Yanınızdayız

Cinsel şiddet mağdurlarının arkadaşları, aileleri ve destekçileri için bilgiler ve yardım olanakları

bff:
FRAUEN GEGEN GEWALT E.V.

FÜR FRAUEN – GEGEN GEWALT

Cinsel şiddete maruz kalmış bir kadın tanıyor musunuz?

Arkadaşınıza destek olmak istiyorsunuz ama neler yapabileceğiniz konusunda emin mi değilsiniz?

Bu broşürde bu konuya dair temel bilgileri ve yardım etme olanakları bulabilirsiniz.

Kadınların yüzde 60'ının cinsel istismarın bir türüne maruz kaldığını ve her yedi kadından birinin yaşamı süresince en az bir kere ağır bir cinsel şiddete maruz kaldığını

biliyor muydunuz?

Cinselleştirilmiş şiddet bir şiddet suçudur. Buna maruz kalan kadına, cinsel özerkliğinin en hassas noktasında başka birinin kendi iradesini zorla kabul ettirmesidir.

Cinsel şiddet suçları en sık, kadının kendisini güvende hissettiği yerlerde işlenir: Aile içerisinde, çift ilişkisinde ve arkadaş çevresinde. Eğitim düzeyinden, sosyal statüden veya yaştan bağımsız bir şekilde her kadın cinsel şiddete maruz kalabilir.

Şiddet kendini çok çeşitli şekillerde gösterebilir:

- **Tecavüz ve cinsel davranışlara zorlama**
- **Günlük yaşam içerisinde, işyerinde ya da terapi esnasında cinsel taciz**
- **Çocuklukta yaşanan cinsel şiddet**

  Çocukların cinsel şiddete maruz kaldığına dair bir şüphe duyduğunuzda lütfen çocuklara karşı uygulanan cinsel şiddet konusunda uzman bir merkeze başvurun. Yakınınızda bulunan tüm profesyonel danışma merkezleri size uygun bir merkez önerebilir.

Cinsel şiddete verilen tepkiler

Cinsel şiddetle bağlantılı olarak çok çeşitli toplumsal önyargılar vardır. Bundan dolayı kadınlar sık sık işlenen bu suç konusunda konuşmaya cesaret edemezler ya da kendilerine kimsenin inanmayacağından korkarlar. Cinsel şiddete maruz kalanlarda genelde aşırı bir utanma duygusu vardır. Onlar ya kendilerinin de bunda suçu olduğuna inanır ya da daha fazla direnmeliydim diye düşünürler. Toplumda bu tür önyargıların var olmasından dolayı cinsel şiddete maruz kalan bir kadına açık ve önyargısız bir şekilde yaklaşmak, onu dinlemek ve söylediklerine inanmak önemlidir.

Cinsel şiddetin mağdur kadınlar üzerindeki etkileri

Cinselleştirilmiş şiddet suçu kişilik haklarına karşı işlenmiş ağır bir ihlaldir ve buna maruz kalanlarda çok **farklı davranış türlerine** yol açabilir.

Olası tepkiler şunlar olabilir:

- **Bazı kadınlar olaydan hemen sonra bu konu hakkında konuşurlar ancak aradan kısa bir süre geçtikten sonra artık konuşmak istemezler.**
- **Bazıları çok güçlü duygusal tepkiler verirler, öfkelidirler ve çabuk kızarlar.**
- **Bazıları ise kendilerini aciz, korunmasız ve korkak hissederler.**
- **Bazı kadınlar bu konu hakkında uzun süre konuşmaz ya da olayın yaşandığını inkar ederek kendilerini korumaya çalışırlar.**
- **Bazı kadınlar zaman zaman sosyal çevrelerinden uzaklaşırlar.**
- **Diğerleri ise yalnız kalmaktan korkar ya da yalnız oldukları belli durumları kaldıramazlar.**

Verilen tepkilerden yola çıkarak maruz kalınan şiddetin kişi için taşıdığı öneme dair bir sonuç çıkarılamaz. İlk başlarda serinkanlı ve duygusal olarak dengeli olan kadınlar da uzun vadede olayın neden olduğu çok ağır sonuçlarla mücadele etmek zorunda kalabilirler. Aynı zamanda ilk başlarda çok güçlü duygusal tepkiler veren kadınların birkaç hafta sonra olayla baş etme konusunda daha istikrarlı oldukları görülebilir.

Cinselleştirilmiş şiddetin olayla baş edilmesini ayrıca zorlaştırabilen ve mağdur kadının günlük yaşamını ve sosyal ilişkilerini ağır bir şekilde etkileyebilen başka sonuçlara yol açabileceğini bilmek önemlidir. Bu sonuçlar şunlar olabilir:

Sonuçlar

- **Yas**
- **Korku ve panik semptomları**
- **Posttravmatik stres bozukluğu**
- **Depresif duygudurum**
- **Bağımlılık**
- **Psikosomatik hastalıklar**
- **Özdeğer sorunları**
- **İnsan ilişkilerinde sorunlar**
- **Maddi olumsuzluklar (örneğin iş göremezlik)**
- **Hamilelik**
- **Bedensel yaralanmalar veya bulaşıcı hastalıklar**

Siz ne yapabilirsiniz?

Cinsel şiddete maruz kaldıktan sonra gösterilen **tipik bir** tepki olmadığından ötürü, maruz kalan kişiye yönelik tek bir doğru davranış şekli de yoktur. Önemli olan kadının çevresindeki insanlar tarafından kabul edildiğini ve desteklendiğini hissetmesidir.

Cinselleştirilmiş şiddetle kadının özerkliği ağır bir şekilde ihlal edilir. Bu nedenle olaydan sonraki dönemde kadının yaşamı üzerinde kontrol sahibi olması ve kendi kararlarını kendisinin vermesi özellikle önemlidir ve kabul görmelidir. İyi niyetle verilen bir tepki (örneğin polise şikayette bulunmak, suçluyu suçuyla yüzleştirmek) her zaman kadının istediği bir tepki anlamına gelmez. Bundan dolayı ondan habersiz hiçbir karar alınmamalıdır.

Hemen Yardım

- **Olaydan hemen sonra kadına güvende olduğunu hissettirmek önemlidir.**
- **Kadına yakın olmanın ona iyi gelip gelmediği konusunda dikkatli olun. Emin olamadığınızda ona, kendisine neyin iyi geldiğini ve somut olarak nasıl bir destek dilediğini sorun. Kadın yakınlık ve uzaklık ihtiyaçları arasında gelgitler yaşayabilir. Bu durumu kendi üzerinize alınmayın.**
- **Cinsel şiddete maruz kalan kişiye inanmak önemlidir: İnanmamazlık etmeyin ve bir değer yargısında bulunmayın. „Neden“le başlayan sorulardan uzak durun çünkü bu sorular kolaylıkla suçluluk duygusuna neden olabilir ya da bu duyguyu güçlendirebilir.**
- **Her durumda kadının ihtiyaçları neyse onları dikkate alın.**

Uzun Vadede

- **Kadına yaşananlar hakkında sizinle konuşabileceğinin sinyalini verin. Burada önemli olan olayın ayrıntılarının anlatılması değildir. Önemli olan kadının kendisini nasıl hissettiği, onu neyin meşgul ettiği ve korkuttuğudur. Kadının anlatacaklarını kaldırabilecek durumda olup olmadığınızı önceden gözden geçirin.**
- **Önemli: Kadın konuşmak istemediğinde de buna saygı gösterin.**
- **Kadın istediğinde ona polise, doktora, avukata ya da danışma merkezine giderken eşlik edin.**
- **Sabırlı olun ve kadına baskı yapmayın. Yaşanan travmatik olayların üstesinden gelmek çok uzun zaman alabilir.**

Kadınlar kendilerini bulundukları çevrede güvende hissettiklerinde yaşananlar üzerine konuşma ve olayla bu şekilde baş etme ihtimalleri uzun vadede daha yüksektir.

Kendinize dikkat edin!

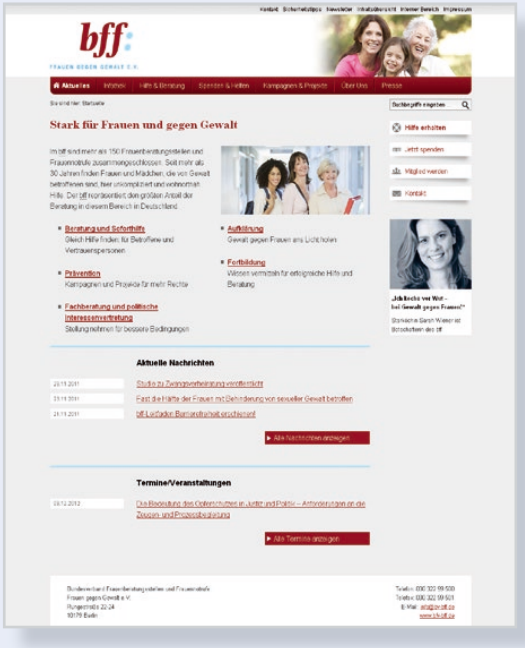
- Böylesi bir şiddetin yaşandığından haberdar olanlar, şiddeti görenler veya anlatılanlardan öğrenenler çoğunlukla kendileri de bir şok yaşarlar. Bu durumun üstesinden bir anda gelemeyebilirsiniz.
- Belki de karşınızdaki kadına nasıl davranacağınızı bilmiyorsunuz; kendinizi çaresiz, öfkeli ya da üzgün hissediyorsunuz. Ancak kadını hiçbir şekilde size ait olan duygularla haddinden fazla karşı karşıya bırakmamalısınız.
- Sizin destek verme imkanınızın da sınırları var. Buna saygı gösterin. Yardım alın.

Destek alabileceğiniz yerler

Yardım eden kişi veya bir aile ferdi olarak uzman bir danışma merkeziyle iletişime geçip soru sormaktan veya destek almaktan çekinmeyin. Kadın danışma merkezlerini ve acil kadın hatlarını Almanya'nın her yerinde bulabilirsiniz. Mutlaka sizin yakınınızda da bir merkez vardır.

bff'nin internet sayfasında profesyonel danışma merkezlerinin adreslerini ve diğer bilgileri bulabilirsiniz.

www.frauen-gegen-gewalt.de



Kadın Danışma Merkezleri ve Acil Kadın Hatları Federal Birliği (Bundesverband Frauenberatungsstellen und Frauennotrufe (bff)) cinsel, fiziksel, psikolojik ve aile içi şiddet ile ilgili alanlarda çalışan kadınlar için danışma merkezlerinin çatı örgütüdür.

bff, Almanya'da 175 profesyonel danışma merkezini temsil etmektedir.

Hukuki bilgiler

Önemli: Cinselleştirilmiş bir saldırıyı polise şikayet etme kararı sadece bu saldırıya maruz kalan kadına aittir.

Tecavüz ve cinsel davranışlarda bulunmaya zorlama suçlarına re'sen kovuşturulan suçlar denir. Bunun anlamı ise **polis ya da savcılığın böyle bir suçun işlendiği haberini alır almaz bunları soruşturmak zorunda olmasıdır**. Bu aynı zamanda yapılan bir şikayetin geri alınamayacağı anlamına da gelir. **Çoğu kimse tarafından yanlış bilinenin aksine kimse tecavüzü ihbar etmek zorunda değildir.**

Uzman bir danışma, cinselleştirilmiş saldırının ceza hukuku açısından değerlendirilmesine ve böylelikle şahsi kararınızı verebilmenize yardımcı olabilir. Danışma esnasında ceza davasının seyrine ya da zaman aşımı sorununa dair sorular açıklığa kavuşturulabilir.

Profesyonel danışma merkezleri ücretsiz olarak danışma hizmeti sunarlar. Bu merkezler mümkün olan diğer adımlar konusunda bilgi verir ve uzman avukatlarla iletişimi sağlayabilirler. Profesyonel danışma merkezlerinin çoğu aynı zamanda doktora, avukata, polise ve tanık olarak mahkemeye giderken refakatçilik eder ve aynı zamanda izlerin kayıt altına alınmasına dair bilgi verirler. **Profesyonel danışma merkezlerinin çalışanları, sır saklama yükümlülüğü altındadırlar.**

Yakınınızda bulunan bir merkezi burada bulabilirsiniz:

Kadınlara yönelik şiddete karşı yardım telefonu
ülke çapında şiddete maruz kalan kadınlara telefonla
ilk danışma hizmeti veriyor. Ücretsiz, gizli ve günün 24 saati.

HILFE TELEFON
GEWALT GEGEN FRAUEN
08000 116 016

bff:
FRAUEN GEGEN GEWALT E.V.

Bundesverband Frauenberatungsstellen
und Frauennotrufe
Frauen gegen Gewalt e.V.
Telefon: +49 (0)30 322 99 500
Fax: +49 (0)30 322 99 501
E-Mail: info@bv-bff.de
www.frauen-gegen-gewalt.de

Teşvik eden kurum

Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend