

## Şiddet Nedir?

"Fiziksel güç ya da kuvvetin, amaçlı bir şekilde kendine, başkasına, bir gruba ya da topluluğa karşı fiziksel zarara yol açacak ya da fiziksel zararlar sonuçlanma ihtimalini artıracak, psikolojik zarara, ölüme, gelişim sorunlarına ya da yoksunluğa neden olacak şekilde tehdit edici biçimde ya da gerçekten kullanılmasıdır." (World Health Organization, 2002: 4).

## Şiddet Türleri

- Fiziksel Şiddet
- Cinsel Şiddet
- Psikolojik Şiddet
- Ekonomik Şiddet
- Sanal Şiddet
- Israrlı Takip (Stalking)
- Flört Şiddeti
- Gaslighting



Şiddet sadece nefreti arttırır...  
Luanne Rice

## Aile İçi Şiddet

Tehdit, baskı ve kontrol içeren, fiziksel, cinsel, ekonomik veya acı çekmenize sebep olan her türlü davranışı  
**AİLE İÇİ ŞİDDETTİR.**



**Aileye Yönelik  
Şiddet Suçtur.**

## Güvenli İlişki Kurabilmek İçin;

→ Kendi isteklerinizin, ihtiyaçlarınızın, düşüncelerinizin, beğenilerinizin farkında olun ve bunları ifade edin.

→ Zorunluluktan ya da karşınızdaki kişiyi memnun etmek için değil, kendiniz istediğiniz için evet deyin.

→ Suçlu hissetmeden hayır diyebilirsiniz.

→ Çatışmaları, fikir ayrılıklarını, karşındaki kişi için duymanın zor olabileceği duyguları ifade ederken kendinizi güvende hissedin.

→ Kendinizi gözetin, kendinize vakit ayırın.

→ Hissettiklerinizin ve yaptıklarınızın arasında uyumsuzluk yaşamadığınızdan emin olun.

→ Kendi hedeflerinize ulaşmada desteklendiğinizi hissedin.

→ Başkasının mutluluğundan değil, kendi mutluluğunuzdan sorumlu olun.

→ İlişki içinde eşit olduğunuzu hissedin.

## Şiddet Karşısında Başvurulabilecek Yerler

Okul Rehberlik Servisi

Okul İdaresi

Rehberlik ve Araştırma Merkezi

T.C. Aile, Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı İl Müdürlüğü

112 Acil Yardım Hattı  
(Polis, Jandarma, İtfaiye, Ambulans)

Aile İçi Şiddet Acil Yardım Hattı  
(02126569696-05496569696)

ALO 183 Sosyal Destek Hattı

Şiddeti Önleme ve İzlem Merkezi  
(ŞÖNİM)

Belediyelerin Kadın Dayanışma Merkezleri

Kadın Sivil Toplum Kuruluşları

Çocuk İzlem Merkezleri

Üniversitelerin Çocuk Koruma Merkezleri



## HANİFE-SELÇUK TEŞİK REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ

## ŞİDDETLE MÜCADELE BİLGİLENDİRME BROŞÜRÜ 1

ADRES:

Kemalpaşa Mahallesi Okullar Caddesi Adnan Tüzün Sokak No 4  
İnegöl / BURSA

TLF: 02247139838