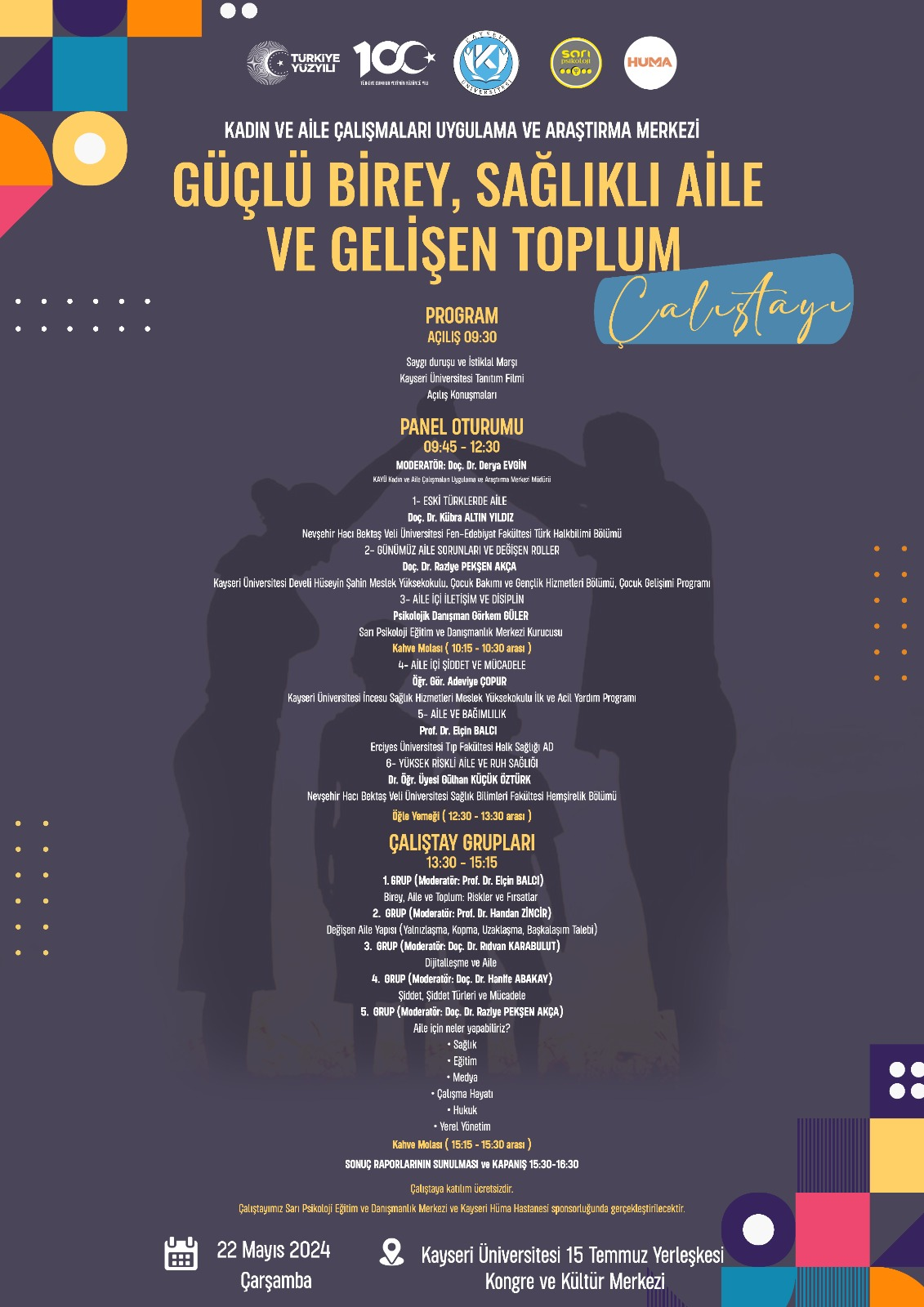
**GÜÇLÜ BİREY, SAĞLIKLI AİLE VE GELİŞEN TOPLUM ÇALIŞTAYI**

**22 Mayıs 2024**

**Kayseri Üniversitesi Kongre ve Kültür Merkezi**

****

**KAYSERİ, 2024**

Üniversitemiz Kadın ve Aile Çalışmaları Uygulama ve Araştırma Merkezi (KACUM) tarafından 22 Mayıs 2024 tarihinde Kayseri Üniversitesi Kongre ve Kültür Merkezi’nde düzenlenen "Güçlü Birey, Sağlıklı Aile ve Gelişen Toplum Çalıştayı" kapsamında 09:30-12:20 saatleri arasında düzenlenen panelde, alanında uzman konuşmacılar tarafından çeşitli konular ele alınmıştır. Çalıştayda, Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Türk Halkbilimi Bölümü'nden Doç. Dr. Kübra Altın Yıldız, "Eski Türklerde Aile" konusunu detaylı bir şekilde incelemiştir. Günümüz aile sorunları ve değişen roller üzerine konuşan Kayseri Üniversitesi Develi Hüseyin Şahin Meslek Yüksekokulu Çocuk Bakımı ve Gençlik Hizmetleri Bölümü'nden Doç. Dr. Raziye Pekşen Akça, aile yapısındaki dönüşümleri ve bunların etkilerini analiz etmiştir.

Sarı Psikoloji Eğitim ve Danışmanlık Merkezi Kurucusu Psikolojik Danışman Görkem Güler, "Aile İçi İletişim ve Disiplin" konusundaki sunumunda, aile içi iletişimin önemini ve disiplin yaklaşımlarını vurgulamıştır. Kayseri Üniversitesi İncesu Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu İlk ve Acil Yardım Programı'ndan Öğr. Gör. Adeviye Çopur, "Aile İçi Şiddet ve Mücadele" üzerine yaptığı konuşmada, aile içi şiddetin nedenleri ve mücadele yöntemleri üzerinde durmuştur. Erciyes Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı'ndan Prof. Dr. Elçin Balcı, "Aile ve Bağımlılık" konusunu ele alarak bağımlılık sorunlarının aile üzerindeki etkilerini ve çözüm yollarını tartışmıştır.

Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü'nden Dr. Öğr. Üyesi Gülhan Küçük Öztürk, "Yüksek Riskli Aile ve Ruh Sağlığı" konulu sunumunda, risk altındaki ailelerin ruh sağlığı sorunlarına yönelik çözüm önerileri sunmuştur.

Çalıştay süresince, katılımcılar 10:15 ile 10:30 arasında düzenlenen kahve molasında dinlenme ve networking fırsatı bulmuşlardır. Çalıştaya yaklaşık 250 akademisyen, öğrenci ve misafir katılım sağlamış olup, çalıştay sonucunda elde edilen bilgiler ve bulgular raporlaştırılarak ilgili tarafların bilgisine sunulmuştur.

“Güçlü Birey, Sağlıklı Aile ve Gelişen Toplum" hedefi doğrultusunda düzenlenen çalıştay, birey, aile ve toplum düzeyindeki kritik konuların multidisipliner bir yaklaşımla ele alınmasını sağlamıştır. Çalıştay, toplumun temel yapı taşı olan ailenin karşı karşıya olduğu riskler ve fırsatları değerlendirmek, değişen aile yapısını (yalnızlaşma, kopma, uzaklaşma, başkalaşım talebi), dijitalleşmenin aile üzerindeki etkilerini, şiddet ve şiddet türleri ile mücadele yöntemlerini incelemek amacıyla düzenlenmiştir.

**ÇALIŞTAYIN ÖNEMİ VE HEDEFLERİ**

Modern toplumlarda aile yapısındaki değişimler ve bu değişimlerin bireyler üzerindeki etkileri giderek daha fazla önem kazanmaktadır. Ailenin sağlıklı işleyişinin bireylerin psikososyal gelişiminde kritik bir rol oynadığı ve toplumsal sağlığın temelini oluşturduğu gerçeğinden yola çıkılarak bu çalıştayın amacı; ailelerin karşılaştığı sorunları tespit etmek ve bu sorunlara yönelik çözüm önerileri geliştirmektir.

**1. Birey, Aile ve Toplum: Riskler ve Fırsatlar**

Ailelerin sosyal destek eksikliği, ekonomik krizler, eğitimsizlik ve sağlıksız ebeveyn tutumları gibi risklerle karşı karşıya kaldığı bilinmektedir. Bu riskler, çocukların ve gençlerin psikososyal gelişimlerini olumsuz etkileyebilir. Çalıştayda, bu risklerin azaltılması ve fırsatların değerlendirilmesi için stratejiler geliştirilmiştir.

**2. Değişen Aile Yapısı: Yalnızlaşma, Kopma, Uzaklaşma, Başkalaşım Talebi**

Toplumsal değişimler, aile yapılarında önemli dönüşümlere neden olmaktadır. Ailelerin küçülmesi, tek ebeveynli ailelerin artması ve aile içi rollerin değişmesi gibi faktörler, bireylerin yalnızlaşmasına ve aile içi kopmalara yol açabilir. Bu tema altında, değişen aile yapısının dinamikleri ve bu değişimlerin bireyler üzerindeki etkileri ele alınmıştır.

**3. Dijitalleşme ve Aile**

Dijitalleşme, aile içi iletişimi ve ilişkileri derinden etkilemektedir. Dijital teknolojilerin bilinçsiz kullanımı, aile üyeleri arasında fiziksel birlikteliğin azalmasına ve iletişim sorunlarına yol açabilir. Çalıştayda, dijitalleşmenin olumlu ve olumsuz yönleri tartışılmış, ailelerin bu teknolojileri bilinçli ve kontrollü bir şekilde kullanmalarını teşvik edecek öneriler geliştirilmiştir.

**4. Şiddet, Şiddet Türleri ve Mücadele**

Aile içi şiddet, psikolojik, fiziksel ve cinsel şiddet gibi çeşitli biçimlerde ortaya çıkmakta ve toplumun sağlığını tehdit etmektedir. Bu tema çerçevesinde, şiddetin nedenleri, etkileri ve şiddetle mücadele yöntemleri üzerinde durulmuştur. Şiddetin önlenmesinde erken müdahale ve destek hizmetlerinin önemi vurgulanmaktadır.

**5. Aile için Yapılabilecekler: Sağlık, Eğitim, Medya, Çalışma Hayatı, Hukuk, Yerel Yönetim**

Ailelerin karşılaştığı risklerin azaltılması ve fırsatların artırılması için çeşitli alanlarda stratejiler geliştirilmiştir. Sağlık, eğitim, medya, çalışma hayatı, hukuk ve yerel yönetimlerde yapılabilecekler ele alınmıştır. Bu alanlarda yapılacak iyileştirmeler, ailelerin refahını artırmak ve toplumsal sağlığı güçlendirmek açısından kritik öneme sahiptir.

**TEMA 1: TOPLUMDAKİ RİSK FAKTÖRLERİ, FIRSAT EŞİTLİĞİ VE SÜRDÜRÜLEBİLİR KALKINMA**

**1. Toplumumuzda En Yaygın Risk Faktörleri ve Etkilenen Gruplar**

Toplumumuzda en çok karşılaşılan risk faktörleri şunlardır:

* Sosyal destek eksikliği ve yalnızlaşma
* Sağlıksız ebeveyn tutumları
* Bilinçsiz sosyal medya kullanımı
* İletişimsizlik
* Fiziksel sağlık sorunları
* Değerlerin aktarılmasında yaşanan sorunlar
* İnternette bilinçli bir şekilde yanlış bilgi verilmesi
* Bağımlılıklar
* Ekonomik krizler ve gelecek kaygısı
* Eğitimsizlik
* Doğal afetler
* Cinsel istismar ve şiddet
* Hareketsiz yaşam tarzı
* Değişen dünya koşullarına ayak uyduramamak

Bu risk faktörleri özellikle çocuklar başta olmak üzere aile bireylerini etkilemektedir. Bu riskleri fırsata çevirmek için aşağıdaki öneriler sunulmaktadır:

* Medya okuryazarlığı konusunda bilinçlendirme çalışmaları artırılmalıdır.
* Çocuklara yasak koymak yerine, onlara doğru içeriklere yönlendirme ve rehberlik sağlanmalıdır.
* Geleneksel bilginin güncelliği korunarak aktarılması gerekmektedir.
* Değerlerin önemi ve toplumsal gelişime katkısı anlatılmalıdır.
* Bağımlılık ve iletişimsizlik gibi konularda destek alacak kurumların sayısı artırılmalıdır.
* Aile içi diyaloğu artırıcı süreçler desteklenmelidir.
* Teknoloji okuryazarlığı aile içinde kazandırılmalıdır.
* Bireylerin haz duygularını uyandıracak etkinliklere önem verilmelidir.
* Pandemi gibi toplumsal sorunların getirdiği yalnızlığın önüne geçilmelidir.
* Tüm toplumu kapsayan çalışmaların sayısı artırılmalıdır.
* İnternette yanlış bilgi yayılımının önüne geçmek için denetimler artırılmalıdır.
* Baba eğitimleri gibi programlarla ebeveynlerin yükü hafifletilmelidir.

**2. Toplumumuzda Fırsat Eşitliği Sağlamak İçin Yapılması Gerekenler**

* Kamu ve özel sektörde ödemeler konusunda yasal düzenlemeler yapılmalıdır.
* Kadınların işe alım süreçlerinde evlilik ve çocuk planlarının sorgulanmaması sağlanmalıdır.
* Yönetim ve yasa koyma süreçlerinde kadınlara daha fazla söz hakkı verilmelidir.
* Doğum ve sonrası süreçte kadınların mağduriyetlerini önleyecek düzenlemeler yapılmalıdır.
* Erkeklere de doğum sonrası izinler verilmelidir.
* Covid-19 döneminde işten ayrılan kadınların sayısının azaltılması için aile içi rol dağılımları gözden geçirilmelidir.
* Kısa süreli ve yarı zamanlı çalışma seçenekleri sunulmalıdır.
* Yönetici, idareci ve yasa koyucular arasında kadın istihdamı artırılmalıdır.

**3. Risk Altındaki Bireyleri ve Aileleri Tanımlama ve Destekleme Yolları**

* Gebelikten itibaren yapılan tarama testleri yaygınlaştırılmalıdır.
* Kişisel verilerin güvenliği sağlanarak kayıt sistemleri geliştirilmelidir.
* Bölgesel analizler yapılarak risk haritaları oluşturulmalıdır.
* Risk analizi yapılırken çok boyutlu ve yerel koşullara uygun değerlendirmeler yapılmalıdır.
* Halk sağlığı merkezlerinde psikolog istihdamı artırılmalıdır.

**4. Eğitim Sistemi, İş Dünyası ve Sosyal Hizmetlerde Risk Azaltma ve Fırsat Yaratma Stratejileri**

* Liyakate dayalı sınavlar yapılmalıdır.
* Eşitlik ilkesine dayalı hareket edilmelidir.
* Hukuki değerlere dayalı bir sistem kurulmalıdır.
* Bireylerin güçlü ve zayıf yönlerini destekleyici sistemler oluşturulmalıdır.
* Kurum ve hizmet alanlarını değerlendirme mekanizmaları kurulmalıdır.
* Risk haritaları oluşturulurken tüm kesimler göz önünde bulundurulmalıdır.

**5. Dezavantajlı Gruplara Yönelik Ayrımcılığı Azaltma Yolları**

* Dezavantajlı grupların ekonomik olarak desteklenmesi artırılmalıdır.
* Dezavantajlı bireylere yönelik iş kotaları artırılmalıdır.
* Dezavantajlı grupların farkındalığı artırılmalıdır.
* Adalet ve eşitlik kavramları doğru anlaşılmalı ve uygulamalar buna göre düzenlenmelidir.
* Dezavantajlı grupların bakım sorumluluğu aile içinde paylaştırılmalıdır.
* Çalışan annelere yönelik yasal ve toplumsal düzenlemeler yapılmalıdır.

**6. Sosyal Medyanın Risk ve Fırsatları**

* Sosyal medya kullanımının riskleri avantaja çevrilebilir.
* Sosyal medya eğitim ve iletişim aracı olarak kullanılabilir.
* Sosyal medyada zararlı içeriklere karşı dikkatli olunmalıdır.

**7. Sosyal Destek Sistemlerinin Güçlendirilmesi**

* Aile bağları güçlendirilmelidir.
* Sosyal destek resmi kanallar ile sağlanmalıdır.
* Çocuk ve yaşlılar arasındaki bağlar teşvik edilmelidir.
* Sosyal destek merkezleri kurulmalıdır.

**8. Sürdürülebilir Kalkınma ve Çevresel Sürdürülebilirlik**

* Sürdürülebilir kalkınma için sistemler oluşturulmalı ve sürdürülebilir kılınmalıdır.
* Kadınların sürece dahil edilmesi ile köklü değişimler yapılmalıdır.
* Spor ve sanat hayatın her alanına dahil edilmelidir.
* Yasal düzenlemeler istikrarlı olmalıdır.
* Sosyal medya araçları kontrol altına alınmalıdır.

**TEMA 2: AİLE YAPISINDA GÖZLEMLENEN DEĞİŞİMLER VE ETKİLERİ**

**1. Günümüzde Aile Yapısında Gözlemlenen Değişimler ve Nedenleri**

Günümüzde aile yapısını değiştiren çeşitli sosyo-kültürel, ekonomik ve teknolojik faktörler bulunmaktadır. Bu değişimlerin nedenleri şunlardır:

* **Sosyokültürel Faktörler:** Aileler, yaşantılarındaki eksiklikleri çocuklarından beklemektedir. Bu durum, sevgi eksikliği yaşayan bireylerin artmasına neden olmaktadır.
* **Ekonomik Faktörler:** Tek ebeveynli ailelerin ve aralarında aşırı yaş farkı olan ailelerin sayısı artmıştır.
* **Teknolojik Faktörler:** İletişim teknolojilerindeki ilerlemeler, aile üyeleri arasındaki fiziksel birlikteliğin önemini azaltmaktadır. Bu da bireylerin kendi yaşam alanlarına (odalarına) çekilmelerini ve yalnızlaşmalarını kolaylaştırmaktadır.

**2. Göç ve Kültürel Çeşitliliğin Aile Yapısına ve İlişkilerine Etkisi**

Göç ve kültürel çeşitlilik, aile yapısı ve ilişkileri üzerinde derin etkiler yaratmaktadır. Bu etkiler şu şekildedir:

* **Ekonomik ve Sosyal Koşulların Değişmesi:** Göç, ekonomik problemler ve istihdam sorunlarının ortaya çıkmasına, yoksulluğun artmasına ve aile içi iletişimin bozulmasına neden olur.
* **Kültürel Farklılıklar:** Göçmen aileler, yeni bir ülkede ekonomik zorluklarla karşılaşabilir ve bu durum annenin iş gücüne katılmasını gerektirebilir.
* **Dil ve İletişim Problemleri:** Dil farklılıkları, çocuk ve ebeveyn arasındaki güvenli bir ortamın sağlanmasını engelleyebilir ve aile içi iletişimi bozabilir.
* **Aile Rolleri ve İlişkiler:** Göç sürecinde aile üyeleri arasında geçici veya kalıcı ayrılıklar yaşanabilir, bu da çocuklar ve ebeveynler arasındaki bağların zayıflamasına neden olabilir.

**3. Farklı Aile Yapılarının Topluma ve Kültüre Etkileri**

Farklı aile yapılarının topluma ve kültüre etkileri şunlardır:

* **Cinsiyet Rollerinin Değişmesi:** Geleneksel cinsiyet rollerinin değişmesi, çocuk eğitiminde ve yaklaşımda farklılıklara yol açmıştır. Çekirdek ailelerde ekonomik yük genellikle iki ebeveyn arasında paylaşılmakta, annenin ev içindeki görevleri artmaktadır.
* **Sosyal Medya ve Televizyonun Etkisi:** Sosyal medya ve televizyon programlarında gösterilen farklı aile yapıları, çocuklar üzerinde farklı etkiler yaratabilir ve aile içi kopmalara yol açabilir.

**4. Geleneksel Aile Rollerindeki Değişimlerin ve Yalnız Yaşama Eğiliminin Etkileri**

Geleneksel aile rollerindeki değişimler ve yalnız yaşama eğiliminin artması, aile üyelerinin kimlikleri ve sosyal bağları üzerinde önemli etkilere sahiptir:

* **Demokratik Aile Yapıları:** Otoriter ailelerin yerini demokratik ailelerin alması, çocukların sosyal anlamda katılımcı rollerini artırabilir. Ancak bu değişimler bazen çatışmalara ve rol karmaşasına yol açabilir.
* **Helikopter Ebeveyn Modelleri:** Toplumun yapısındaki değişimler, koruyucu ebeveyn modellerinin çoğalmasına neden olmuştur. Bu durum, çocukların yaşam becerilerini kazanmalarını engelleyebilir.
* **Pandemi Sürecinin Etkisi:** Pandemi süreci, gençlerde dijital dünyaya bağımlılığı artırmış ve yalnızlaşmayı tetiklemiştir.
* **Cinsel Eğitim Eksiklikleri:** Geleneksel aile modelinde cinsel eğitim konularının tabu olarak görülmesi, sağlıksız cinsel deneyimlerin ve cinsel yolla bulaşan hastalıkların artmasına neden olabilir.
* **Sosyal İzolasyon:** Yalnızlaşma, depresyon ve anksiyete bozuklukları gibi sorunlara yol açabilir.

**5. Aile Üyeleri Arasındaki İletişim Eksikliği ve Uzaklaşma Duygusunun Etkileri**

Aile üyeleri arasındaki iletişim eksikliği ve uzaklaşma duygusu, aile içi ilişkileri olumsuz etkiler:

* **Duygusal ve Psikolojik Etkiler:** İletişim eksikliği, aile üyelerinin birbirlerinin duygularını ve ihtiyaçlarını anlamalarını zorlaştırır ve aile içi bağların zayıflamasına neden olur.
* **Kuşak Çatışması:** Ebeveyn ve çocuk arasındaki kuşak çatışması, iletişim eksikliğine sebep olabilir ve duygusal bağların zayıflamasına yol açabilir.

**6. Değişen Aile Yapısına Uyum Sağlamak İçin Öneriler**

Değişen aile yapısına uyum sağlamak için bireyler ve toplum olarak yapılabilecekler şunlardır:

* **Eğitim ve Seminerler:** Aile bireyleri için açık ve dürüst iletişimi teşvik eden seminer ve eğitimler düzenlenmelidir.
* **Aile Danışmanlığı:** Bireylerin aile kurmadan önce aile danışmanlığı hizmeti almaları sağlanmalıdır.
* **Devlet Desteği:** Risk oluşturan aile üyelerine yönelik devlet kurumları izleme çalışmalarını artırmalıdır.
* **Medya ve Televizyon:** Aile kurumunu özendirici, aile değerlerini ön plana çıkaran televizyon programları yapılmalıdır. Ürün yerleştirme yöntemi ile söz konusu olumlu davranışlar, değerler, tavsiyeler vb. program içerisine yerleştirilmelidir.
* **Ortak Etkinlikler:** Aile içerisinde anne, baba ve çocukların dahil olduğu etkinlikler teşvik edilmelidir.
* **Psikolojik Destek:** Aile içindeki problemler için aile üyeleri psikolojik danışmanlıklara yönlendirilmelidir.
* **Ara Buluculuk:** Aile içi problemlere karşı aile dışı ara bulucu ve uzlaştırıcı sistemler aktif hale getirilmelidir.
* **Ekonomik Destek:** Ailelerin sosyalleşebilmesi için devlet kurumları ekonomik destek ve zaman sağlamalıdır.
* **Esnek Çalışma Saatleri:** İş yerlerinde esnek çalışma saatleri ve ebeveyn izinleri gibi politikalar uygulanmalıdır.
* **Modern Eğitim:** Eğitimde ben yerine biz kavramına önem verilmelidir.

**TEMA 3: DİJİTALLEŞME VE AİLE**

**1. Dijital Teknolojilerin Aile Yaşamına Etkileri**

Dijital teknolojilerin aile yaşamına olan etkileri hem olumlu hem de olumsuz yönleriyle değerlendirilebilir. Bu bağlamda, dijital yerliler ve dijital göçmenler kavramları önemli bir yer tutmaktadır.

\*\*Olumlu Yönler:\*\*

- Çocuklar dijital teknolojileri kullanarak aile üyelerine rehberlik edebilir.

- Aile içi iş bölümü ve organizasyonu kolaylaşır.

\*\*Olumsuz Yönler:\*\*

- Güvenlik riskleri artar.

- Değerlerin yozlaşması söz konusu olabilir.

**2. Aile İçi İletişimde Dijital Teknolojilerin Rolü**

Dijital teknolojilerin aile içi iletişimi güçlendirme veya zayıflatma potansiyelleri bulunmaktadır. Çocuklar, iletişim kurmayı ve yöntemlerini öncelikle ailelerinden öğrenirler. Bu nedenle, anne ve babanın birbirleriyle olan ilişkisi çocukların ilk iletişim modelidir.

Ebeveynlerin dijital cihazlara bağımlı bir şekilde yaşadığı ortamlarda büyüyen çocuklar, yalnızlığa mahkum olabilir ve dijital ortamlarda sosyalleşme arayışına girebilirler. Bu durum aile içi iletişimi zayıflatarak sağlık ve psikolojik sorunlara yol açabilir. Öte yandan, aktif diyaloğa dayalı iletişimin olduğu ailelerde çocuklar, karşılıklı iletişim kurmayı öğrenir ve daha girişken bireyler olurlar. Bu tür ailelerde dijital teknolojilerin kullanımı, aile bağlarını zayıflatmaktan ziyade güçlendirebilir. Örneğin, aile üyeleri belirli bir süre dijital oyunlar oynayarak veya faydalı içerikler izleyerek vakit geçirebilirler.

**3. Ailelerin Dijital Teknolojilerle Sınırlarını Belirlemek İçin Stratejiler**

Aileler, dijital teknolojilerin kullanımı konusunda sınırları belirlemek ve sağlıklı bir denge kurmak için çeşitli stratejiler kullanabilirler:

- İnternet filtreleri

- İçerik sınırlandırmaları

- Ekran süresi yönetimi uygulamaları

- Süreli alarmlar

- Dışsal denetim mekanizmaları

**4. Dijital Teknolojiler Kullanarak Aile Aktiviteleri**

Aileler, dijital teknolojiler kullanarak birlikte yapılabilecek aktiviteleri artırabilirler. Bu bağlamda, dijital teknolojiler kullanarak aile bağlarını güçlendirmek için bazı başarılı örnekler şunlardır:

- Aile içi serbest zamanların planlanması

- Birlikte dijital oyunlar oynamak

- Faydalı dijital içerikler izlemek

- Uzaktaki akrabalarla görüntülü konuşmalar yapmak

**5. Dijital Medya ve Sosyal Medya Kullanımının Ruh Sağlığına Etkileri**

Dijital medya ve sosyal medya kullanımının aile üyelerinin ruh sağlığına çeşitli etkileri olabilir:

- Kişilik bozuklukları

- Bağımlılıklar

- Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu (DEHB)

**6. Çevrimiçi Güvenlik ve Dijital Güvenlik Rehberliği**

Ailelerin çevrimiçi güvenlik konusunda bilinçlenmesi ve çocuklarına dijital güvenlik konusunda rehberlik edebilmesi için şu öneriler değerlendirilebilir:

- Üniversitelerde dijital ebeveynlik ve dijital vatandaşlık eğitimi verilmesi

- Siber güvenlik eğitimlerinin yaygınlaştırılması

**7. Dijital Teknolojilerin Getirdiği Değişimlere Uyum Sağlama**

Ailelerin dijital teknolojilerin getirdiği değişimlere uyum sağlaması için çeşitli destek mekanizmaları olabilir:

- Temelden ele alınarak eğitim verilmesi

- Üniversitelerde ve ilkokullarda medya okuryazarlığı eğitimi verilmesi

Dijital teknolojiler, aileler için hem iletişim kolaylığı sağlar hem de uzak şehirler arasında canlı konuşmalar yapma imkanı sunar. Aile üyeleri birlikte dijital oyunlar oynayarak keyifli vakit geçirebilir ve çocuklar ile ebeveynler arasında sağlıklı iletişimi artırabilirler. Ancak, dijital teknolojilerin bilinçsiz kullanımı aile içi iletişimi olumsuz etkileyebilir ve çeşitli sağlık problemlerine yol açabilir.

**8. Dijital Bağımlılıkla Mücadele ve Sağlıklı Kullanım**

Dijital bağımlılık, çocuklar ve ebeveynler için ciddi bir tehdit oluşturmaktadır. Bu nedenle, dijital bağımlılıkla mücadele etmek ve sağlıklı kullanım alışkanlıkları geliştirmek için bazı öneriler şunlardır:

- İnternet filtreleri ve içerik sınırlandırmaları

- Ekran süresi yönetimi uygulamaları

- Süreli alarmlar ve dışsal denetim mekanizmaları

- Aile içi serbest zamanların dijital ortamlar kullanılarak planlanması

- Spor ve sanat faaliyetlerine yönlendirme

**9. Dijital Ebeveynlik Eğitimi ve Medya Okuryazarlığı**

Ailelerin, dijital ebeveynlik ve medya okuryazarlığı konusunda bilinçlenmesi önemlidir. Bu bağlamda, ilkokullardan üniversitelere kadar tüm eğitim kademelerinde medya okuryazarlığı derslerinin zorunlu ders olarak verilmesi önerilmektedir. Medya okur yazarlığı eğitimlerinin okullarda seçmeli ders olarak yer alması yeterli değildir. Aynı zamanda bu derse herhangi bir branş hocasının girmesi dersin nitelikli bir şekilde aktarımının önüne geçmektedir. Bu ders iletişim fakültesi mezunları tarafından (diğer öğretmenler gibi atama yapılarak) verilmelidir. Herhangi bir branş hocasının kısa süre alacağı eğitimle bu dersi yetkin bir şekilde vermesi mümkün değildir. Aynı zamanda söz konusu bu ders seçmeli bir ders olarak sunulduğunda öğrenci tarafından seçilse bile veliler zaman zaman bu duruma müdahale ederek bu ders yerine matematik, fen bilgisi ya da Türkçe gibi derslerde eksiklerin kapatılması istenmekte ve bir fırsat olarak görülmektedir. Bu durum ise medya konusunda öğrencilerin nitelikli bir şekilde bilinçlenmelerinin önüne geçmektedir. Ayrıca, dijital ebeveynlik eğitimleri ile ebeveynler çocuklarının dijital platformları bilinçli ve güvenli bir şekilde kullanmalarını sağlayabilirler.

**TEMA 4: ŞİDDET, ŞİDDET TÜRLERİ VE MÜCADELE**

**1. Toplumumuzda En Yaygın Görülen Şiddet Türleri ve Kökenleri**

Toplumumuzda en yaygın görülen şiddet türleri arasında psikolojik şiddet öne çıkmaktadır. Üniversite ve ortaöğretimdeki öğrenciler arasında sıkça akran zorbalığı, gençler arasında siber şiddet ve iş yerinde mobbing şeklinde psikolojik şiddet vakaları gözlenmiştir. Psikolojik şiddetin kökeninde ekonomik kaygılar, aile ve çocukluk travmaları ile kültürel normlardaki farklılıklar, özellikle modern ve geleneksel kültür arasındaki çatışmalar yer almaktadır.

**2. Çocuklara ve Gençlere Yönelik Şiddetin Önlenmesi**

Çocuklara ve gençlere yönelik şiddetin önlenmesi için aşağıdaki önlemler önerilmektedir:

- Okul öncesi eğitim zorunluluğunun getirilmesi

- Ebeveynler ve eğitimcilere yönelik eğitim programlarının düzenlenmesi

- Camilerde vaaz konularında şiddetle mücadeleye yer verilmesi

- Dijital platformlarda kamu spotları ve TV dizilerinde şiddet konularının işlenmesi

- Devlet politikası olarak ailelere psikolog atanması ve psikologlara erişimin kolaylaştırılması

**3. Aile İçi Şiddetin Nedenleri ve Önlenmesi**

Aile içi şiddetin nedenleri arasında ekonomik zorluklar, psikolojik sorunlar ve madde bağımlılığı ön plandadır. Aile içi şiddetin önlenmesi için:

- Ebeveyn eğitimleri ve farkındalık programları düzenlenmeli

- Evlilik ve mutlu aile temalı eğitimler verilmelidir

- Yasal yaptırımlar artırılmalı ve düzenlemelere gidilmelidir

**4. Kadına Yönelik Şiddetle Mücadelede Toplumun Rolü**

- Kadınların iş gücüne katılım noktasında cinsiyet farkının ortadan kaldırılması

- Kadın istihdamının artırılması için özel ve kamu sektöründe çalışmalar yapılması

- Meclisteki kadın üye sayısının artırılması

- Evlilik öncesi ebeveyn yeterlilik eğitimlerinin verilmesi

**5. Dijital Şiddet ve Çevrimiçi Tacizle Mücadele**

Dijital şiddet ve çevrimiçi tacizle mücadele için:

- Ebeveynlerin çocuklarına güvenli internet kullanımı konusunda eğitim vermesi

- Güvenli internet kullanımının yaygınlaştırılması

- Tiktok, YouTube gibi zararlı uygulamalara sınırlamalar getirilmesi

- "Teknolojiyi doğru kullanma" derslerinin müfredata eklenmesi

**6. Şiddetin Ruh Sağlığı Üzerindeki Etkileri ve Yardım Yolları**

Şiddetin ruh sağlığı üzerindeki etkileri arasında travma sonrası stres bozukluğu, karar verme yetisinde bozulma ve anksiyetenin artması yer almaktadır. Şiddete maruz kalan bireylere yardım edebilmek için:

- Psikologların topluma ulaşılabilirliğinin artırılması

- Şönim hizmetlerinin yaygınlaştırılması

- ASDEP aile destek programı kapsamında ev ziyaretlerinin sürekliliğinin sağlanması

**7. Şiddet Mağdurlarına Destek Sağlamak için Sosyal Hizmetler ve Yardım Kuruluşları**

Sosyal hizmetler ve yardım kuruluşlarının şiddet mağdurlarına daha etkili destek sağlayabilmesi için:

- Eğitimci eğitimleri ile görünürlüğün artırılması

- Radyo ve TV programları, üniversite etkinlikleri ve reklamlar ile farkındalığın artırılması

**8. Eğitim ve Farkındalık Programları**

Eğitim ve farkındalık programları şiddeti azaltmada önemli bir rol oynamaktadır. Bu programlarda ele alınması gereken konular:

- Öfke kontrolü

- Stres yönetimi

- Empati ve insan ilişkileri

- Akran eğitimi

- Pandemi sürecinin olumsuz etkileri

**9. Yasal Düzenlemeler ve Cezai Yaptırımların Etkisi**

Yasal düzenlemeler ve cezai yaptırımlar şiddetle mücadelede önemli bir rol oynamaktadır. Mevcut yasal çerçevede:

- Şiddet suçlarında iyi hal indiriminin kaldırılması

- Ceza erteleme ve indirimlerinin olmaması

- Okullarda akran zorbalığına yönelik caydırıcı cezaların getirilmesi

**10. Şiddet Kültürünün Değiştirilmesi**

Toplumda şiddet kültürünü değiştirmek için:

- Okul öncesi eğitimin zorunlu hale getirilmesi

- Farklı eğitim modellerinin uygulanması

- Meslek okullarının geliştirilmesi

- Basında şiddet içeriklerinin düzenlenmesi

- Bireysel silahlanmanın kontrol altına alınması

- Çocukların oyun süreçlerinde çevrimdışı oyunların teşvik edilmesi

**TEMA 5: AİLE İÇİN YAPILABİLECEK FAALİYETLER**

**1. Sağlık Alanında Yapılabilecekler**

**Riskler:**

* Sağlık hizmetlerine erişim yetersizliği
* Kronik hastalıklar ve ruh sağlığı sorunları
* Bağımlılıklar (alkol, sigara, uyuşturucu)

**Fırsatlar ve Çözüm Önerileri:**

* **Ulusal Düzeyde:** Sağlık hizmetlerinin erişilebilirliğini artırmak için sağlık ocakları ve aile hekimliği hizmetlerinin yaygınlaştırılması. Kronik hastalıklar ve ruh sağlığı sorunları için ulusal sağlık programları oluşturulması.
* **Kamusal Düzeyde:** Toplum sağlığı merkezlerinin sayısının artırılması ve bu merkezlerde aile sağlığına yönelik bilgilendirme ve destek hizmetlerinin sunulması.
* **Toplumsal Düzeyde:** Bağımlılıkla mücadele programlarının yaygınlaştırılması ve ailelerin bu konuda bilinçlendirilmesi. Sağlıklı yaşam tarzının teşviki için toplumsal etkinlikler düzenlenmesi.

**2. Eğitim Alanında Yapılabilecekler**

**Riskler:**

* Eğitimde eşitsizlik
* Okul terk oranlarının yüksekliği
* Dijital okuryazarlık eksikliği

**Fırsatlar ve Çözüm Önerileri:**

* **Ulusal Düzeyde:** Eğitimde fırsat eşitliğini sağlamak için bölgesel farklılıkları göz önünde bulundurarak kaynak dağılımının adil bir şekilde yapılması. Zorunlu eğitim süresinin artırılması ve okul terk oranlarının düşürülmesi için destek programları oluşturulması.
* **Kamusal Düzeyde:** Yerel yönetimlerin eğitim kurumları ile işbirliği yaparak eğitim kalitesini artırmaya yönelik projeler geliştirmesi. Dijital okuryazarlık eğitimlerinin yaygınlaştırılması.
* **Toplumsal Düzeyde:** Ebeveynlerin çocuklarının eğitimine aktif katılımını teşvik eden programlar ve etkinlikler düzenlenmesi.

**3. Medya Alanında Yapılabilecekler**

**Riskler:**

* Medyanın olumsuz etkileri (şiddet içerikleri, yanlış bilgi yayılımı)
* Sosyal medya bağımlılığı

**Fırsatlar ve Çözüm Önerileri:**

* **Ulusal Düzeyde:** Medya okuryazarlığı eğitimlerinin müfredata eklenmesi ve toplum genelinde medya bilincinin artırılması. Yanlış bilgi yayılımının önlenmesi için düzenlemelerin sıkılaştırılması.
* **Kamusal Düzeyde:** Kamu spotları ve bilgilendirme kampanyaları aracılığıyla sağlıklı medya kullanımı konusunda farkındalık yaratılması.
* **Toplumsal Düzeyde:** Ailelerin medya içeriklerini birlikte değerlendirmesi ve çocuklara yönelik güvenli medya kullanımına yönelik rehberlik sağlanması.

**4. Çalışma Hayatında Yapılabilecekler**

**Riskler:**

* İş-yaşam dengesi sorunları
* Çalışan ebeveynlerin zorlukları
* Cinsiyet eşitsizliği

**Fırsatlar ve Çözüm Önerileri:**

* **Ulusal Düzeyde:** Esnek çalışma saatleri ve uzaktan çalışma imkanlarının yaygınlaştırılması. Çalışan ebeveynlere yönelik doğum ve ebeveyn izinlerinin artırılması.
* **Kamusal Düzeyde:** Kamu kurumlarında ve özel sektörde aile dostu çalışma politikalarının uygulanması. Cinsiyet eşitsizliğini gidermek için kadınların iş gücüne katılımının teşvik edilmesi.
* **Toplumsal Düzeyde:** İş-yaşam dengesinin sağlanması için toplumsal bilinçlendirme kampanyaları düzenlenmesi. Ebeveynlerin çocuk bakımı konusunda destek alabileceği topluluk merkezlerinin oluşturulması.

**5. Hukuk Alanında Yapılabilecekler**

**Riskler:**

* Aile içi şiddet ve istismar
* Boşanma oranlarının yüksekliği
* Yasal haklar konusunda bilinçsizlik

**Fırsatlar ve Çözüm Önerileri:**

* **Ulusal Düzeyde:** Aile içi şiddet ve istismarın önlenmesi için yasaların güçlendirilmesi ve uygulanmasının sıkı bir şekilde denetlenmesi. Boşanma sürecinde çocukların ve aile üyelerinin korunmasına yönelik hukuki düzenlemelerin iyileştirilmesi.
* **Kamusal Düzeyde:** Hukuki yardım ve danışmanlık hizmetlerinin yaygınlaştırılması. Aile hukuku konusunda toplumsal bilgilendirme kampanyalarının düzenlenmesi.
* **Toplumsal Düzeyde:** Aile içi şiddet ve istismar mağdurlarına yönelik destek gruplarının ve rehabilitasyon merkezlerinin oluşturulması.

**6. Yerel Yönetimlerde Yapılabilecekler**

**Riskler:**

* Yetersiz yerel hizmetler
* Toplumsal katılım eksikliği

**Fırsatlar ve Çözüm Önerileri:**

* **Ulusal Düzeyde:** Yerel yönetimlerin aile destek programları için bütçelerinin artırılması ve bu programların etkin bir şekilde denetlenmesi.
* **Kamusal Düzeyde:** Yerel yönetimlerin ailelere yönelik sağlık, eğitim ve sosyal hizmetleri kapsayan bütüncül programlar geliştirmesi. Toplumsal katılımın artırılması için yerel yönetimlerin halkla işbirliği yapması.
* **Toplumsal Düzeyde:** Yerel toplulukların aile destek programlarına katılımını teşvik eden etkinlikler düzenlenmesi. Yerel yönetimlerin toplumsal ihtiyaçlara hızlı ve etkili bir şekilde yanıt vermesi için vatandaşlarla iletişim kanallarının güçlendirilmesi.

**ÇALIŞTAY SONUÇLARI VE ÖNERİLER**

Çalıştay sonucunda, ailelerin karşılaştığı sorunlara yönelik çözüm önerileri ve stratejiler geliştirilmiş ve raporlaştırılmıştır. Toplumda risk faktörlerini azaltmak ve fırsat eşitliğini sağlamak için kapsamlı ve çok yönlü stratejiler geliştirilmelidir. Eğitim, sosyal hizmetler, yasal düzenlemeler ve toplumsal bilinçlendirme çalışmaları ile bu hedeflere ulaşmak mümkündür. Sürdürülebilir kalkınma ve çevresel sürdürülebilirlik için ise tüm kesimlerin işbirliği içinde hareket etmesi gerekmektedir.

Dijital teknolojiler, aile yaşamında önemli değişiklikler yaratmaktadır. Bu teknolojilerin bilinçli ve kontrollü kullanımı, aile bağlarının güçlenmesine ve sağlıklı iletişim ortamlarının oluşturulmasına katkı sağlayabilir. Aileler, dijital teknolojilerin getirdiği fırsatları değerlendirirken, aynı zamanda potansiyel risklere karşı da tedbirli olmalıdırlar. Eğitim ve bilinçlendirme çalışmaları ile dijital teknolojilerin olumlu yönlerinden faydalanmak mümkün olacaktır. Şiddet, toplumumuzun önemli bir sorunu olarak varlığını sürdürmektedir. Şiddetin önlenmesi ve mücadele edilmesi için kapsamlı bir yaklaşım gereklidir. Eğitim, yasal düzenlemeler, farkındalık programları ve sosyal hizmetlerin etkin kullanımı ile şiddetin azaltılması mümkündür. Toplumun tüm kesimlerinin bu mücadelede aktif rol alması önemlidir. Ailedeki riskleri azaltmak ve fırsatları artırmak için ulusal, kamusal ve toplumsal düzeyde çeşitli alanlarda kapsamlı stratejiler geliştirilmelidir. Sağlık, eğitim, medya, çalışma hayatı, hukuk ve yerel yönetimlerde yapılacak planlamalar, ailelerin refahını artırmak ve toplumsal bütünlüğü sağlamak için önemlidir. Bu bağlamda, her alanda koordineli ve bilinçli çalışmalar yürütülmelidir. Ailelerin sağlığını ve refahını artırmak amacıyla geliştirilen bu öneriler, ulusal, kamusal ve toplumsal düzeyde uygulanabilir niteliktedir.

**01/07/2024**

**Doç. Dr. Derya EVGİN**

**Kadın ve Aile Çalışmaları**

**Uygulama ve Araştırma Merkezi Müdürü**