



OKULDA ŞİDDETİN ÖNLENMESİ

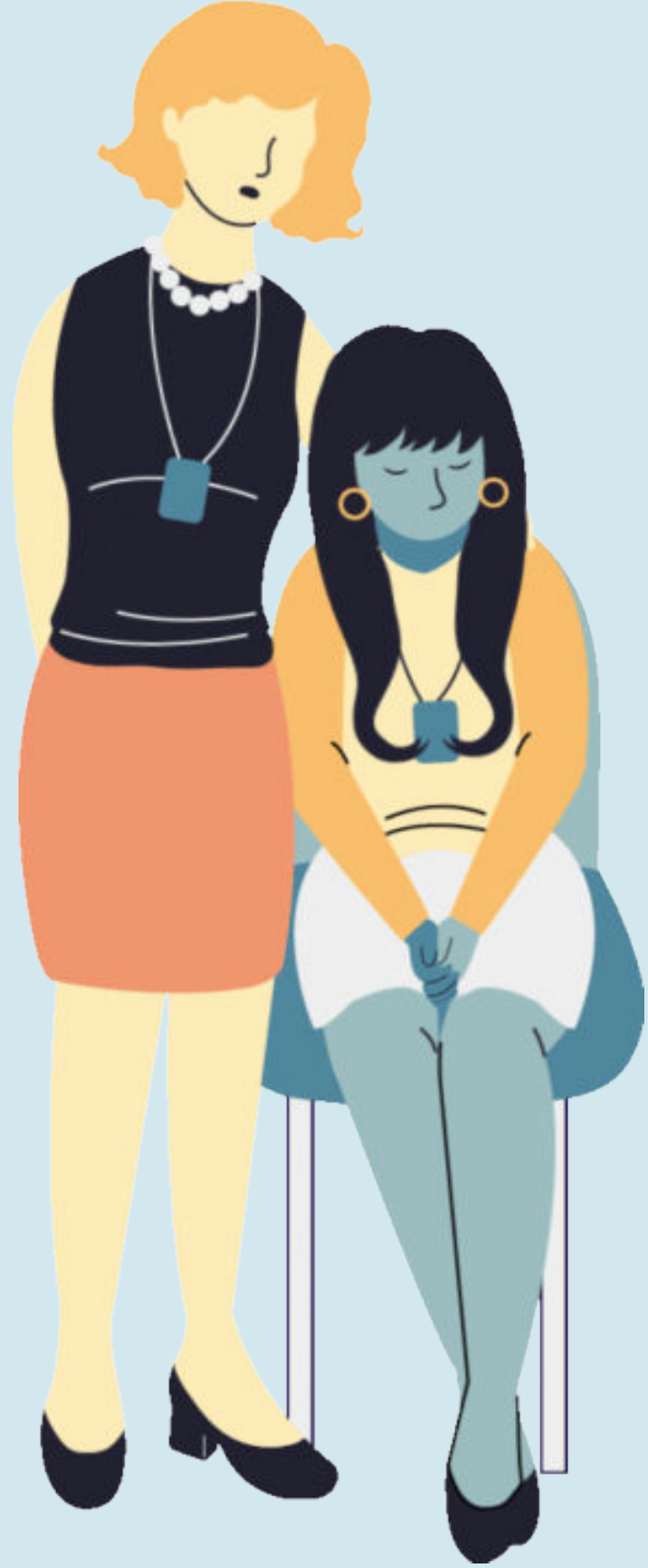
İçindekiler



- 1 Şiddetin Tanımı ve Türleri
- 2 Risk Faktörleri
- 3 Şiddetin Sonuçları
- 4 Şiddeti Önleme Stratejileri

Şiddetin Tanımı ve Türleri



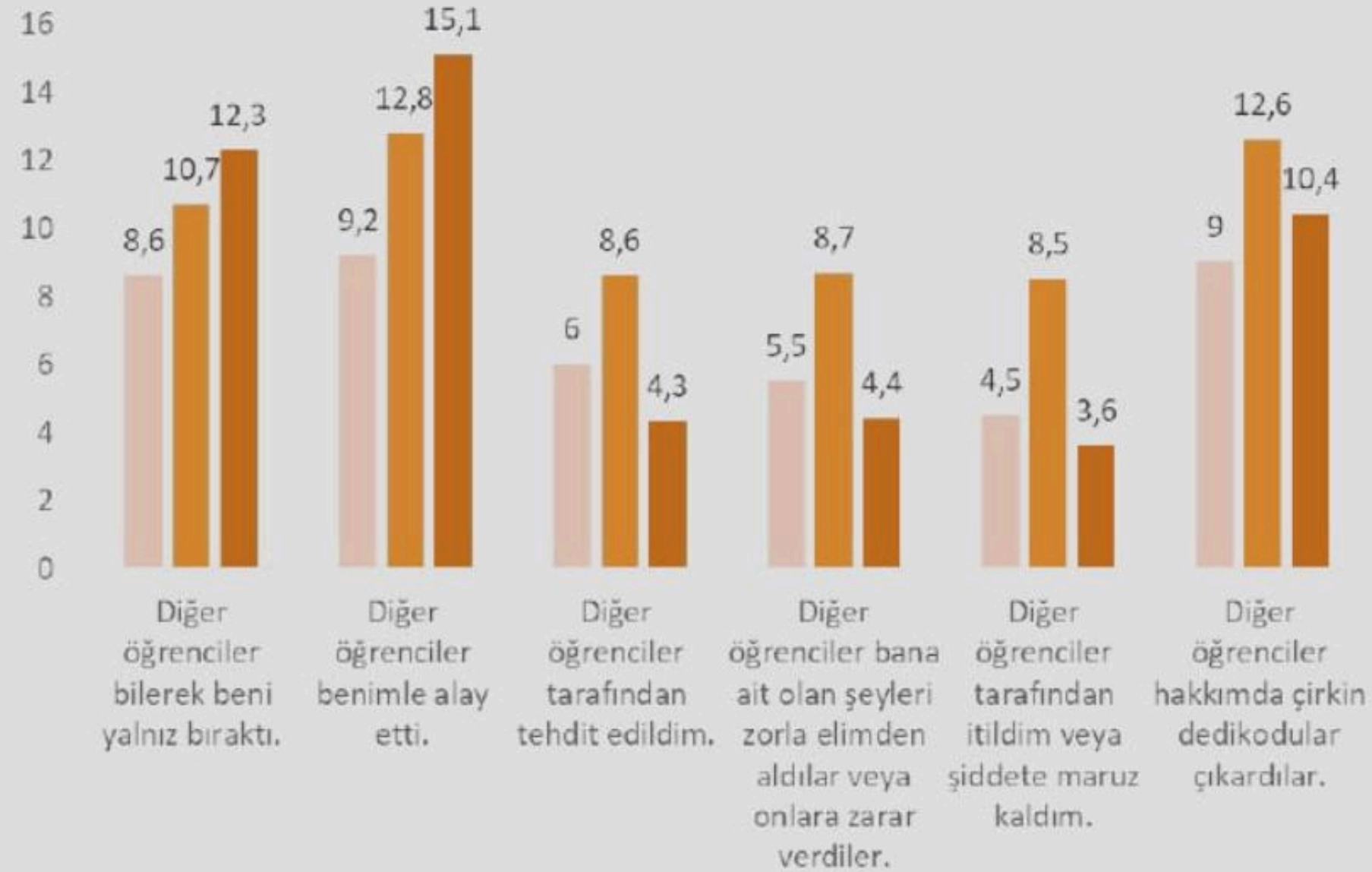


Şiddet Nedir?

Bir kişi veya gruba yönelik mağdurun bedensel bütünlüğüne, mallarına veya simgesel ve kültürel değerlerine zarar verecek şekilde her türlü davranıştır (Wikipedia)

Okullarda Şiddet

Şekil 5. Yıllara göre PISA verilerinde Türkiye’de okul şiddeti ve zorbalık (2015-2018-2022)



Şiddet Türleri

Şiddet, hayatımızın birçok alanında yaşayabilir ve bunun farklı şekilleri vardır. Bunları bilmek, hem kendimizi hem çevremizdekileri daha iyi koruyabilmemiz için önemlidir.

Fiziksel Şiddet

Psikolojik Şiddet

Siber Şiddet

Ekonomik Şiddet

Cinsel Şiddet



Risk Faktörleri



Çevresel/Toplumsal Faktörler

- Sosyoekonomik Düzey
- Sosyal Medyanın Etkileri
- Şiddet Kültürünün Kabulü
- Olumsuz Arkadaş Çevresi/ Akran Zorbalığına Maruz Kalma
- Önleyici Mekanizmaların Yetersizliği
- Olumlu Örneklerin Eksikliği
- Yetersiz Eğitim
- Dışlanma/Ayrımcılık



Ailevi Faktörler



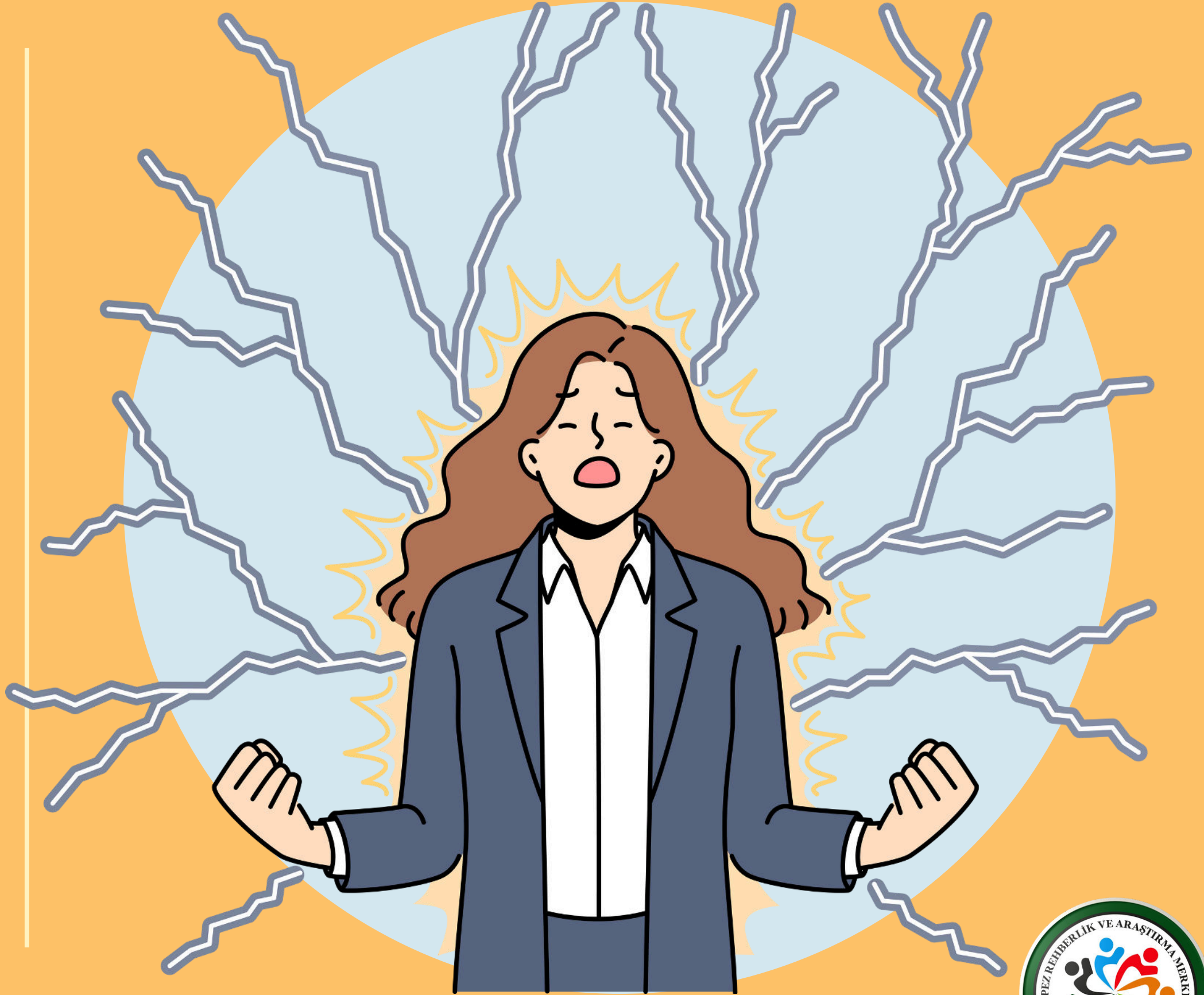
- Parçalanmış Aile
- Ailenin Eğitim ve Sosyoekonomik Düzeyinin Düşüklüğü
- Olumsuz Ebeveyn Tutumları
- Aile İçi Şiddetin Varlığı
- Ebeveynlerde Psikiyatrik Sorun ve Madde Kullanımı
- Ebeveyn Kaybı
- Gerekli Aile Denetiminden ve Korumasından Uzak Olmak
-

Bireysel Faktörler



- Engellilik Durumu/ Gelişim ve Sağlık Sorunları
- Travmatik Olaya Maruz Kalma
- Psikopatoloji
- Sosyal Beceri Eksikliği
- Özgüven Eksikliği
- Özdenetim ve Öz Düzenleme
- Şiddetin Sonuçları ile İlgili Bilgi Yetersizliği
- İhmal ve İstismara Maruz Kalma ya da Şahit Olma

Şiddetin Sonuçları



Sosyal Becerilerde Gerileme

Güven Duygusunda Azalış

Şiddetin Sonuçları

Depresyon ve Anksiyete

Özgüven Eksikliği/ Benlik Saygısında Azalma/ Değersizlik Hissi

Bağımlılığa Eğilim ve Artış

Öfke/ İntikam Duyguları

Yeme ve Uyku Bozuklukları

Yaralanma/ Kalıcı Sağlık Sorunları

Yalnızlaşma ve Sosyal Etkileşimde Azalma

Ders Başarısında Düşüş/ Devamsızlıkta Artış

Okul İkliminin Bozulması

Ekonomik Kayıplar

Şiddetin Normalleşmesi

Toplumsal Huzurun Bozulması



Şiddeti Önleme Stratejileri



İletişim ve Çatışma Çözme

Şiddetin önlenmesinde iletişim ve çatışma çözme yöntemleri önemli bir rol oynamaktadır. Doğru iletişim, etkin dinleme, empati ve saygı ile kurulan iletişim; gerilimlerin minimuma inmesini sağlayarak şiddet eğiliminin önüne geçebilir. Ayrıca olası bir çatışma durumunda etkin bir çözüm yönteminin kullanılması; olayların şiddete başvurulmadan insancıl yöntemlerle sonuçlanmasına katkı sağlar. İletişim konusunda kendimizi geliştirmemiz gereken alanlara genel olarak baktığımızda;

- Empati becerisini geliştirme
- İletişim engellerinin farkına varma
- Etkili çatışma çözme becerilerinin öğrenilmesi
- Akran arabuluculuğu

diye sıralayabiliriz.



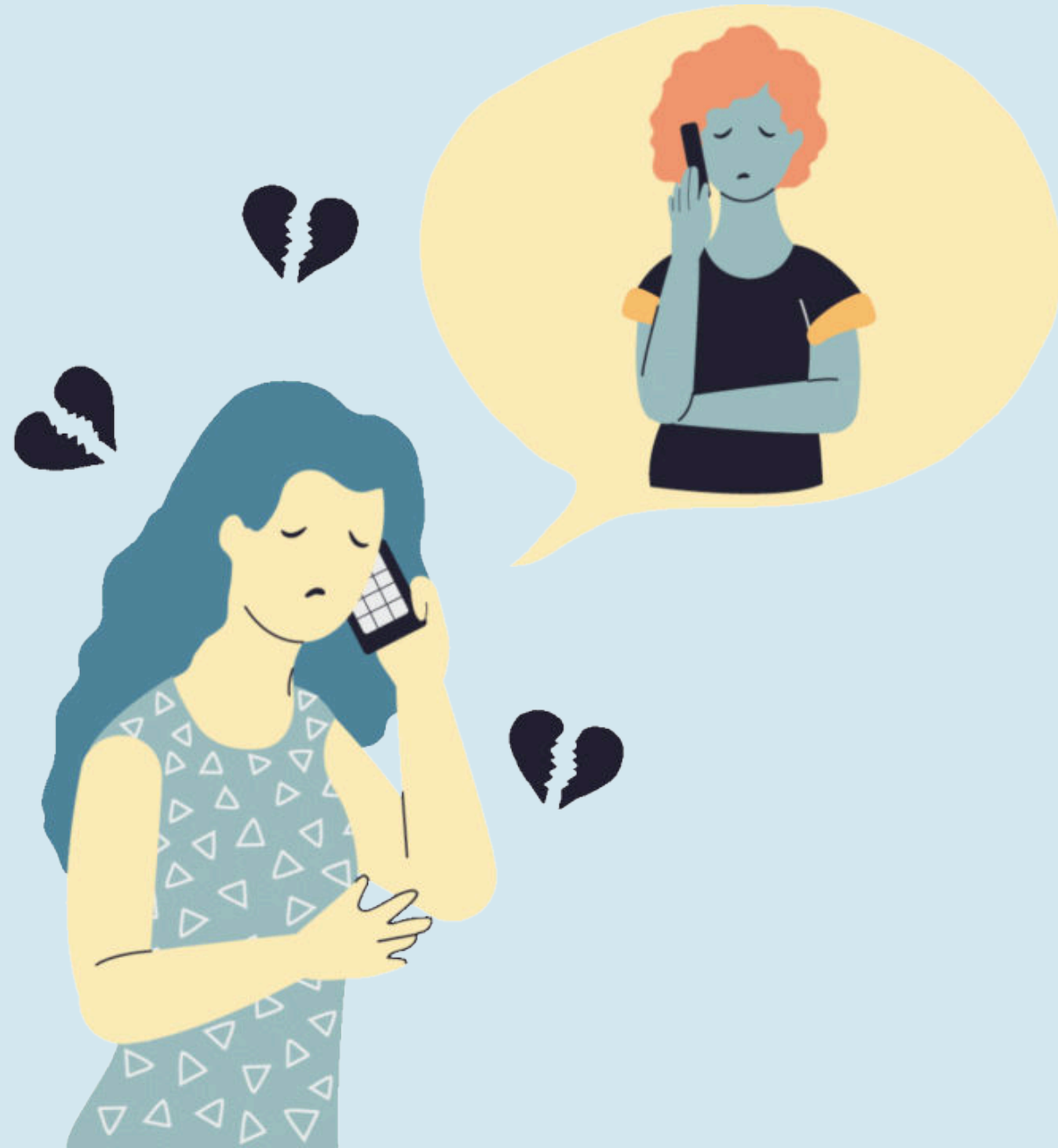
Sosyal Beceriler

Şiddete başvurmanın kaynaklarından bir diğeri ise sosyal becerilerde yaşanan eksikliklerdir. Sosyal becerilerin geliştirilmesi ile birlikte olası şiddet durumlarının da önüne geçilebilir. Sosyal becerilerin gelişimi açısından aşağıdaki yöntemleri deneyebilirsiniz:

- Hobiler edinme
- Toplumsal ve çevresel konularda sorumluluk üstlenme
- Sağlıklı sınırlar oluşturma
- Bireylerin kişisel alan ve sınırlarına saygı duyma
- Kuralların gerekliliğinin farkına varma ve uyma
- Hayır diyebilme becerisi
- İşbirliği ve ekip çalışmalarına katılımda gönüllülük
- Destek isteme ve destek verme



Duygu Düzenleme



Şiddet eğilimi genel olarak öfke ve kaygı duygularının doğru yollarla yansıtılmaması ve kontrol edilememesi nedeni ile de ortaya çıkabilmektedir. Duyguların düzenlenmesi ve doğru yöntemlerle ifade edilebilmesi, şiddet olaylarının azalmasını sağlayabilir. Duygu düzenleme;

- Duygu, düŐünce ve davranıŐ farkındalığı
- Duyguları tanıma ve anlamlandırma becerisi
- Duyguları yapıcı bir biçimde ifade edebilmeyi öğrenme
- Öfke kontrolü
- Stres Yönetimi

ile saęlanabilir.

Destek Durakları



- 1 Okul Rehberlik ve Psikolojik Danışma Servisi
- 2 Okul İdaresi/ Öğretmenler
- 3 Rehberlik ve Araştırma Merkezi
- 4 Aile
- 5 Kolluk Kuvvetleri
- 6 Sağlık Kurum ve Kuruluşları
- 7 Aile, Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı
- 8 Şiddet Önleme ve İzleme Merkezi (ŞÖNİM)
- 9 Savcılık ve Hukuk Büroları
- 10 ALO 183



DİNLEDİĞİNİZ İÇİN
TEŞEKKURLER