

**İHMAL  
İSTİSMAR VE  
MAHREMİYET EĞİTİMİ  
NASIL OLMALI?**

# ÇOCUK HAKLARI

- 0-18 yaş aralığındaki her birey çocuktur ve evrensel olarak kabul edilmiş bazı haklara sahiptir. Bunlar:
  - Sağlıklı yaşam hakkı
  - Eğitim hakkı
  - Beslenme ve barınma hakkı
  - Oyun (eğlence hakkı)
  - Katılım: Kendisiyle ilgili kararlarda düşüncesini ifade etme gibi.
- ve bu haklardan çocuğun mahrum edilmesi düzeyine göre ihmal ve istismar kavramıyla açıklanmaktadır.



# İHMAL

- 18 yaşın altındaki çocukların ya da ergenlerin fiziksel ve psikolojik sağlıkları ve gelişmeleri için temel olan beslenme, korunma, sevgi, gözetim, eğitim ve yol gösterme gibi gereksinimlerinin kendilerine bakıp gözetmekle yükümlü kişilerce yeterince karşılanmamasıdır.

- **Fiziksel ihmal:**Çocuğun barınma, giyinme, beslenme, sağlık hizmetinden yararlanma, temizlik vb ihtiyaçlarının karşılanmaması durumu.
- **Duygusal ihmal:** Çocuğun duygusal anlamda ihtiyaçlarının karşılanmaması ,reddedilmesi, sürekli azarlanması, çocuk için gerekli olan sevgi ve ilgi ihtiyacının giderilmemesi gibi pek çok davranış ve tutumu içerirken aynı zamanda aşırı koruyucu tutumla çocuğun gelişiminin engellenmesi de duygusal ihmal kapsamındadır.
- **Cinsel ihmal:** Çocuğun cinsel açıdan sömürülmesine karşı yeterince korunmaması durumudur (Tezdiğ, 2017). Ayrıca çocuğun cinsel gelişimine önem verilmemesi, kayıtsız kalınması ve cinsel açıdan kullanılmasına karşı korunmaması da çocuğun cinsel yönden ihmal edilmesidir.
- **Eğitimsel ihmal:** Çocuğun okula gönderilmemesi veya eğitim ihtiyaçlarının bilerek veya bilmeyerek bir kısmının veya tamamının karşılanmamasıdır(Sağır, 2013)
- **Ekonomik ihmal:** Çocuğa gelişimsel açıdan zarar verecek işlerde çalıştırılması ve ucuz işgücü olarak kullanılması gibi ekonomik nedenlere dayandırılarak uygunsuz koşullarda, uygun olmayan şartlarda kullanılması durumudur (Burç, 2014)



# İHMALİN GÖSTERGELERİ

| Fiziksel Göstergeler  | Davranışsal Göstergeler  | Duygusal Göstergeler  | Bilişsel/Gelişimsel/Akademik Göstergeler |
|---|--|---|--|
| Sürekli açlık belirtileri<br>Hijyensiz ortam: Keçeleşmiş saçlar,<br>kirliliği cilt veya şiddetli vücut kokusu | Kendi kendine zarar veren<br>davranışlar                       | Düşük benlik algısı-kendine değer<br>verme                                | Devamsızlık sorunu                       |
| Uygun olmayan kıyafetler  | Dilenme, yiyecek çalma   | Bağlanma zorlukları   | Özdisiplini öğrenme eksikliği            |
| Denetimsizliğin sürekli olması: Çocuk<br>evde bakım sağlayacak kimsenin<br>olmadığını belirtir.               | Okulda bulunma süresinin uzaması<br>(erken gelme ve geç gitme) |   | Bir görevi tek başına yapamama           |
| İhmal edilmiş fiziksel sorunlar ve tıbbi<br>bakım   | Sürekli yorgunluk, halsizlik ya da<br>derste uyuyakalma        | Sosyal sorunlar-kısıtlı arkadaş<br>ilişkileri                             | Zayıf notlar                             |
| Normal kilonun altında olma   | Yetişkin sorumluluklarını ve ilgilerini<br>yüklenme            | Uygun olmayan isteklere hayır<br>demede zorluk (ilgi ihtiyacı ile ilgili) | Öğrenme zorluğu                          |
| Kötü gelişim şekilleri<br>• Büyümememe<br>• Bitler, karın şişmesi, çok zayıf<br>görünüş                       | Evde bakıcının olmadığı durumlar                               | Sosyal içe çekilme-yoğun içe atım<br>sorunları                            |  |
| Uykusuz görünme   | Sık sık devamsızlık yapma veya<br>gecikme                      |   |  |



# İSTİSMAR

- Çocuğun yaşamına, sağlığına, gelişimine ve değerlerine zarar veren fiziksel veya duygusal davranışların tümüdür.

# FİZİKSEL İSTİSMAR

- Fiziksel istismar çocuğun kaza sonucu oluşmamış ve fiziksel zarar görmesiyle ortaya çıkan yaralanmalardır.

## Çocuklarda Fiziksel İstismar Şekilleri

- Dövülme
- Açıklanamayan yara bere ve darbe izleri
- Açıklanamayan yanıklar
- Açıklanamayan kırıklar/çıkıklar, kafa derisinde saç kaybı
- Sarsılmış Bebek Sendromu: Genellikle 2 yaşın altında karşılaşılan, kızgın anne, baba ya da bakıcısı tarafından susturmak ya da uyutmak amacıyla hızlı ve giderek artan şiddette sallanan bebeklerde beyin dokusunun kafa içerisinde ileri geri hareket etmesi sonucunda beyin kanaması meydana gelen bir istismar tipidir.

## Davranışsal Göstergeler

- Cezalandırmayı hak ettiği yönündeki tutum
- Ağrı şikayetleri ya da rahatsız hareketler
- İklim şartlarına uygun olmayan ve vücudu saklamak için giyilen giysiler
- Diğer çocukların ağlamasına duyarlı olma
- Okula erken gitme, okuldan geç ayrılma
- Evden kaçma (ergenlerde)
- Sosyal işlevsellik alanında sorunlar
- Yakın ilişki kurmada zorluklar
- Çatışmalı, duygusal yoğunluğu az, yoğun öfke ilişkileri kurma
- Karşı gelme bozukluğu
- Eve gitmekten korkma
- Yetişkinler ile iletişim kurmaktan sakınma
- Ebeveynlerden korkma
- Ebeveyn tarafından bildirilen yaralanmalar

## Bilişsel/Gelişimsel/Akademik Göstergeler

- Okul başarısında düşme

## Uzun ve Kısa Dönemli Psikolojik Sonuçları

- İzolasyon
- Korku
- Güven Kaybı
- Depresyon ve anksiyete
- Düşük özdeğerlilik



# DUYGUSAL İSTİSMAR

- Çocuğun duygusal bütünlüğüne ve kişilik gelişimine zarar veren her türlü davranış ve eylemdir.
- Çocuğun duygusal istismarı tek başına olabilir ya da fiziksel ve/ya cinsel istismarla birlikte görülebilir.
- Duygusal istismarın olduğu yönünde şüphelenmek zor bir iştir. Çocukta herhangi bir yara bere izi yoktur ya da çok düzgün bir biçimde giyinir ve beslenir. Ayrıca bunun normal olduğunu düşünen çocuk da duygusal istismara uğradığına dair herhangi bir açıklama yapmayabilir.
- Çocuk davranışlarında fazla saldırganlıktan edilgenliğe kadar aşırılıklar sergiler. Çocuk gecikmiş fiziksel, duygusal veya entelektüel gelişim gösterir.

# DUYGUSAL İSTİSMAR DAVRANIŞLARI NELERDİR?

- Çocuğa bağırmak,
- Çocuğu reddetmek,
- Çocuğu aşığılamak,
- Çocuğa küfür etmek,
- Çocuğu yalnız bırakmak,
- Çocuğu suçlamak
- Çocuğun cesaretini kırmak / sindirmek,
- Çocuğun gözünü korkutmak / tehdit etmek,
- Çocuğa baskı uygulamak ve aşırı otoriter davranmak,
- Çocuğa duygusal olarak yokmuş gibi davranılması,
- İhtiyaç duyduğu sevgi, ilgi ve yakınlığın gösterilmemesi,
- Çocuğun duygusal ihtiyaçlarına yanıt vermemek / karşılamamak,
- Çocuktan yaşının üzerinde davranışlar beklemek ve çocuğa yaşının üzerinde sorumluluklar yüklemek,
- Kardeşler arasında ayırım yapmak,
- Çocuğu küçük düşürmek,
- Çocukla alay etmek ve çocuğa lakaplar takmak,
- Çocuğu kendine bağımlı hale getirme ve çocuğu aşırı korumak

# DUYGUSAL İSTİSMAR ÇOCUKLARI NASIL ETKİLER?

| Fiziksel Göstergeler   | Davranışsal Göstergeler  | Duygusal Göstergeler  | Bilişsel/Gelişimsel/Akademik Göstergeler   |
|--|--|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Konuşma ya da diğer iletişim bozuklukları</li><li>➤ Fiziksel gelişimin yavaşlaması</li><li>➤ Çocukta var olan astım ya da alerji gibi bazı hastalıkların şiddetlenmesi</li><li>➤ Madde bağımlılığı</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Alışkanlık bozuklukları (parmak emme, sallanma vb. gibi) •</li><li>➤ Suç işleme de dahil olmak üzere antisosyal ve yıkıcı davranışlar</li><li>➤ Nevrotik özellikler (uyku bozuklukları, oyun oynamada tutukluluk)</li><li>➤ Gelişimsel gecikmeler</li><li>➤ Davranış bozuklukları (şikakey etme, pasiflik, saldırganlık vb)</li><li>➤ Aşırı uyum sorunları (yaşından büyük ya da küçük davranma)</li><li>➤ Kendine zarar verici davranışlar ya da intihar düşünceler</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Sosyal ilişkilerini etkileme</li><li>➤ Yaşının gerektirdiği şekilde davranamama</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Duygusal istismara eşlik eden gelişimsel gecikme bilişsel gecikmeye de neden olarak çocuğun akademik performansını etkiler</li></ul> |

# CİNSEL İSTİSMAR

- Çocuğun bir yetişkin ya da kendisinden büyük bir çocuk tarafından anlamadığı ve / ya kabul etmediği, gelişimsel olarak hazır olmadığı ve karşı tarafın cinsel tatmini için kullanılması durumudur.
- Bu her türlü cinsel içerikli konuşmayı, şakalaşmayı, teşhir ve röntgencilik gibi temas içermeyen istismar türlerinden, çocuğun cinsel organlarına dokunma, oral-genital seks, ensest, tecavüz, çocuğu fuhuş ve pornografik materyallerin üretiminde kullanma ve gibi tüm davranışları ve eylemleri kapsamaktadır.
- “Çocuk cinsel istismarı en sık 6-10 yaş arasında görülmektedir.
- İstismara uğramada kız çocukların oranı erkek çocukların oranına göre daha yüksektir”.
- Cinsel istismar, çoğunlukla mağdurun tanıdığı kişi tarafından gerçekleştirilir. Saldırgan nadiren yabancı olur.

| Fiziksel Göstergeler   | Davranışsal Göstergeler   | Duygusal Göstergeler   | Bilişsel/Gelişimsel/Akademi k Göstergeler  | Uzun ve Kısa Süreli Psikolojik Etkileri  |
|--|---|--|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Yürüme ve oturmada zorluk çekme</li> <li>➤ Yırtılmış, lekeli veya kanlı iç çamaşırları.</li> <li>➤ Genital bölgede acı, şişkinlik, kızarıklık, kanama ya da kaşıntı.</li> <li>➤ İdrar yapmada acı çekmek</li> <li>➤ Genital bölgenin dışında bereler, kanama ya da yırtılmalar olması</li> <li>➤ Cinsel yolla bulaşan hastalığın tespiti</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Uygun olmayan cinsel oyunlar veya ileri derecede cinsel bilgi sahibi olma ve rastgele cinsel ilişki kurma.</li> <li>➤ Histeri, duygularını kontrol edememe</li> <li>➤ Okulda beklenmedik zorlanmalar</li> <li>➤ Uzaklaşma ve depresyon</li> <li>➤ Akranlarla ilişkilerde zorluk ve onlarla ilişkiden çekinme</li> <li>➤ Kendi kendine sosyal tecrit oluşturma</li> <li>➤ Fiziksel temas veya yakınlıktan kaçınma</li> <li>➤ Ani ve aşırı kilo değişimi (zayıflama ya da şişmanlama)</li> <li>➤ Belli yerlerden ve kişilerden çok fazla korkma</li> <li>➤ Tanıdık bir yetişkinden kaçma ya da kaçınma davranışı sergileme</li> <li>➤ Çocuğun ifadesi:“Cinsel istismarın en güçlü göstergelerinden biri çocuğun ifadesidir. Çocuk cinsel istismara uğradığını söylüyorsa, bunu ciddiye alın. Çocuğun iyiliği ve onu korumak için kuşkularınızı bir kenara bırakın.”</li> </ul> | <p>Duygusal Göstergeler</p> <p>Cinsel istismar çocuğun güven duygusunun yıkılmasında çok büyük tahribatlara yol açar. Bundan başka, istismarcı çocuğu sürekli sessiz kalması için yönlendirir (bu bizim küçük sırrımız gibi) ya da tehdit eder. Bu yönlendirme çocuğun anlama kabiliyetini aşan bir durumdur. Çocuk bir dizi duygusal tepkiler verir:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Kendilik Sorunları,</li> <li>➤ Düşük Öz Değer,</li> <li>➤ Suçluluk (Benim Hatam),</li> <li>➤ Utanç,</li> <li>➤ Depresyon,</li> <li>➤ Anksiyete,</li> <li>➤ Ruhsal Gelgitler,</li> <li>➤ Benlik Saygısında Ciddi Azalma,</li> <li>➤ Öfke Tepkileri,</li> <li>➤ Karşı Gelme Bozukluğu Gibi</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Öğrenme güçlüğü</li> <li>➤ Dağılmış ilgi-dikkat eksikliği</li> <li>➤ Akademik başarısızlık</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Travma sonrası stres bozukluğu gösterme</li> <li>➤ Kabuslar</li> <li>➤ Fobiler-korku tepkileri</li> <li>➤ Uyku bozuklukları</li> <li>➤ İçe kapanma</li> <li>➤ Dikkat eksikliği</li> <li>➤ Enürezis-Enkoprezis</li> <li>➤ Aşırı fantezi kurma</li> <li>➤ Uyurgezerlik</li> </ul> |

# ÇOCUKLARI İSTİSMARDAN KORUMAK İÇİN EBEVEYNLERE ÖNERİLER:

- Mahremiyet eğitimi ile bedeninin kendisine ait olduğu çocukluk döneminde öğretilmelidir.
- **ÖZEL ALAN TANIMLAMA**
- Bu özel alanlar aynı zamanda anne babanın da özel alanıdır. Çocuk anne-babasının bu alanlarını görmek istediğinde aile izin vermemeli, bu alanların kişiye özel olduğunu belirtmeli ve kimseye gösterilemeyeceğini anlatmalıdır. Böylece çocuk kendi özel alanını korumayı, başkalarının da özel alanlarına dokunmamayı ve bakmamayı öğrenecektir.
- Eş ,dost ve akrabalar tarafından çocuk, özel alanlarına dokunularak, öperek, vurarak sevilmemelidir.
- “Özel bölge” öğretilmeli ve çocuğun kendi özel bölgesinin farkına varması sağlanmalı
- **ÖZEL BÖLGE**  
«Özel bölgelerimizi kapatmak için iç çamaşırı giyeriz. Denize girerken mayo giyilmesinin sebebi de budur. Hiç kimse senin özel bölgelerini göremez ve oralara dokunamaz. Sen de başkalarının özel bölgelerine dokunamazsın »

Ayıp, günah, yasak yerine ÖZEL..

## İZİN VERİRSEM DOKUNABİLİRSİN!

- Bu bilincin oluşturulabilmesi için anne baba, çocuğunun vücudunu hoyratça sevmekten sakınmalıdır. Bebekleri severken dudaktan öpme veya özel bölgelerine dokunma gibi cinsel içerikli kabul edilebilecek davranışlar çocuğa sevgi gösterme amaçlı kullanılmamalıdır.
- Ebeveynlerin çocuklarını öperken « Seni öpebilir miyim?» diye izin istemeleri bu bilincin oluşmasında etkilidir.

- Çocuğun bedeninin kendisine ait olduğunu öncelikle siz kabul edin. Zorla öpmek, sıkıştırarak sevmek, sizi öpmesini istemek gibi masum görünen taleplerinizi sorgulayın.
- Bir başkasına sevgi ve değer göstermenin tek yöntemi fiziksel temas kurmak ve dokunmak değildir. Sevgi ve değer; sözel iletişim kurarak ve çocukların kendilerini ifade etmelerine alan açarak da gösterilebilir. Çocukların “hayır”larını duymadığınızda ve fiziksel temas konusunda ısrarcı davrandığınızda; çocuklar kendi bedenleri üzerinde kontrol sahibi olmadıklarını, sizin ve başka yetişkinlerin istedikleri zaman ve istedikleri şekilde onlara dokunmaya hakkı olduğunu düşünmeye başlarlar.
- Çocuklara sizi öpmesi ya da size sarılması karşılığında vaatlerde bulunmanız, bunları yapmadıklarında ilgiyi ve iletişimi kesmeniz, küsmeniz, konuşmamanız; onlara başkalarını memnun etmenin, kendi memnuniyetinden daha önemli olduğu mesajını verir. Bu durum kendi ihtiyaçlarını ve isteklerini ikinci plana atmalarına neden olur ve kişisel sınırlarını oluşturmalarını zorlaştırır. Bu mesajlar çocukların yetişkinlerden gelen istismar ve istenmeyen davranışlara karşı daha açık hale gelmesine sebep olabilir.
- ‘Hayır’ın bir cevap olmadığını öğrenen çocuklar, kendisinin de rahatlıkla başkalarının sınırlarını ihlal edebileceğini düşünür. Unutmayın ki sınırları ihlal edilen çocukların ileride sınır ihlal eden bireyler olma ihtimali yükselir.

- Çocuklara başkalarını öpmek ya da onlara sarılmak konusunda seçim hakkı vermek önemlidir. Böylece bedenleri üzerinde söz sahibi olduklarını bilir ve diğer kişilerin bu kararlara saygı göstermeleri gerektiğini öğrenirler. Böylece bir yetişkin tarafından bedenlerine yönelen saygısız ya da istismar edici bir davranışı fark edebilir, bunun doğru olmadığını bilir ve bu konuda kendilerini daha iyi ifade edebilirler.
- Çocuklara birine sarılma –sarılmama, öpme-öpmeme konusunda seçim yapma hakkı tanıyın. Ardından kararına saygı duyun.
- “X teyzene sarılmak ister misin? Hayır mı? Pekala.” Sarılmadan ya da öpmeden selam verebilecekleri alternatifler sunun. “Y amcana merhaba demek ister misin? X teyzene el sallamaya ne dersin?”
- Akrabalarınıza ve arkadaşlarınıza ne yapmaya çalıştığınızı anlatın. “A’ya bedeni ile ilgili kararların ona ait olduğunu öğretiyoruz. Seçimlerine sizler de saygı gösterdiğiniz için teşekkürler.”



- Çocuğunuzla iyi bir iletişim içinde olun. Ailesiyle sağlıklı iletişim kurabilen, sevgi-saygı ortamında büyüyen çocuklar hem istismara uğrama konusunda daha az risk taşırlar, hem de başlarına gelen olumsuz olaylarda ailelerinden destek isteyebilirler.
- Çocuğunuzun öğretmeni, danışmanı ve okul müdürüyle tanışın. Okulun istismar konusundaki politikalarını öğrenin ve bu politikaların doğru uygulanması için işbirliği yapın.
- Çocuğunuzun sağlıklı arkadaşlıklar geliştirmesine yardımcı olun. Kalabalık içinde olmak güven verir ve zorbalara arkadaş çevresi olan çocukları daha az hedef seçerler.
- Çocuğunuza şiddetin kabul edilemez olduğunu öğretin. Çocukların % 60'ı istismara tanık olurlar. Bu çocuklar, diğerlerinin davranışlarını etkilemede ve mağdurlara yardımcı olmada hayati bir role sahiptir. Anne babalar, şiddeti hoş görmeyen değer sistemleri oluşturmada rol modeli olabilirler.
- İyi sırlar-kötü sırlar vardır: Gizlilik cinsel istismar uygulayan kişilerin en sık başvurduğu yollardan biridir. Bu nedenle çocuklara onları endişelendiren, rahatsız eden, onları ürküten tüm sırların kötü sır olduğu , saklanmaması gerektiği tam tersine güvendikleri bir yetişkine anne-baba-öğretmen gibi anlatılması gerektiği öğretilmelidir.
- Çocuğunuza istismarı nasıl şikayet edeceklerini öğretin. Kendiniz de bu durumlarda nereden yardım istenebileceğini öğrenin.



# YARDIM İSTEMEYİ ÖĞRETİN

- Biri onlara kötü, rahatsız edici bir şey yaparsa arkadaşlarından ya da büyüklerinden yardım istemeyi öğretin.
- Ona doğru gelmeyen şeyleri size rahatlıkla söyleyebileceğini ifade edin. Bazen çocuklarımızın olayları abarttığını düşünürüz ne olursa olsun söylediklerini kulak ardı etmeyin.
- Çocuğunuza inanın eğer yardım istiyorsa bunu geri çevirmeyin. Çocuklar bu konularda çok ender yalan söylerler.

- Kişisel sınırlar ya da mahremiyet kavramının insan vücudu için kullanıldığındaki anlamı; hakkında konuşulması, bakılması ve dokunulması uygun olmayan bölgeleriyle ilgili dokunulmazlık hâlidir.
- Mahremiyet kuralları iki cins için de geçerlidir.

- Kişisel sınırlar bilinci kişinin kendisini değerli görmesini ve hissetmesini sağlar.
- Olumlu benlik algısı oluşturur.
- Karşılıklı saygı ve güven oluşumuna katkı sağlar.
- Anormal düşünce, tutum ve davranışlardan kişiyi uzak tutar.
- Kendine ve karşı cinse ait sosyal rolleri benimser.

# MESKEN MAHREMİYETİ

- Şahsi eşyalar, resimler, odalar herkesin kullanacağı, ihlal edeceği, göreceği hâle getirilmemelidir.
- Kişi kendi özel hayatını koruduğun gibi başkasının özel hayatına da saygı duymalıdır.
- Başkasına ait özel eşyalar izinsiz kullanılmamalı ve başkalarının evlerine/odalarına izinsiz girilmemelidir.

# İNTERNETİN SAĞLIKLI KULLANILMASI VE SİBER ZORBALIK

- Bireylerin iletişimden eğlenceye, alışverişten film izlemeye, sosyal yaşamda aktif olarak katılımlarını gerektiren faaliyetler şekil değiştirerek sanal ortama taşınmaktadır.
- İnternet ve cep telefonu kullanımı gençler arasında yaygınlaşmış ve akran kültürünün önemli bir parçası haline gelmiştir.
- Ergenin kimlik kazanımında, gerçek yaşamında arkadaşları ile kurduğu ilişki ve bir gruba karşı geliştirdiği aitlik duygusu kadar internet ortamında geliştirdiği arkadaşlıklar ve sosyal çevre de ergen birey için önemli olmaktadır.

- Ergenlerin interneti verimli ve etkili kullanmaları arkadaşları ile ilişkilerini geliştirirken, internetin uzun süre ve verimsiz kullanımı ergenlerin sosyal yaşamdan uzaklaşmalarına, yalnızlaşmalarına, akademik başarılarının düşmesine, duruş bozuklukları yaşamalarına, uyku düzenlerinde bozulmaya ve benzeri durumlara sebebiyet verebilmektedir.



# SOSYAL MEDYANIN YANLIŞ KULLANIMI

- Bireyleri sağlıksız yaşamaya sevk etme,
- Madde kullanımı ve maddeye ulaşım olasılığını arttırma,
- Cinsel istismar ihtimalini kolaylaştırma, dolandırıcılık,
- Kötü niyetli insanlarla kolay iletişime geçme,
- 
- Terör olaylarına ve provokatif etkinliklere kolaylıkla dâhil olabilme,
- Siber zorbalık gibi olumsuz yaşam olaylarına sebep olabilmektedir.



- Siber zorbalık ya da sanal zorbalık, birey veya grup tarafından başka bir bireye ya da gruba, bilgi ve iletişim teknolojileri aracılığı ile tehdit edici, korkutucu, onur kırıcı, iftira dolu, utandırıcı mesaj ve/ veya görüntülerin kasıtlı ve düzenli bir şekilde gönderilmesidir.
- Özellikle akranları tarafından siber zorbalık yaşantısına maruz bırakılan mağdurlar, kişisel, sosyal, psikolojik ve duygusal açıdan oldukça olumsuz etkilenmektedir.

# SİBER ZORBALIK ÇEŞİTLERİ

- Siber Taciz: Saldırgan, tehdit edici, aşağılayıcı şekilde mesajlar atmak, yorumlar yapmak, paylaşımlarda bulunmak.
- İftira: Birisiyle ilgili olmayan şeyler uydurmak ve bunu diğer kullanıcılar arasında yaymak.
- Sanal Dışlama: Sohbet gruplarından, sosyal ağ topluluklarından veya çevrimiçi oyunlardan birini uzaklaştırmak, bunlar gibi siber yaşama katılmasına izin vermemek.
- Sexting: Cinsel içerikli mesajlar göndermek, uygunsuz resim ve videolar ile rahatsız etmek.
- Sanal Takip: Birini, rahatsız olduğunu, istemediğini, belirtmesine rağmen ısrarla her türlü sanal ortamda takip etmek, peşini bırakmamak.

# SİBER ZORBALIKTAN KORUNMAK İÇİN:

- İletişim araçları ve interneti bilinçli bir şekilde kullanın.
- Hesaplarınızın siber zorbalılar tarafından çalınmasını engellemek amacıyla tahmin edilmesi zor ve güçlü şifreler belirleyin.
- Güvenlik yazılımlarınızı güncel tutun.
- Yüz yüze ilişkilerdeki etik kuralları sanal ortamda da uygulayın.
- Tanımadığınız kişilerden gelen mesajları okunmadan silin.
- Tanımadığımız kişilerden gelen arkadaşlık tekliflerini kabul etmeyin.
- Paylaşılması gereken kişisel bilgileri paylaşmayın.
- İnternette edinilen bilgilerin doğruluğunu kontrol edin.
- Dolandırıcılık amaçlı sitelere karşı dikkatli olun.

## Okuma önerileri



# KAYNAKÇA

- [ola-ile-15-dakika-\(online-anne\).pdf \(dergipdr.com\)](#)
- [Çocuk ihmal ve istismarı Bilgilendirme Kitapçığı | BAU | Bahçeşehir Üniversitesi](#)
- [cocuk\\_ihmalini\\_ve\\_istismarini\\_onleme\\_ogretmenler\\_ve\\_aileler\\_icin\\_egitim\\_klavuzu.pdf \(ihd.org.tr\)](#)
- Karaçor, Ö. (2019). Rehber Öğretmenlerin Çocuk ihmal Ve istismarına Yönelik Farkındalık Düzeylerinin İncelenmesi (Tarsus İlçesi Örneği) Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Aile Danışmanlığı ve Eğitimi Anabilim Dalı, Aile Danışmanlığı ve Eğitimi Bilim Dalı, Konya.
- Cori, L. J. (2018). 'Anne'nin Duygusal Yokluğu. (Çev. B. S. Haktanır). İstanbul: Koridor Yayıncılık. (Orijinal yayın tarihi, 2010)
- Özgentürk, İ. (2014). Çocuk istismarı ve ihmal. *International Journal of Human Sciences*, 11(2), 266-279.
- Ünal, F. (2008). Ailede Çocuk istismarı ve ihmal. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 1, 9-18.
- Alabay, E. (2020). Cinsel istismar Ve Cinsel istismarı Önleme Amaçlı Oluşturulmuş Erken Müdahale Program Örnekler. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*.7(12), 32-43.

