

# ŞİDDETLİ SEVGİ **FLÖRT ŞİDDETİ**



# FLÖRT ŞİDDETİ NEDİR?

## Flört Şiddetinin Belirtileri ve Önlemek için 10 Altın Öneri

Şiddet yöneldiği kişiye ve biçimine göre farklılık gösteren bir olgudur. Bu sebeple flört şiddeti nedir sorusu oldukça sık sorulmaktadır ve şiddetin bu türü aile içi şiddetten farklı olarak tanımlanır. Flört şiddeti, sevgili şiddeti ya da ilişki içi şiddet, yalnızca flört eden ya da ilişki içerisinde olan kişilerin arasında görülen şiddet türü olarak açıklanmaktadır.

En yaygın görülen şiddet türlerinden biri olan flört şiddeti veya sevgili şiddeti, romantik birliktelik içinde olan partnerlerden birinin diğeri veya birbirleri üzerinde güç ve kontrol kazanmaya çalışırken sergiledikleri zarar verici davranışlar bütünüdür.

Flört şiddeti kendini genelde güç kullanımı ve istismar olarak gösterse de bu davranışların süresi ve çeşitliliği değişkenlik göstermektedir. Genellikle erkeklerin şiddet uyguladığı kanısı yaygın olsa da bir ilişkide kişinin hem şiddeti uygulayan hem de kurban olma olasılığı oldukça yüksektir. Çünkü insanlar genelde flört şiddetine yine şiddetle karşılık vermeyi uygun görürler.

Flört şiddeti genellikle fark edilmeden başlar ve kimi zaman aşk ve flört şiddeti birbirine karıştırılır. Başlarda davranış, kıyafet, sosyal hayat gibi unsurların kontrolü ve kısıtlamaları ile başlayan bu süreç zaman geçtikçe ciddi bir tacize dönüşmeye başlar.

Zarar verici ve taciz içeren davranışlar sözel, psikolojik, sanal, fiziksel ve cinsel şiddeti barındırmakta ve çoğunlukla bir şiddet türü diğeri de beraberinde getirmektedir.



# FLÖRT ŞİDDETİ TÜRLERİ

Şiddet kavramı toplumda çoğunlukla yalnızca fiziksel şiddet olarak algılansa da aslında bu kadar dar bir kavram değildir. Şiddet türleri araştırmacılar tarafından net bir çizgide ilerlememektedir, kimi araştırmacılar şiddeti 3 alt türe ayırırken kimileri daha detaylı alt tiplere ayırır.

Genel anlamda bakıldığında şiddetin alt türleri fiziksel, cinsel ve psikolojiktir. fakat flört şiddetini irdelerken daha geniş bir yelpazeden bakmak gereklidir. Bu sebeple flört şiddetinin çeşitlerini fiziksel, cinsel, psikolojik, dijital, sosyal, ısrarlı takip (stalking) ve ekonomik flört şiddeti olarak 7 maddede inceleyebiliriz.

## 1. Fiziksel Flört Şiddeti

En basit haliyle kişinin partnerinin bedenine kasıtlı olarak zarar vermesi durumu olarak tanımlanan fiziksel flört şiddeti en sık görülen ve kendini en kolay belli eden şiddet türüdür.

Flört şiddetinin bu türü sarsmak, hırpalamak, eşya fırlatmak, çekiştirmek ve sıkıştırmak gibi küçük görülen ama küçük olmayan hareketlerle başlayıp tokat atmak, tekme atmak, dövmek ve hatta öldürmek gibi ciddi hareketlerle sonuçlanabilir. Burada amaç partnere acı vermek, yaralamak ve fiziksel sıkıntı çekirtmektir.

## 2. Cinsel Flört Şiddeti

Partnerin cinsel birliktelik için zorlanması, cevap olarak hayır'ın kabul edilmemesi ve evet cevabını alana kadar ısrar edilmesi gibi durumlara cinsel flört şiddeti denmektedir. Cinsel birlikteliğe zorlamak amacıyla sergilenen her hareket cinsel flört şiddeti olarak kabul edilir.

Flört içi tecavüz, birliktelik anında partneri utandırma, partnerin isteği ve bilgisi dışında korunmama gibi durumlar cinsel flört şiddetine örnek olarak gösterilebilir.

## 3. Psikolojik Flört Şiddeti

Fazla konuşulan bir şiddet tipi olmasa da oldukça sık karşılaşılan şiddet türlerinden biri de psikolojik flört şiddetidir. Partnerin korkmasına, özgüveninin ve öz saygısının zedelenmesine sebep olan ve psikolojik yara açan davranışlara psikolojik flört şiddeti denir. Burada amaç partneri aşağılamak ve kontrol etmektir. Tanımlanması ve fark edilmesi oldukça zor olan bu flört şiddeti türüne örnek olarak sürekli eleştirmek, utandırmak, suçlu hissettirmek, sindirmek, bağırarak, dalga geçmek, tehdit etmek, insanların yanında küçük düşürmek ve küfür etmek gösterilebilir.

## 4. Dijital Flört Şiddeti

Teknolojik araçları partnerin kontrolü ve tehditi amacıyla kullanma olarak tanımlanan bu durum günümüzde oldukça sık rastlanan ve çoğunlukla partnerler tarafından şiddet olduğu bilinmeyen bir flört şiddeti türüdür.

Siber flört şiddetine örnek olarak ortak sosyal medya hesabı açmaya zorlamak, sosyal medya hesaplarının şifresini istemek, arkadaşlarını incelemek ve kısıtlamak, izinsiz telefon ve bilgisayar karıştırmak, mesajlara anında cevap beklemek, sosyal medya kullanım zamanlarını takip etmek, çıplak fotoğraf için zorlamak ve sosyal medyaya konulan içerikleri kontrol edip kısıtlamak gösterilebilir.

## 5. Sosyal Flört Şiddeti

Kısaca partnerin sosyal ilişkilerine karışmak, görüşeceği kişileri kontrol etmek, partnerin görüşeceği insanları kısıtlamak ve sosyal çevresinden uzaklaştırmak olarak tanımlanır. Sosyal flört şiddetinde kişi oldukça yalnızlaşır ve arkadaş görüşmeleri sırasında partnerinden tavır, eleştiri ve suçlama görür.

## 6. Israrlı Takip (Stalking)

Fiziksel veya dijital yollar ile sürekli takip durumu olarak tanımlanan bu flört şiddeti, ayrılmış veya hala birlikte olunan partnerde görülen bir türdür. Genelde burada hedef tehdit etmek, korkutmak ve gözdağı vermektir.

Israrlı takibe örnek olarak sosyal medya hareketlerini takip etmek, sürekli mesaj atıp aramak, fiziksel olarak takip etmek, aile bireyleriyle görüşüp kişi hakkında bilgi almak ve isimsiz hediyeler göndermek gösterilebilir. Kişiye huzursuzluk ve güvensizlik veren bu davranışlar uzunca süreler devam edip zaman içerisinde gelişmektedir.

## 7. Ekonomik Flört Şiddeti

Partnerin sahip olduğu ekonomik g¼c¼ karşı tarafı kontrol etmek, küçük düşürmek, aşağılamak, denetlemek, hesap sormak veya yoksun bırakmak amacıyla kullanması durumuna ekonomik flört şiddeti denmektedir.

Aynı zamanda partnerin bir iş sahibi olmasına, para kazanmasına, eğitimini tamamlamasına, kendi ayakları üstünde durmasına ve terfisine engel olmak da ekonomik flört şiddeti örnekleri arasındadır.

Yine kişiyi istemediğı halde borçlandırmak, parasına el koymak, bilerek para biriktirmesine engel olmak veya az para vererek günlük yaşamını geçirememesine sebep olmak da ekonomik flört şiddetinin içerisinde yer alır.

Ekonomik flört şiddeti makalelerine baktığımızda 2019 yılında 500 kadın üniversite öğrencisiyle yapılan bir araştırmaya göre kadınların %21.4'ünün ekonomik flört şiddetine maruz kaldığı görülmüştür. Yine 2020 yılında toplam 425 kadın ve erkek ile yapılan bir araştırmada ise kadınların %1'inin ekonomik şiddete maruz kaldığı erkeklerin ise hiçbirinin ekonomik şiddete uğramadığı görülmüştür.

Bu araştırma sonuçlarından ekonomik flört şiddetinin toplumsal cinsiyet rolleriyle yakından bağlı olduğunu anlamak ve erkeklerin ekonomik anlamda daha özgür olup kadınların ise ekonomik şiddete uğrama ihtimallerinin daha yüksek olduğunu çıkarmak mümkündür.



# FLÖRT ŞİDDETİ NASIL ANLAŞILIR?

## (Belirtileri)

Çoğunlukla kişiler aşkı flört şiddeti ile karıştırmakta veya flört şiddetinde görülen davranışları normal karşılamaktadır. Fiziksel ve cinsel şiddeti anlamak kolay olsa da ısrarlı takip, sosyal, dijital ve psikolojik şiddeti anlamak oldukça zorlayıcı olabilir.

**Flört şiddetine dair uyarıcı işaretler arasında şunlar yer alır:**

- Partner ile dalga geçmek
- Partneri aşağılamak
- Sürekli olarak eleştirmek
- Belirli konularda şantaj yapmak
- Utandırmak, tehdit etmek ve küfür etmek
- Aile ve arkadaşlarla iletişimini kısıtlamak
- Kıskançlık sebebiyle kısıtlamak
- Kıyafet, arkadaş, sosyal ortam seçimine karışmak
- Partner yerine karar vermek
- İntihar etmekle tehdit etmek
- Terk etmekle tehdit etmek
- Düşmanca davranışlar sergilemek
- Sosyal medya hesaplarını kontrol etmek
- Sosyal medya şifrelerini istemek
- Rahatsız olunan ortamlarda bulunulduğunda trip atmak
- Birlikte fotoğraf koymak için baskı yapmak
- Telefonu ve bilgisayarını izinsiz karıştırmak
- Online olunan saatleri kontrol etmek



# FLÖRT ŞİDDETİNİN SONUÇLARI

Bu durum kişisel bir problem olmaktan çıkıp toplumsal bir problem haline gelmiştir çünkü flört şiddeti kişilerin psikolojik ve fiziksel sağlığını etkilemektedir.

**Şiddete maruz kalan kişilerde uzun ve kısa dönemli bazı sonuçlar görülmektedir:**

- Ölümcül veya ölümcül olmayan yaralanmalar
- Baş ağrısı, fibromiyalji, karın ağrısı gibi fiziksel sorunlar
- Utanç dolayısıyla sosyal hayattan kaçınma
- Suçluluk hissetme
- İntihar düşüncesi
- Güvensiz seks
- Öz güvenin düşmesi
- Depresyon ve anksiyete
- Uyku ve yeme bozuklukları
- Travma sonrası stres bozukluğu
- Madde ve alkol kullanımı
- Sosyal ve ekonomik sorunlar
- Şiddeti normalleştirme
- Şiddeti sahiplenme sanmak

## FLÖRT ŞİDDETİNİ ÖNLEMELER

İnsanların şiddet görmekten utanması ve şiddeti normalleştirilmesi gibi sebepler yüzünden flört şiddeti görmezden gelinmekte veya önemsenmemektedir. Bu yüzden flört şiddeti ile ilgili farkındalık eksikliği kişilerin onunla nasıl baş edeceğini bilememesine sebep olmaktadır. Flört şiddetini engellemek için toplumsal ve bireysel adımlar atılmalıdır.

Toplumsal önlemler arasında okullarda bu durumun eğitimini vermek, aile içerisinde şiddetin azaltılması, toplumsal cinsiyet rollerine bakış açısının değiştirilmesi gibi uzun süreli ve zorlu adımlar bulunmaktadır.

Flört içerisindeki şiddeti önlemek için alınabilecek bireysel önlemler de vardır. Bu önlemler de toplumsal önlemler kadar önemli ve kişilerin kendilerini korumasında etkilidir.

## Flört Şiddetini Önlemek İçin 10 Öneri

Flört şiddeti, ilişkilerin sağlıklı ve zararlı bir boyuta ulaşmasına neden olur. Bu nedenle, hem kurbanlarının hem de toplumun genelinde farkındalığın artması hayati önem taşır.

**İşte size flört şiddetini önlemeye yardımcı olacak 10 öneri:**

1. Flört şiddetinin ne olduğunu öğrenmek ve bu bilgileri partner ile paylaşmak bu şiddeti önlemekte önemli bir yer alır. Böylece partnerlerin bu şiddeti sahiplenme veya kıskançlık olarak normal bir durummuş gibi değerlendirme ihtimali azalır.
2. Duygu ve düşünceleri bekletmeden ve daha fazla büyümesine izin vermeden dışa vurmak duygusal ilişkilerdeki tartışmaların büyümemesine ve şiddete ulaşmamasına yardımcı olur.
3. Yapıcı yaklaşımlar, sen dili kullanmaktan kaçınmak ve ben dili kullanmak, etkili iletişim yöntemlerini öğrenmek ilişkideki çıkmazların aşılmasına yardımcı olur.
4. İlişkide ödün vermek ve al-ver dengesini kurmak partnerlerin değersiz hissetmesini engeller ve ilişki içi şiddetin önüne geçmeye yardımcı olur.
5. Gerekğinde hayır diyebilmek ve sınır koymayı öğrenmek hali hazırda var olan şiddetin önüne geçmeyi ve bu davranışların yanlışlığını belirtmeyi sağlar.
6. ArelPDR Birimi uzmanlarımızdan destek alabilir, şiddet sürecindeki veya öncesindeki yaklaşımlarınızı belirlemenizde yardımcı olacaktır.
7. Partnere saygı duymayı öğrenmek karşılıklı iletişimi kolaylaştıracağından flört şiddetini önlemeye yardımcı olur.
8. Çoğu şiddet davranışının altında güven sorunu yatmaktadır bu sebeple karşılıklı güven sorunları üstüne çalışmak kişileri şiddet davranışlarından uzak tutacaktır.
9. Karşılıklı mahremiyete saygı duymak, flört sürecinin bir sahiplenme süreci olmadığını anlamak ve anlatmak kişileri daha özgür ve güvende hissettireceğinden tartışma ve şiddet gibi durumları ortadan kaldırmaktadır.
10. Karşı tarafı anlamaya çalışmak, kontrol etmek yerine uzlaşmaya odaklanmak ve ilişkinin bir güç savaşı olmaması gerektiğini anlamak flört şiddetini engellemenin önemli adımlarındandır.



## T.C. İSTANBUL AREL ÜNİVERSİTESİ

### KEMAL GÖZÜKARA YERLEŞKESİ

Türkoba Mahallesi, Erguvan Sokak, No: 26/K  
34537 Tepekent-Büyükkçekmece / İstanbul

### CEVİZLİBAĞ YERLEŞKESİ

Merkez Efendi Mahallesi, Londra Asfaltı No: 1/3  
34015 Cevizlibağ-Zeytinburnu / İstanbul

### HAZIRLIK SINIFI - LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

Halkalı Cad. No: 62 Kat: 1-2-3.  
34295 Sefaköy-Küçükçekmece / İstanbul

0850 850 27 35 | [www.arel.edu.tr](http://www.arel.edu.tr) | [arel@arel.edu.tr](mailto:arel@arel.edu.tr)