

İstismar

İstismar Nedir?

İstismar, yaşı ve cinsiyeti ne olursa olsun herhangi birinin yaşamına yönelik kötüye kullanım anlamına gelmektedir. Fiziksel güç ya da kuvvetin, amaçlı bir şekilde kendine, başkasına, bir gruba ya da topluluğa karşı fiziksel zarara ya da fiziksel zararlar sonuçlanma ihtimalini arttırmasına, psikolojik zarara, ölüme, gelişim sorunlarına ya da yoksunluğa neden olacak şekilde tehdit edici biçimde ya da gerçekten kullanılması şeklinde tanımlanmaktadır.

İlişkide partnerlerden birinin diğerini, ebeveynlerin çocuklarını veya fiziksel olarak güçlü çocukların diğer çocukları dövmesi; ebeveynlerin çocuklarının beklentilerini dikkate almaması, ailede maddi kazanç sağlayan erkeğin kadına para harcama konusunda sürekli hesap sorması, yaşlının bakımevinde ihmal edilmesi, bedensel veya zihinsel özürli bireyin toplumdaki dışlanması, amirin geçerli bir neden göstermeden memura yasal haklarını kullandırmaması, doktorun hastayı azarlaması, öğretmeninin öğrenciler arasında ayırım yapması, bir grubun bir bireyle alay etmesi, zengin ülkelerin fakir ülkelere ambargo uygulaması, tutuklulara işkence edilmesi, zorla cinsel ilişkiye girme (tecavüz), namus cinayeti, silahlı çatışma veya savaş gibi durumların her biri istismar kavramını kapsamında yer almaktadır.

İstismar Türleri Nelerdir?

İstismar, fiziksel olarak kötü muamele, duygusal zorbalık, psikolojik zorlama, cinsel istismar veya ihmal biçiminde uygulanabilmektedir.

Fiziksel istismar, bir kişiyi yaralamayı ya da tehlikeye sokacak şekilde birisine fiziksel güç kullanmayı ifade etmekte olup, bir kaza durumu söz konusu olmaksızın yaralanma, zehirlenme, yanma, kırık çıkık veya ölümler

sonuçlanabilecek her türlü kasıtlı davranışları içerir. Tokat atmak, tekme atmak, yumruk atmak, dövmek, hırpalamak, silkelemek, bağlamak, çekiştirmek, makas, bıçak gibi aletlerle yaralamak, kezzap ya da kaynar su dökmek, sigara ile yakmak vb. eylemlerin tümü fiziksel istismar olarak kabul edilmektedir.

Şiddet, oldukça geniş bir kavram olup, kişiler arasında, aile içinde (çocuğa, eşe, yaşlıya), yakın çevrede, toplumda yaşanabileceği gibi; kitleleri etkileyecek sosyal, politik, ekonomik şiddet veya kişinin kendine şiddet uygulaması şeklinde de görülebilmektedir. Bu şiddet türlerinin her biri fiziksel, cinsel, psikolojik ve/veya ihmal/yoksun bırakılma şeklinde yaşantılanabilir. Televizyonda gördüğünüz, gazetelerde okuduğunuz veya diğer kadınlardan duyduğunuz daha ağır fiziksel istismar olaylarının sizin için tehlike arz etmediğini düşünseniz dahi; şunu bilmelisiniz ki fiziksel istismarın "daha iyi" ya da "daha kötü" bir formu yoktur.

Cinsel istismar, genel tanımıyla bir kişinin kendi isteği dışında cinsel eyleme maruz kalmasıdır. İstenmeyen, güvensiz veya aşağılayıcı cinsel aktivitelere katılmak zorunda olduğunuz durumlar cinsel istismar şeklidir. Rüşvetle cinsel ilişki veya partneriniz tarafından uygulanan zorla cinsel ilişki, saldırganlık ve şiddet eylemidir. **Cinsel taciz** ise, cinsel ilişki ve/veya cinsellikle ilgili çeşitli imalarda bulunmak, çeşitli şekillerde cinsel amaçlı fiziksel temas sağlamak, cinsel amaçla bedeninin çeşitli bölgelerine ve/veya cinsel bölgelere dokunmak ve cinsel ilişkiye girmeye teşebbüs etmek gibi farklı biçimlerde görülür.

Duygusal istismar, İstismar türleri içerisinde gündelik yaşamda en sık rastlanan türlerden birisi de duygusal istismardır. Duygusal istismar, bağırma, suçlama ve aşağılama gibi sözlü tacizi içerir. İzolasyon, yıldırma ve kontrol davranışları duygusal istismara birer belirtisidir. Duygusal istismar diğer istismar türleri içerisinde vücutta fiziksel bulguların görülmediği ancak psikolojik etkilerinin yoğun olarak yaşandığı bir istismar türü olması dolayısıyla farklılık gösterir. Duygusal istismar genellikle, bağırma, aşağılama, alay etme, duygulara

kayıtsız kalma, ilişkiyi bitirmeyle tehdit etme, sevgi göstermeme gibi davranışları içerir.

Yalnız bugün maruz kaldığınız istismar durumu değil, daha önceki yıllarda yaşanan istismara bağlı olarak pek çok fiziksel, psikolojik ve sosyal problem görülebilmektedir.

İstismarın Belirtileri Nelerdir?

İstismar sonucunda korku, panik nöbetleri, yoğun utanç, suçluluk duyguları, depresyon, özgüven eksikliği, sinirlilik, konuşma, algılama ve konsantrasyon bozuklukları, kendi bedenini reddetme, ilişki kurma sorunları, aşırı cinselleştirilmiş davranışlar, bedensel dikkat çekme çabası gibi ilişkiyel tepkiler, uyku bozuklukları, psikosomatik hastalıklar, yeme rahatsızlıkları, bağımlı maddelerin tüketimi, şiddet ve ilgisizlik, istismarı hak ettikleri düşüncesi, çaresizlik gibi duygusal sorunlar yaşanabilmektedir.

İstismar İçeren Bir İlişkide Olduğunuzun Belirtileri Nelerdir?

İstismar içeren bir ilişkiye dair çok sayıda işaret vardır. En belirgin işaret, partnerinizden korkmanız. Partnerinizin etrafında yumurta kabukları üzerinde yürümek zorunda kaldığınızı düşünüyorsanız (sürekli olarak, söylediklerinizi izliyor ve size sataşmak için fırsat kolluyorsa), ilişkiniz sağlıksızdır ve istismar içeriyordur. İstismar içeren bir ilişkide olabileceğimize dair diğer belirtiler, sizi aşağılayan veya kontrol etmeye çalışan bir partner, nefret, çaresizlik ve umutsuzluk duygularıdır.

Nasıl Önlenebilir?

Tüm istismar biçimlerini, bunları durdurma ve önleme yollarını öğrenmek hem kendi yaşantınız hem de istismara uğramış birinin hayatı için fark yaratabilir. Unutmayın ki istismarı tanımak, yardım almanın ilk adımıdır!

Yapılabilecekler:

- ❖ Eğer tehlikede iseniz, POLİS İMDAT (155) numaradan yardım almak
- ❖ İstismar ile ilgili uyarı işaretlerini fark etmek
- ❖ Duygusal istismarın zararını hafife almamak
- ❖ Daha önceki yıllarda maruz kaldığınız istismar durumlarının sizin üzerinizdeki etkilerini fark etmek
- ❖ Şiddet ve şiddet döngüsü hakkında fikir sahibi olmak
- ❖ Başkalarının suiistimal edildiğini söyleyen kırmızı bayrakları tanımak

Eğer Marmara Üniversitesi mensubu iseniz ve istismar sonucunda korku, panik nöbetleri, yoğun utanç, suçluluk duyguları, depresyon, özgüven eksikliği, sinirlilik, konuşma, algılama ve konsantrasyon bozuklukları, kendi bedenini reddetme, ilişki kurma sorunları, aşırı cinselleştirilmiş davranışlar, bedensel dikkat çekme çabası gibi ilişki tepkileri, uyku bozuklukları, psikosomatik hastalıklar, yeme rahatsızlıkları, bağımlı maddelerin tüketimi, şiddet ve ilgisizlik, istismarı hak ettikleri düşüncesi, çaresizlik gibi duygusal sorunlar yaşıyorsanız marpam@marmara.edu.tr adresi üzerinden **MARPAM'dan** randevu alabilirsiniz.