

CİNSEL ŞİDDET

Cinsel Şiddet Nedir?

Karşı taraf üstünde kontrol ve güç oluşturmak amacı ile kişinin isteği dışında cinsel ilişkide bulunmak ya da zararlı cinsel davranışlara zorlamaktır. Cinsel şiddet sözel, sözel olmayan ve fiziksel cinsel saldırıyı, zorla pornografi izletmeyi ve tecavüzü kapsar.

➤ **Tehdit ve gözdağı vermek cinsel şiddettir!**

“Sevgilim onunla cinsel ilişkiye girmezsem benden ayrılacağını söyledi, ben de istemememe rağmen ilişkiyi devam ettirebilmek için onunla yattım.”

➤ **“Hayır” cevabını dinlememek cinsel şiddettir!**

“Partnerim seks yapmak istiyordu ama ben o anda istemiyordum. Sürekli “hayır” dedim ama beni dinlemiyordu. Başka ne yapacağımı bilemedim o yüzden pes ettim.”

➤ **Fiziksel güç kullanmak ya da buna dair tehditte bulunmak cinsel şiddettir!**

“Hayır dememe rağmen beni güç kullanarak yatırdı ve cinsel ilişkiye girdi.”

Taciz Nedir?

Bir kişi fiziksel, cinsel ya da duygusal tacize maruz kalabilir.

- **Fiziksel:** En belirgin olanıdır. Tokat atmak, vurmak, tekmelemek, çimdiklemek, ısırarak, saç çekmek, itip kakmak, kesici ya da delici bir aletle yaralamak ya da tehdit etmek, kişisel eşyalara zarar vermek, duvarları yumruklamak, eşya fırlatmak, kişinin giysilerini parçalamak, yırtmak sayılabilir. Eşyaya ya da evcil hayvanlara uygulanan şiddet de ciddiye alınmalıdır çünkü bunlar da sembolik işaretlerdir.
- **Cinsel:** Cinsel ilişkide bulunmaya zorlanmak, başkaları ile ya da başkaları seyrederken cinsel ilişkide bulunmaya zorlanmak, cinsel ilişki sırasında kesici/delici alet kullanılması, doğum kontrolü uygulamamak için zorlama ya da karşı tarafı manipüle etmek için cinsel ilişkide bulunmama veya bulunmamakla tehdit etme. Cinsel şiddet karşı tarafı küçük düşürmek, değersizleştirmek ve üzerinde güç ve kontrol kurmak için yapılan davranışlardır.
- **Duygusal:** İlk iki kategori kadar belirgin olmamasına karşın çok travmatiktir ve olumsuz etkileri uzun süre devam edebilir. Kişinin duygusal şiddete maruz kaldığını inkar etmesi kolaydır ancak onun etkilerinden kurtulması uzun sürer. Duygusal şiddet kişinin özgüvenini sistematik olarak yıkmayı hedefler.
 - Gözdağı vermek: Şiddeti uygulayan kişi karşı tarafı bakışları, hareketleri, yüksek sesle konuşarak, eşyaları kırıp dökerek korkutabilir.
 - Tehdit etmek: Şiddet uygulayan kişi karşı tarafı intihar etmek, kendisine ya da karşı tarafa fiziksel zarar vermek ile tehdit edebilir. Bu duyulan korku, kaygı ve terörü artırır.
 - Aşırı kontrolcü olmak: Karşı tarafın hareketlerini, davranışlarını, görüştüğü kişileri, gittiği yerleri, yaptığı şeyleri kontrol ederler. Partnerlerinin ne zaman ne yaptığını bilmek isterler, ilişki içinde kıskanç ve sahiplenicidirler.
 - Başkalarından sakınma (izole etme): Şiddet uygulayan taraf başkaları ile görüşmesinden rahatsız olur. Bunun sonucunda kıskançlık ve kısıtlayıcı olma ortaya

çıkar. Kişi bunlardan kaçınmak için başkalarıyla görüşmemeyi yani kendini kısıtlamayı seçebilir.

Tanıdığım Biri Bunları Yaparsa?

Eğer tanıdığınız herhangi biri sizi isteğiniz olmaksızın cinsel ilişkide bulunmaya zorlarsa, kendinizde olmadığınız bir anda (sarhoş, bayılmış, anestezi etkisinde) cinsel ilişkiye girerse buna "tanıdığın uyguladığı cinsel şiddet" diyebiliriz. Bu durumda şiddet uygulayan bir arkadaşınız, sevgiliniz, akrabanız, komşunuz olabilir. Bu kişi bir partide henüz tanıştığınız biri de olabilir, senelerdir tanıdığınız biri de.

Kadınlar Neden Böyle Bir İlişkiye Devam Ederler?

İnsanlar genellikle birinin böyle bir ilişkiyi sürdürmesini, ya da bunu istemesini anlamazlar. Oysa kişi kendini böyle bir ilişki içinde bulduğunda (evlilik olmasa bile) buna son vermenin ne kadar güç olduğunu anlayacaktır. Bunun nedenlerinden bazıları:

- Bilinmeyenden ya da yalnız olmaktan korkma
- Düşük özgüven
- Partnerinin değişeceğini umma
- Ailede benzer bir ilişki olma nedeniyle bunu normal algılama
- Ailesi, arkadaşları ya da sosyal statüsü ilişkiye devam etmesi için baskı unsuru
- Finansal olarak partnerine bağımlı olma
- Kendini suçlu hissetme ve utanç duyma
- Duygusal anlamda destek akabileceği kimsenin olmaması
- Bundan kurtuluş olmadığını düşünme
- Ayrıldığında daha da fazla şiddet görmekten korkma
- Partnerinin kendi kendine zarar vermesinden endişelenmesidir.

Birinin Şiddete Mahsur Kaldığını Nasıl Anlarım?

Şiddete maruz kalan kişi bundan utandığı için başkalarından saklama eğilimindedir. Yaralarını gizler, hikayeler uydururlar. Aşağıdaki liste şiddet gören bir insanı anlamak için ipucu niteliğindedir.

- Tutarsız davranışlarda bulunur yaşam hakkında korkuları vardır.
- Başkalarına güvenmez, izoledir.
- Az sayıda arkadaşı vardır, başkalarıyla fazla kurmaz.
- Şiddet gördüğü kişiye ekonomik ve duygusal açıdan bağımlıdır.
- Düşük özgüveni vardır.
- Çocuklukta tacize uğramış veya başkalarının taciz edildiğinde şahit olmuş olabilir.
- Öfke patlamaları yaşayabilir ya da aşırı utanç duyabilir.
- Durumundan kurtulmak için umudu yoktur.

- Sorunun kendisinde olduğunu düşünür.
- İyileşmeyen ve sebebi belli olmayan yaraları vardır.

Birinin şiddet eğilimi olduğunu nasıl anlarım?

- Aşırı kıskançlık ve kontrolcü davranma
- Gerçekçi olmayan beklentiler (Sevgilim her şeyimle ilgilensin)
- Partnerinin diğer insanlarla olan ilişkilerini kısıtlamak
- Sorunları ve duyguları için başkalarını suçlamak
- Kolayca kızmak ve savunmacı davranmak
- Hayvanlara ya da çocuklara karşı zalimce davranışlarda bulunmak
- Cinsel ilişki sırasında güç kullanmak
- Sözel olarak tacizde bulunmak
- Cinsel ilişkide kadın erkeğine hizmet eder düşüncesi
- Duygu durumunda ani değişiklikler
- Şiddet kullanmakla ilgili tehditler savurmak
- Eşyaları kırmak, zarar vermek
- Tartışma sırasında güç kullanmak.

Bazı Mitler!!!

İlişkilerde yaşanan şiddete karşı pek çok mit vardır. Bu mitlerin hepsi yanlış bilgi içerir. Unutmayın! Yalnız değilsiniz.

1. Yanlış benim başıma geldi. Amerikada her 6 dakikada bir kadın tecavüze uğruyor. Her yıl 3 milyon kadın dayak yiyor. Bunların pek çoğu korktukları ya da utandıkları için ortaya çıkıp başlarına geleni anlatmıyor. Bazıları ise böyle bir sorunları olduğunu görmezden gelmeyi tercih ediyorlar.

2. Bunu hakettim. Hiç kimse şiddete maruz kalmayı hak etmez. Eğer partneriniz sizi istismar ediyorsa bu yanlıştır.

3. Tecavüzcüler ve cinsel şiddet uygulayanlar garip, sapık adamlardır. Bu kişiler her ırktan, her sosyoekonomik seviyeden, her eğitim seviyesinden olabilir. Bu kişiler doktor, mühendis, sanatçı da olabilirler kamyon şoförü, milletvekili, öğretmen de.

4. Bu normal. Partnerinizin böyle yetişmiş olması, sizin buna alışkın olmanız ya da ilişkinizin hep böyle devam etmiş olması durumu normalleştirmez. Şiddet davranışının bahanesi özürü yoktur.

5. Bana hiç kimse yardım edemez. Yanlış! Bir sorun olduğunu kabullenmek ve bunu çözmek için adım atmak sizin sorumluluğunuz. Sizi anlayacak ve yardım edebilecek birçok uzman kişi var.

6. Bir ilişkide hem aşk hem şiddet bir arada olamaz. Pek çok tacizci ve tacize uğrayan kişi partnerini sever. Ancak cinsel şiddet devam edince sevgi azalır, değişir ya da tamamen kaybolur.

Daha fazla bilgi için:

KURES- Rehberlik Servisi

Tel: +90 212 338 1749