmelidir ve toplumsal cinsiyet rollerini ve kadına yönelik şiddeti pekiştiren unsurların kitaplardan çıkarılmalıdır.

- Cinsiyet ayrımcılığını engellemeye yönelik gerekli yasal düzenlemeler yapılmalı ayrımcılığı caydırıcı bir takım tedbirler alınmalıdır.

Hazırlayan: **Aysel KATARCI**

Rehberlik Hizmetleri Bölüm Başkanı

KAYNAKÇA

İ. Akkaş, Z. Uyanık / Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi SBE Dergisi 6(1) 2016 s.32-42
Kadına Yönelik Şiddet ; Nedenleri ve Sonuçları -Dr. Nuket SUBAŞI / Prof Dr. Ayşe AKIN
Evrensel Bir Kadın Sağlığı Sorunu: Kadına Yönelik -Şiddet Melike DİŞSİZ/ Nevin H.ŞAHİN
Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar-Current Approaches in Psychiatry 2016; 8(4):321-336
doi:10.18863/pgy.253438

OKULLARDA ŞİDDET ve ZORBALIK

Türkiye’de bir çocuk, okul öncesinin zorunlu eğitim kapsamına alınmasıyla birlikte 5 yaşından 18 yaşına kadar gerek örgün gerekse yaygın eğitim kurumları vasıtasıyla eğitim sistemi içerisinde yer almakta. Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) “Hayat Tabloları,2016-2018” istatistiklerine göre ortalama yaşam süresinin 78,3 yıl olduğu ülkemizde yaklaşık 13 yıldan fazlasını eğitime harcayan birinin hayatında okul sistemi önemli bir yer edinmektedir. Aileden sonra yaşam becerilerinin, karakter gelişiminin ve bilginin kazandırılmasında önemli yeri olan okullar günümüzde artan şiddet olaylarının yaşandığı alanlardan biridir. Gerek ailede gerekse medya ve teknoloji kanallarında yaşanan şiddetin yansıması okullarda da görülmektedir. Şiddet, Türk Dil Kurumu’na göre “Karşıt görüşte olanlara kaba kuvvet kullanma, duygu veya davranışta aşırılık” olarak tanımlanmaktadır. Dünya Sağlık Örgütü (WHO) ise şiddeti “Bireyin kendisine, başkasına, belirli bir topluluk veya gruba yönelik yaralama, ölüm, fiziksel zarar, bazı gelişim bozuklukları veya yoksunluk ile sonuçlanabilen, tehdit ya da fiziksel zor kullanma” şeklinde tanımlamıştır. (Krug v.d. 2002: 5; Akt. MEB, 2008). Okulda şiddet ise okul ortamı üzerinde olumsuz sonuçlar üreten, öğrencilerin öğrenme süreçlerine zarar veren, onların gelişimlerini engelleyen saldırgan ve suç benzeri davranışlardır. (Furlong ve Morrison, 2002: 25; Akt. MEB,2008). Kızmaz (2006) genel olarak okuldaki şiddeti öğrenci ile öğrenci ve öğrenci ile öğretmenler veya okul yöne-

ticileri/okul personeli arasında yaşanan tehdit ve fiziksel saldırı olarak belirtmektedir. Okulda yaşanan şiddet olaylarının çoğunluğu ise öğrenci ile öğrenci arasında yaşanan özellikle akran zorbalığı aklımıza gelmektedir. Akran zorbalığı, “Bir ya da birden çok öğrencinin kendilerinden daha güçsüz öğrencileri kasıtlı ve sürekli olarak rahatsız etmesiyle sonuçlanan ve kurbanın kendisini koruyamayacak durumda olduğu bir saldırganlık türüdür. Okul zorbalığı, tekme atma, tokat vurma, itme, çekme gibi fiziksel; sataşma, alay etme, dalga geçme, kızdırma, hoşla gitmeyen isim takma, küçük düşürücü sözler söyleme gibi sözel; dedikodu ve söylenti çıkarıp yayma, arkadaş grubundan dışlayarak yalnızlığa terk etme gibi dolaylı ya da para veya diğer eşyalarını zorla alma, almakla tehdit etme, eşyalarına zarar verme gibi davranışsal olarak ortaya çıkabilir” (Pişkin, 2002: 536). Şiddet ve zorbalık kavramları çoğu zaman birbirini yerine kullanıldığı görülse de zorbalık, şiddet tanımlarının da içinde yer alan şiddetin başka bir formudur. Pişkin’in akran zorbalığı tanımına ek olarak teknolojinin gelişip günlük hayatta kurulan ilişkileri bir benzerinin sanal ortamda kurulmasıyla birlikte siber zorbalık türü de ortaya çıkmıştır. Siber zorbalık, teknoloji kanalları kullanılarak birine zarar verme amacıyla bir veya birden fazla kişinin zorbalık içeren davranışlarda bulunmasıdır.

“Birkaç küçük tecrübeden sonra anladım ki , amaç hiçbir zaman kullanılan araçlardan farklı olmuyor, şiddet ancak şiddeti doğuruyor.”

John Steinbeck

Şiddet ve zorbalık tek bir nedene bağlı olarak ortaya çıkmaz. Şiddet ve zorbalığı ortaya çıkaran birden fazla birbiriyle ilişkili veya ilişkisiz neden olabilir. MEB (2008) bu nedenleri bireysel , ailesel , toplumsal ve okula ilişkin faktörler olmak üzere 4 kategoride ele almıştır. Bu kategorilere ek olarak arkadaş çevresi ile teknoloji ve medya faktörünü de ele alan çalışmalar da bulunmaktadır. MEB'in belirttiği ana faktör bazı alt faktörleri de bulundurmaktadır. **Bireysel Faktörler;** Anti-sosyal davranışın varlığı, düşük zekaya sahip olma (özellikle sözel yeteneğin düşüklüğü), dikkat bozukluğu/hiperaktiflik, öğrenme güçlüğü, motor-beceri gelişiminin yetersiz olması, doğum öncesi ve son-

rası komplikasyonlar, küçük düzeyde bazı anormallikler (Buka ve Earls,1993; Flannery, 1997). **Aileye İlişkin Faktörler ;** Aile denetimin/gözetimin yetersizliği, çocukların sosyalleşmelerinde aile katılımının yetersizliği, ailesel disiplinin yetersizliği, Aile bireyleri arasında kriminal davranışın varlığı, ebeveynlerin çocuklarına kötü muamelede bulunmaları veya onları ihmal etmeleri, eşler arasındaki evlilik ilişkilerinin zayıflığı, ebeveynlerin boşanmaları ve ayrılmaları gibi faktörler gelmektedir (Buka ve Earls,1993; Flannery, 1997). **Toplumsal faktörler;** silahların varlığı veya silahlara kolay bir biçimde sahip olunabilme, uyuşturucuyu elde edebilme ve kullanma, şiddetin

yaygınlığı, suçlu arkadaş grubunun varlığı/çete oluşumları, kitle iletişim araçlarının etkisi, yüksek düzeydeki geçici nüfus ve ekonomik yoksunluk, şiddet davranışını sıradan ve normal olarak görülmesini sağlayan bir kültürel yapının varlığı. **Okula ilişkin faktörler ise** düşük düzeydeki akademi başarı, okula olan bağlılık düzeyinin düşüklüğü, okul koşulları ve iklimi, çeteye katılma gibi faktörler ele alınabilir.

Şiddet ve zorbalığın ortaya çıkmasının birden fazla nedeni olabilir.



Okullarda şiddet ve zorbalık gerek bireysel anlamda gerek okul ortamı anlamında olumsuz sonuçları olan bir önemli bir sorundur. Şiddet ve zorbalığa uğrayan öğrencide ruh sağlığını olumsuz etkileyecek durumlar yaşanabilir. Şiddete maruz kalmak öğrencilerde ,

- Korkuya ve endişeye,
- Okulu sevmemeye,

- Okulda zorbalığın yaşandığı yerlerden kaçınmaya,
- Okuldan kaçmaya,
- Kaygıya, kızgınlığa ve çaresizliğe,



- Kronik hastalıkların oluşumuna,
- İntihara kalkışmaya,
- Devamsızlık artışına,
- Başarının düşmesine,
- Benlik saygısının azalmasına sebep olabilir.

Şiddetin yalnızca bir okul sorunu olmadığı toplumsal sorun olduğu göz önünde bulundurularak okulla ilgili olan tüm paydaşların yapılacak çalışmalara katkı sağlaması önemlidir.

Ayrıca zayıf olarak algılandıkları ve diğer arkadaşlarının statü kaybetmesine neden olacağını düşündükleri için yalnız bırakılmalarına; seyrek de olsa uyku sorunlarına, alt ıslatmaya, baş ve karın ağrılarına neden olabilir (Koç-Yıldırım,2003). Bireysel anlamda oluşan bu olumsuz sonuçlar okul bütününde okula bağlılığın azalması, okul başarısızlığının artması, okulda yaşanan şiddet olayların artması, olumlu okul ikliminin oluşmasını engelleyerek öğrenci-öğretmen-okul idaresi ve veli arasında gerekli işbirliğinin kurulmaması, öğretmenlerin çalışma motivasyonunun düşmesi gibi okul ortamını olumsuz etkileyebilecek durumlar oluşabilir.



Okullarda yaşanan şiddet ve zorbalığın önlenmesinde okul idaresi , öğretmenler , öğrenciler ve velilere düşen sorumluluklar vardır. Şiddetin yalnızca bir okul sorunu olmadığı toplumsal sorun olduğu göz önünde bulundurularak okulla ilgili olan tüm paydaşların yapılacak çalışmalara katkı sağlaması önemlidir. Şiddetin şiddeti doğuracağı gerçeği unutulmadan şiddetsiz bir ortamın hem aile hem okul tarafından oluşturulması şiddetin önlenmesinde en önemli adımdır. Özellikle ailelerin zorbalık ile başa çıkmada

çocuklarını dinlemesi, çocuklarının ailesinden yardım alabileceğine güvenmesi, çocuklarına zorbalıkla başa çıkmada uygun destekleri sağlaması, ailelerin okul ile işbirliği yapması oldukça önemlidir. Okullarda şiddet ve zorbalığın önlenmesine yönelik çeşitli proje ve çalışmalar yapılmaktadır. Bunlardan en kapsamlısı ise MEB'in yürütmüş olduğu "Çocuğa Yönelik Şiddetin Önlenmesi" projesidir. Bu proje ile öğrenci, öğretmen ve veli işbirliğine dayanarak gerekli eğitimlerin yapılması amaçlanmıştır. Projenin farklı konu alanlarında çıktılar yer almaktadır. Okullarda bu kapsamda yapılacak çalışmalarda çıktılardan biri olan " Yaşam Becerileri Etkinlik Kitabı" kullanılabilir. Rehberlik faaliyetlerinde bu etkinliklerden faydalanılabilir. Şiddetin önlenmesine yönelik yapılabilecek çalışmalara örnek olarak Şiddetsizlik Eğitimi veya Barış Eğitimi verilebilir. Yıldırım (2012) Şiddetsizlik Eğitim Programı ile dokuzuncu sınıf öğrencilerinin saldırganlık eğilimleri azalmasında ve empati düzeylerinin artmasında etkili bir program olmuş. Öğrenci görüşmelerinde de şiddete, şiddetin nedenlerine ve olumsuz etkilerine , şiddetsizlik kavramına ilişkin farkındalık kazandıkları, anlaşmazlık çözme becerileri, öfke yönetimi becerileri, iletişim becerileri , kişilerarası ilişkilerin olumlu yönde geliştiği , şiddette azalma olduğu görülmüş.

Sağkal (2011;2015) Barış Eğitimi Programı ile iki farklı çalışmada 6. ve 9.sınıf öğrencilerine yönelik benzer sonuçları elde etmesinin yanında sınıf ve okul ikliminin de olumlu yönde değiştiği görülmüş. Yapılandırılmış olarak bulunan her iki eğitim örneklerinden faydalanılabilir. Okul psikolojik danışmanının akran zorbalığına yönelik çalışmalarda seminer ve broşür gibi bilgilendirme çalışmaları yanında verilen örnek çalışmaları yapılabilir. Akran Zorbalığı Önleme Programı , Akran Zorbalığı ile Baş Etme Eğitimi,

Öfke Yönetimi Eğitimi , Çatışma- Çözme Eğitimi verilebilir, akran arabuluculuğu çalışmaları yapılabilir. Olumlu okul iklimi oluşturmak amacıyla yarışmalar , turnuvalar düzenlenebilir, sınıf toplantıları / sınıf etkinlikleri yapılabilir, Akıl ve Zeka Oyunları atölyeleri gibi öğrencilerin kendilerini ifade edebileceği atölyeler kurulabilir.

Hazırlayan: **Fatma BAYKAL**

Psikolojik Danışman ve Rehber Öğrt.

KAYNAKÇA

- Kızmaz, Z. (2006). Okullardaki Şiddet Davranışının Kaynakları Üzerine Kuramsal Bir Yaklaşım. Cumhuriyet Üniversitesi, Sosyal Bilimler Dergisi, 30 (1), Sivas.
- Koç Yıldırım, P. (2003). Çıkmaz Sokak: Okulda Şiddet ve Zorbalık (Rehber Kitap). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- MEB, (2007). Eğitimi Araştırma ve Geliştirme Dairesi Başkanlığı, “Öğrencilerin Şiddet Algısı”. Ankara.
- Pişkin, M. (2002). “Okul Zorbalığı: Tanımı, Türleri, ilişkili Olduğu Faktörler ve Alınabilecek Önlemler”. Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri 2 (2), 531-562, İstanbul.
- Sağkal, A.S. (2011). Barış eğitimi programının ilköğretim 6.sınıf öğrencilerinin saldırganlık eğilimleri, empati düzeyleri ve barışa ilişkin görüşleri üzerindeki etkisinin incelenmesi. Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Sağkal, A.S. (2015). Barış eğitimi programının dokuzuncu sınıf öğrencilerinin şiddete yönelik tutumları, sosyal problem çözme becerileri ve sınıf iklimi üzerindeki etkisi. Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- TDK, (2020). Güncel Türkçe Sözlük. (<http://tdk.gov.tr/>). *(Erişim Tarihi: 17.02.2020)+.
- TÜİK , (2019). Hayat Tabloları, 2016-2018. (<http://tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=30712>) *(Erişim Tarihi: 17.02.2020)+.
- Yıldırım, T. (2012). Şiddetsizlik eğitim programının lise öğrencilerinin saldırganlık eğilimleri, empati düzeyleri ve şiddetsizliğe ilişkin görüşleri üzerindeki etkisinin incelenmesi. Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

SEVGİNİN OLDUĞU YERDE HAYAT VARDIR.

MAHATMA GANDHİ



İLETİŞİM

Besni Rehberlik Ve Araştırma Merkezi

Rehberlik Hizmetleri Bölüm Başkanlığı

Adres : Yenibesni Mah. Kurdini Sokak Besni Eğitim Vakfı

İlkokulu 1. Kat 02300/ Besni/Adıyaman

Telefon : 0416 318 2060

Fax : 0416 318 2060

Web : <http://besniram.meb.k12.tr>