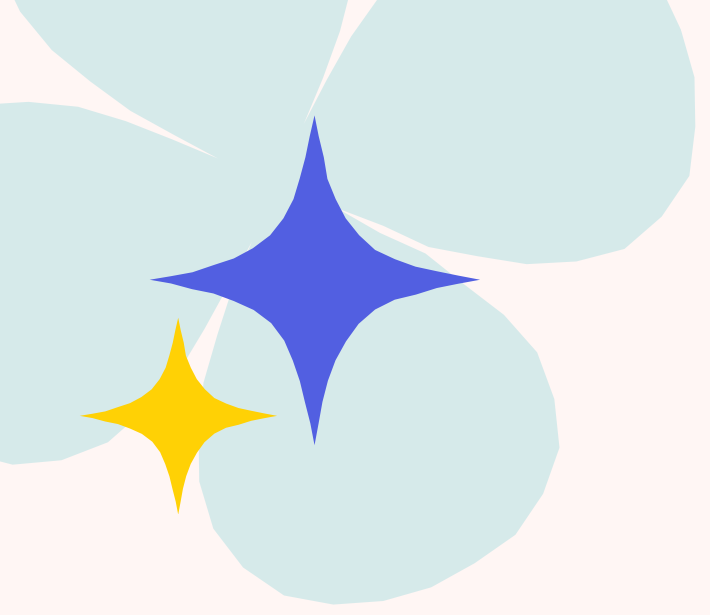


ŞİDDETİN ÖNLENMESİ

(Ortaokul Sunumu)



**Silvan Rehberlik ve
Araştırma Merkezi**

1. Şiddet Nedir?

- Şiddet, başkalarına zarar vermek, onları korkutmak veya aşağılamak anlamına gelir. Şiddet sadece fiziksel değil, sözel ve duygusal olabilir.
- **Fiziksel şiddet:** Vurmak, tekme atmak, itmek gibi zarar veren davranışlar.
- **Sözel şiddet:** Aşağılama, hakaret etme, bağırma gibi kelimelerle yapılan zarar verici davranışlar.
- **Duygusal şiddet:** Birini üzme, onu dışlamak ya da onlara zarar veren sözler söylemek.



2. Şiddet Neden Yanlıştır?

- **Zararlıdır:** Şiddet, başkasına fiziksel ya da duygusal zarar verir. Hem bedensel hem de ruhsal acıya yol açabilir.
- **İletişimi Bozar:** Şiddet, doğru ve sağlıklı iletişim kurmayı engeller. Sorunları çözmek yerine daha büyük sorunlara yol açar.
- **Güvenliği Tehdit Eder:** Şiddet ortamı, insanlar arasında güvensizlik yaratır. Güvenli bir ortamda olmak, herkesin hakkıdır.
- **Kötü Hissettirir:** Hem uygulayan hem de uygulamaya uğrayan kişi kötü hisseder. Şiddet, kimseye fayda sağlamaz.



3. Şiddeti Önlemek İçin Ne Yapabiliriz?

- **Saygı Gösterme:** Herkesin duyguları, fikirleri ve yaşam tarzları farklıdır. Farklılıklarımıza saygı duymalıyız.
- **Konuşarak Çözüm Aramak:** Bir sorun ortaya çıktığında, kavga etmek yerine konuşarak çözmeye çalışmalıyız. Duygularımızı düzgün bir şekilde ifade etmeliyiz.
- **Öfkemizi Kontrol Etmek:** Sinirlendiğimizde sakinleşmeye çalışmalıyız. Derin nefes almak, kendimize biraz zaman ayırmak yardımcı olabilir.
- **Yardım İstemek:** Eğer bir durum seni veya arkadaşını zor durumda bırakıyorsa, öğretmene ya da güvendiğin bir büyüğe danış. Yalnız başına çözmeye çalışmak yerine destek almak her zaman daha iyidir.
- **Empati Kurmak:** Başkalarının hislerini anlamaya çalışmak, onlara zarar vermemek için en iyi yoldur. Birine acı vermek, onların da seni üzmesini sağlayabilir.



4. Şiddet Gördüğümüzde Ne Yapmalıyız?

- **Hemen Yardım Almak:** Şiddet gördüğünde, durumu hemen bir yetişkine veya öğretmene bildirmelisin. Bunu tek başına çözmeye çalışmamalısın.
- **Güvenli Alan Aramak:** Eğer seni ya da arkadaşını tehlikeye atabilecek bir durum varsa, güvenli bir yere gitmek gerekir.
- **Birlikte Güçlüyüz:** Eğer bir arkadaşın şiddete uğruyorsa, ona yardımcı olmalı ve ona destek vermelisin. Şiddet hiçbir zaman kabul edilemez!



5-Şiddetsiz Bir Okul ve Toplum İçin Ne Yapabiliriz?

- **Olumlu Davranışlar Sergilemek:** Okulda ve evde olumlu davranışlar sergilemek, şiddeti engellemenin en iyi yoludur. Nazik olmak, teşekkür etmek, yardım etmek, insanları mutlu eder.
- **Birlikte Eğlenmek:** Spor yaparak, oyunlar oynayarak ya da birlikte projeler gerçekleştirerek, insanlar arasında bağ kurabiliriz.
- **Yardımsever Olmak:** Zor durumda olan bir arkadaşına yardımcı olmak, ona destek vermek barışı artırır. Birlikte güçlü olabiliriz.
- **Sözel Şiddet Kullanmamak:** "Saçma", "aptal" gibi olumsuz kelimelerle başkalarını aşağılamak yerine, yapıcı ve olumlu kelimeler kullanmalıyız.



6. Şiddetle Başa Çıkmanın Yolları

- Kendini Savunma:** Şiddet görüyor ya da şiddet uygulayan birini görüyorsan, yapabileceğin en iyi şey durumu bildirmek ve kendini savunmak olmalıdır.
- Sosyal Medya ve Şiddet:** Sosyal medyada da şiddet uygulanabilir. Sosyal medya üzerinde küfürlü sözler ya da hakaretler kullanmamalıyız. İnternette de güvenli bir ortam yaratmalıyız.

7. Şiddetle Mücadelede Herkesin Rolü Nedir?

- Öğrenciler: Kendinize ve başkalarına saygı göstererek, şiddet kullanmamaya özen gösterin. Yardım gerektiğinde, yetişkinlere başvurun.**
- Öğretmenler: Öğrencileri şiddete karşı eğitmek ve güvenli bir ortam sağlamak, öğretmenlerin görevidir.**
- Aileler: Evde sağlıklı iletişim ve şiddet içermeyen bir ortam yaratmak, ailelerin sorumluluğudur.**

8. Şiddetle Mücadele İçin Topluluk Yaratmak

- **Barış Kulübü:** Okulda, şiddetsiz bir ortam için barış kulübü kurabiliriz. Öğrenciler birbirlerine saygı gösterme, şiddetsiz iletişim gibi konularda eğitim alabilirler.
- **Günlük Aktiviteler:** Okulda şiddetsizliği teşvik etmek için eğlenceli etkinlikler düzenleyebiliriz. Mesela, şiddeti engellemek için şarkılar söylemek, resimler yapmak, yazılar yazmak gibi etkinlikler düzenleyebiliriz.

9. Sonuç: Hep Birlikte Şiddetsiz Bir Toplum Yaratabiliriz

- **Şiddet, hiçbir sorunu çözmez. Şiddet yerine konuşarak çözüm bulmalı, saygı göstermeli, yardımlaşmalıyız.**
- **Birlikte güvenli ve sağlıklı bir okul ortamı yaratmak, hepimizin elinde.**

DİNLEDİĞİN İÇİN TEŞEKKÜRLER

