

Psikiyatrik Hastalık Mı Şiddet Oluşturur Yoksa Şiddet Mi Psikiyatrik Hastalık Oluşturur?

Dilek ÖZERK*

Özet: İnsan yaşantısının her alanında var olan şiddet, ülkemizde gün geçtikçe artmaktadır. Ya da eskiden beri var olan şiddet teknolojinin gelişmesiyle birlikte televizyon veya internet aracılığıyla bir şekilde karşımıza çıkmaktadır. Hem de ciddi bir vahşet halinde. Şiddetin günlük yaşamda sıklıkla yer alması maalesef hayat akışının normal bir unsuru olarak görülmesine yol açmaktadır. Ama günlük yaşamda sıklıkla uygulanan şiddetin altında yatabilecek psikiyatrik hastalıkların varlığı veya şiddet uygulaması sonucunda bireyde ortaya çıkabilecek psikopatolojik durumlar göz ardı edilmektedir. Oysa şiddet ile psikiyatrik hastalıkların çift yönlü olarak birbirini etkilediği, kapsamlı olarak değerlendirilmesi gerektiği yapılan araştırmalarda aşikar bir şekilde ortaya konulmaktadır. Travmatik bir yaşantı olan şiddet olayları, her bireyi farklı açılardan etkilemekte, her insanda farklı psikopatolojik etkilerin ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Şiddete bağlı olarak bireylerde çıkabilecek psikopatolojik durumlar; akut stres bozukluğu, travma sonrası şiddet bozukluğu, disosiyatif bozukluklar gibi rahatsızlıklar. Kısaca; bazı fiziksel şiddetler psikiyatrik belirtilerle ortaya çıkabileceği gibi, bazı psikiyatrik belirtilerinde şiddete meyil edebileceği unutulmamalıdır. Şiddet ve psikiyatrik hastalıklar birbirlerinden bağımsız olarak düşünülmemeli ve şiddet uygulayan bireyi biyo-psiko-sosyo yönleriyle bir bütün olarak değerlendirmek gerekmektedir. Bu nedenlere bağlı olarak şiddetin psikiyatrik hastalıklarla ilişkisini konu alan çalışmamda psikiyatrik hastalıklara bağlı olarak gerçekleşen şiddetin tarihini, etkilerini, psikiyatrik hastalıklarla ilişkisini ele alacak ve şiddeti önleme yollarını tartışacaktır.

Anahtar kelimeler: Şiddet, psikiyatrik hastalıklar ile şiddet ilişkisi, travmatik olaylar ile şiddet

Does Psychiatric İlness Constitute Violence Or Does Violence Constitute A Psychiatric İlness ?

Abstract:The violence that exists in every aspect of human life is increasing daily in our country. Or, with the development of the existing violence technology, it is a way to face the television or the Internet. In a serious atrocity. The frequent inclusion of violence in daily life, unfortunately, leads to a normal element of the live flow. However, psychopathological conditions that may arise in the individuals are ignored as a result of the presence or violence of psychiatric disorders that may lie under frequently applied violence in everyday life. Whereas violence and psychiatric disorders are influenced by two ways, it is evident in the researches that should be evaluated

* Gaziantep Üniversitesi

extensively. Violent incidents of traumatic life affect each individual from different angles, causing different psychopathological effects in every human being. Psychopathological conditions that may arise in individuals due to violence; Disorders such as acute stress disorder, post-traumatic violence, dysocytative disorders. In; Some physical violence may arise with psychiatric symptoms, and it should be noted that some psychiatric symptoms might be prone to violence. Violence and psychiatric disorders should not be considered independently of each other and should be evaluated as a whole in the bio-psycho-socio aspects of the violent one. Due to these reasons, in my study of violence related to psychiatric disorders, the history of violence, its effects, its relationship with psychiatric illnesses and ways of preventing violence He'il argue.

Keywords: violence, violent relationship with psychiatric disorders, violence with traumatic events

Giriş

Son yıllarda üzülerek şahit oluyoruz ki şiddet olaylarında ciddi bir artış söz konusudur. Aslında çok eskiden beri var olan nesilden nesile aktarılarak günümüze kadar ulaşan şiddet olayları sosyal medya, televizyon, internet aracılığı ile gün yüzüne çıkmakta, artık saklanamamaktadır. Geçen yıl İstanbul Kadıköyde araba kullanan eşi Selva Yılmaz'ı takip edip 4 kurşunla öldüren Emrah Yılmaz'ı böyle bir cinayet işlemeye iten sebepler nelerdi acaba? Aynı şekilde Gaziantep'in Araban ilçesinde sürücü kursunda çalışan bir kadının tartıştığı kişi tarafından 7 kez bıçaklanılarak öldürülmesi nasıl açıklanabilir? Keza sadece kadına yönelik şiddet değil asırlardır karşısında durmak ve tamamen bir son vermek için mücadeleler verdiğimiz şiddet olayları pek çok farklı biçimde karşımıza çıkabiliyor. Erzurum'un Tortum ilçesinde, akrabasının Y.A. (12) isimli erkek çocuğuna cinsel istismarda bulunan çiftçi İ.Y.'nin (77) amacı ne idi? Cinsel istismarda bulunmasının altında yatan neden cinsel doyum mu, yoksa bu kişinin geçmişte yaşadığı farklı sorunlar olabilir mi? Adana'da sokak düğünü sırasında düğün sahibinin evinde uyuyan 3 yaşındaki kız çocuğuna cinsel istismarda bulunan adamın bu olayı gerçekleştirmesine sebep olan o anda ruhsal durumu nasıl olabilir? Bitmedi okulda, evde, iş yerinde, kendi öz saygısını kazanmak için başkalarını küçük düşürmeye çalışan, arkadaşı ile dalga geçen, arkadaşları arasında kıyaslama yaparak varlığını ispatlamaya çalışan, evde eşine her anlamda üstünlük kurmaya çalışan kişi veya kişilerin bu şekilde davranış gösterme biçimleri gibi durumlar toplumumuzun her kesimine sirayet etmiş durumdadır. Peki şiddetin her çeşidinin toplumumuzun her kesimine sirayet etmesinin altında yatan ana sebep ne olabilir?

Şiddetin Tanımı

Dünya Sağlık Örgütü tarafından şiddet; yaralanma, ölüm, psikolojik kayıp ile sonuçlanan veya bunlarla sonuçlanması muhtemel olan kişinin kendisine, başka bir kişiye, bir gruba veya bir topluluğa karşı fiziksel şiddet ve gücün tehdit veya fiili olarak kasıtlı kullanımı şeklinde tanımlanmıştır. (1) Genel anlamda şiddet; cinayet, işkence, darbe, vuruş ve etkili eylem, savaş, terör, baskı, sindirme, tehdit, şantaj vb. tüm davranışları kapsayabilir. Bedensel saldırı olarak şiddet kolaylıkla ayırt edilebilir. Kuralların çiğnendiği davranış olarak değerlendirildiğinde ise hemen her şey şiddet olarak algılanabilir. (2) Kısacası; fiziksel ve ruhsal alanda kişiye veya bir başkasına zarar veren her olayı şiddet olarak tanımlayabiliriz.

Şiddete Psikiyatrik Açıdan Bakış

Okulda, aile içinde, iş yerinde, sokak ortasında, hastahane, stadyumda kısacası insan etkileşiminin olduğu yaşamın her alanında yaygın olarak gözlemlenen şiddet olayları toplumumuzun çoğu kısmında önemsenmemektedir ve bazen doğal bile karşılanmaktadır. Aynı zamanda yapılan araştırmalarda çoğu fiziksel, psikolojik, ekonomik gibi şiddet olaylarında şiddet uygulayan kişiye etraftaki topluluğun da müdahale etmediği görülüyor. 2017 yılında yapılan araştırmada Bianetin verilerine göre yalnızca 2017'nin ilk 4 ayında 101 kadın öldürüldü. Dört ay içinde cinsel saldırıya ve tacize uğrayan kadın sayısı 68, dahası 146 çocukta istismara maruz kaldı. (3) Yapılan araştırmalarda şiddet olayları incelenirken psikolojik bozukluklar, psikiyatrik hastalıklar çoğu zaman geri planda kalıyor. Oysaki şiddet uygulayan kişiler incelendiğinde psikiyatrik bir bozukluk olduğu görülüyor. Zamanında önlem alınamadığı için bu durum daha kötü bir tabloya dönüşüyor. Bizler “kadının karnından sıpayı, sırtından sopayı eksik etmeyeceksin” diyen bir geleneğin nesliyiz. Bireysel, ruhsal, toplumsal gelişimde olgunlaşmakta zorlanan ve kendini ifade etmek yerine şiddetin kolaylığına sığınan bir toplumuz. Toplumumuzda şiddet uygulayan kişi kötü ilan edilir ve bu kişiye karşı şiddet uygulayanın geçmişte “mağdur” olma durumu ile ilgilenmeyiz ve ya ilgilenmek istemeyiz. Oysaki her şey bir zincirin halkaları şeklinde birbirlerine bağlıdır. Şiddet uygulayan insanların şiddet uygulamasının ortaya çıkmasında küçük yaşlarda görülen davranış bozukluğu, aile içinde uygulanan şiddet olayları, çocuklukta şiddete maruz kalma ve ya tanık olmak gibi nedenler altında yatan sebebler olabilir. Depresyon, antisosyal kişilik bozukluğu, kontrol edilemeyen öfke ve saldırganlık, şizofreni, iki uçlu duygu bozukluğu, dürtü kontrol bozuklukları, travma sonrası şiddet bozukluğu, yetki kaybı, korku, madde bağımlılığı gibi durumlar bireylerin yaşadıkları

stresle baş edemedikleri ve bu durumda şiddete yöneldiklerini göstermektedir. Bu gibi psikolojik bozuklukların ve psikiyatrik hastalıkların zamanında tedavi edilememesi, şiddet uygulayan ve şiddete maruz kalan kişi için sorun teşkil etmektedir. Bu şekilde şiddete maruz kalan kişilerde de obsesif kompulsif gibi bozukluklar ortaya çıkabilir. Aynı zamanda şiddete maruz kalan kişide başka psikolojik sorunlarında ortaya çıkmasına neden olabilir. Travmatik bir yaşantı olan şiddet olayları, her bireyi farklı açılardan etkilemekte, her bireyde farklı psikopatolojik etkilerin ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Bu durumda şiddete bağlı olarak bireylerde ortaya çıkabilecek psikopatolojik rahatsızlıklar ile bireyi şiddete yönlendirebilecek psikopatolojik rahatsızlıklar arasındaki ilişki kuşkusuz ki bağlantılıdır. Şiddete maruz kalan ve şiddet uygulayan kişilerde ortaya çıkabilecek psikopatolojik durumlar şunlardır: Alkol bağımlılığı, Antisosyal kişilik bozukluğu, Travma Sonrası Stres Bozukluğu, Korku, Çocukluk Çağında Şiddete Maruz Kalma ve ya Tanık Olma, depresyon gibi rahatsızlıklardır. Bunları inceleyecek olursak;

Alkol Madde Bağımlılığı

Sosyal ortamlarda alkol kullanımından farklı olarak alkol bağımlılığı, bireyin beden ve ruh sağlığını, aile ilişkilerini, sosyal ve iş uyumunu alkol alma ve alkol alma isteğini durduramama şeklinde ortaya çıkan bir ruhsal sorun olarak karşımıza çıkar. Alkolün şiddet davranışını kolaylaştıran ve hızlandıran bir etki yaptığını söylemek mümkündür. Alkol bağımlılığı bireyi ve aileyi çok yönlü etkilemekte olup, bir yandan bireyde ağır ruhsal ve bedensel sorunlara, diğer yandan bireyin kişiler arasındaki ilişkilerinde ve aile yaşamında bozulmaya, ev içi şiddet olaylarının ve aile içi sorunların artmasına neden olmaktadır. Alkol alındıktan sonra evde şiddet uygulanması durumunda, evde yaşayan her birey bu şiddetten ve huzursuzluktan nasibini alır. Özellikle şiddetin kuşaktan kuşağa aktarılmasında evde yaşanan bu şiddet davranışlarının payı büyüktür.

Antisosyal Kişilik Bozukluğu

Birçok çalışmalarda özellikle antisosyal kişilik bozukluğunun şiddet davranışı uygulanmasına yönelik risk oluşturduğu görülmektedir. Şiddet uygulayanların sosyal olarak güvensiz, suçluluk duyan, izole olmuş ve yetersiz kişiler oldukları ve bu yetersizliklerini kapatmak için tepkisel olarak şiddet uyguladıkları belirtilmiştir.

Travma Sonrası Stres Bozukluğu

Travma sonrası stres bozukluğu olan kişiler, travmatik bir olayla karşılaşmış ve ya tanık olmuştur. Bu kişide aşırı korku, çaresizlik ve ya dehşete düşme eğilimleri vardır. Travmatik yaşantılar düşüncelerle ve ya düşlemlerle hatırlanır. Travmatik olay yeniden

oluyormuş gibi hissedilir, davranılır. Bu kişiler başkaları kendinin yaşadıkları olayları yaşamıyorken kendi yaşıyor oldukları için ve ya yaşamda kalmak için yaptıklarından ötürü suçluluk içinde olabilirler. Kaçınma tutumları kişiler arası ilişkilerini bozabilir, evliliklerinde çatışmalara yol açabilir ya da bu yüzden işlerini yitirebilirler.

Korku

Toplumumuzda korku devam ettikçe potansiyel şiddet her zaman var olacaktır. Korku kültüründe güçlü ve güçsüz ilişkisi vardır. Bu kültürde insanlar, eğer tanıdık değilse, birbirlerini hasım olarak görürler. Korku kültüründe iki eşit insan ilişkisi düşünmek mümkün değildir. Özellikle erkekler iş hayatında bunu çok yaşıyorlar. O mu güçlü, ben mi? ilişki içinde yaşamaktadırlar. Sadece ezilen korkmuyor, en büyük korkuyu en tepedeki yaşıyor. "Ya benden korkmazlarsa! Ya benden daha güçlü hale gelirlerse! Bundan daha büyük korku olur mu?" onlar için? O yüzden ona karşı itiat etmesi gerekir etrafındaki her insanın. Bu kişiler güç ve kontrolü çok özgül bir şekilde hedefe yönelik kullanmaya çalışıyorlar. Birini ezecekse ezdikçe daha çok ezecek yoksa ezilen kendisi olacaktır düşüncesi içinde yaşamlarına devam etmektedirler. Bu yüzden izole ederek, korkutup sindirmek istiyorlar. Aynı şekilde en fenası da aile içinde erkeğin karısına üstünlük kurmak için karısına şiddet uygulaması sonucu kadının kurtulmak için defalarca evden kaçmayı denemesi ama her defasında bir şekilde yakalanması, yakalandıktan sonra her defasında daha da ağır şiddete maruz kalması ve artık kadının korktuğu için şiddete göz yumması...

Çocukluk Çağında Şiddete Maruz Kalma Ve Ya Tanık Olma

Şiddet görererek büyüyen ve ya şiddetin olduğu çevrede yetişen çocuklar, ilerleyen zamanlarda yaşamlarında problemlili ilişkiler yaşama riskiyle karşı karşıya kalmaktadır. Yetişkinlik dönemlerinde karşılarına çıkabilecek hayata karşı isteksizlik, insanlara düşmanca hisler geliştirmek, hayvanlara eziyet etmekten zevk almak, yalancılık, öz güven eksikliği gibi birçok rahatsızlığın temelinde bu nedenler yatmaktadır. Bu gibi nedenler şiddetin bilinçaltında yatan toplumsal gerçeklerini gözler önüne sermesi açısından önemlidir...

Madolyanın Diğer Yüzündeki Şiddet Gerçekleri: Şiddet Uyguladım Çünkü...

Bu güne kadar hep şiddete maruz kalan insanları dinledik. Yaşadıkları gerçeklerle yüzleştirdiler bizi. Ama şiddetin baş aktörü olan kişileri her zaman geri planda tuttuk ve neden şiddet uyguladıklarını çoğu zaman sorgulamadık bile. Yapılan araştırmalar tatmin edici olmasa da şiddetin altında yatan toplumsal gerçeklerini gün yüzüne çıkarmak

açısından önemlidir. İşte bu bizi madolyonun diğer yüzündeki şiddet gerçeklerine götürecektir... Aslında her şey onlar mutlu ve umutlu bir şekilde başlıyor, sonra önce sesler yükseliyor ardından yüzde bir tokatla ayılıyor ve o kalkan ellerin hiç inmediğini fark ediyorlar. Neden diye sorguluyorlar neden bunu bana yapıyor ben bunu hak edecek ne yaptım? diye soruyorlar kendi kendilerine. Bu sorulara cevap vermek çok zordur aslında. Erkeklerin şiddet uygulamaya erkeklik olarak baktığı, gerçekte şiddetin acizlik olup olmadıklarının farkında bile olmadığı bir zaman diliminde kızını dövmeden dizini döver, oğlan doğuran övünsün kız doğuran dövünsün bu atasözleri ile doğduk bu atasözleri ile büyüdük. Kadını öteledik erkeği yücelttik. Sonra ne mi oldu? Kadınlar iyi birer aşçı oldu ama kadın olmayı, birey olmayı, ben demeyi öğrenemediler. Kadınlar öğrenemedi, peki ya erkekler erkek olmayı öğrendiler mi? Recep Beyazıt 55 yaşında 30 yıllık evli. ‘Eşime sadece küçük bir tokat vurdum’ dedi. Bir tane tokatın onun için basit bir tartışmadan farkı yok... Peki bir tokat dahi olsa o eli kaldıran gücün bilinç altına bakıldığında ortaya bireysel bir hata değil toplumsal bir geri kalmışlık çıkıyor. Formül şu; dayak yememek için susmayı kabullenmeyi bileceksin çünkü sen kadınsın. Bir noktadan sonra kabullenmezsen söyleneni dayağı yersin. Acı... Şiddet uygulayan erkeğin bilinçaltında bu öğretisi var. Kadının payına düşen ise öğrenilmiş çaresizlik... Yine aynı şekilde o ellerin kalkmasına neden olan bir başka sebep kıskançlık... Başvurduğu yöntem ise şiddet. Yani kendine engel olamadığı bir duyguyu bir kadının suratında sindirebileceğini düşünmek ve olayı şiddete başvurarak çözmek. Bu ve bunun birçok şiddet failinin ortak noktası hemen hemen hepsinin şiddetin var olduğu evlerde büyüyen çocuklar olması. Baba anneyi dövüyor, çocuk görüyor büyüyünce o da eşine aynısını yapıyor. Şiddet kendi neslini yaratıyor. Çoğu şiddet faili belki hiçbir şekilde gazeteye çıkmamış, şiddet için şikayet edilmemiş, belki de günlük hayatta sıklıkla karşılaştığımız sıradan insanlar. Tam da bu anlattığım olaylar toplumun şiddeti nasıl içselleştirdiğini sıradanlaştırdığını gösteriyor.

Söylesene İnsanoğlu Ne Zamandır Böyleyiz?

Son günlerin en popüler dizisi olan yeni başlamış yapımcılığını ve yönetmenliğini Osman Sınav’ın üstlendiği ‘Sen Anlat Karadeniz’ dizisindeki kadına yönelik şiddet sahneleri toplumumuzda kişileri şiddete özendiriyor gerekçesi ile büyük tepkiler yarattı. Hatta dizi kaldırılmalı diyenler bile oldu. Bir sahnede Vedat Sayer, Nefesi bir odaya zorla sokuyor ve ardından başka bir erkekle flört ettiğini söyleyip, hangi elini tuttuğunu sorarak parmağını kırıyor. Sahne sertti. Kadına şiddetin gözler önüne bu kadar açıklıkla serilmesi büyük tartışmalar yarattı. Osman Sınav bu tepkiler üzerine bir açıklama yaparak

günümüzde sıkça uygulanan bu kadar kadın cinayetleri varken bu dizinin neden bu kadar çok tepki aldığını sordu? Haklıydı aslında... Şiddet nasıl hafifletilebilirdi ki? Kadına şiddetin had safhaya çıktığı Kadın Cinayetlerini Durduracağız Platformu'nun 2017 verilerine göre, 409 kadının katledildiği, 332 kadına cinsel şiddet uygulandığı, 382 çocuğun cinsel istismara uğradığı bir ortamda böyle bir dizinin çekilmesi tepki çekti. Dizinin şiddeti övdüğü ve meşrulaştırdığını iddia eden kişiler ise RTÜK'e şikayette bulunuyor ve dizinin yayından kaldırılmasını istiyorlar. Oysa toplumumuzda bu kadar şiddet olayları varken ve hatta daha da ağır şekilleri yaşanırken bu dizinin şiddet olaylarına dikkat çekmesi çok önemlidir bence. Bu dizi şiddeti meşrulaştırmıyor, şiddetin ne kadar vahşi ve kötü bir olay olduğunu insanlara göstermeye çalışıyor, şiddetin altını çiziyor. Senaristler, şiddete karşı kulaklarımızı kapatmamızı engelliyor, gözlerimizi açıyor, hıçkırıklarımızı, kahkalarımızı atarak duymazdan gelmeye çalıştığımız bu olayları gün yüzüne çıkarıyor. Bu durum neden rahatsız etti ki insanları saklanan gerçekleri gün yüzüne çıkardıkları ve binlerce nefesten sadece bir nefesi gözler önüne serdikleri için mi? Yoksa huzurlarını kaçırdıkları için mi veriliyor bu kadar tepkiler? Keşke bu tepkileri kadınlar sokak ortasında etek giydi diye gerçekten şiddet uygulayanlara da gösterebilirler. Olmaz ama değil mi? Alışmışlardır çünkü kulakları duymaz, gözleri görmez. Görürlerse eğer rahatları bozulur...

Şiddet Mi Geçmedi Hala İzi Kaldı

Şiddet anlık uygulanan ve etkisi geçen bir olay değildir. Hem şiddet uygulayan hem de şiddet uygulanan kişilere derin izler bırakarak varlığını dolaylı yollardan devam ettirmektedir aslında. Şiddetin kişide bıraktığı etkileri inceleyecek olursak;

1)Şiddet insanın psikolojik bağışıklama sistemini bozarak psikolojik rahatsızlıklara zemin hazırlar. Hatta yaralanmalar ve ölümlere bile yol açabilir.

2)Şiddet gören kadınlarda depresyon, korku, anksiyete, azalmış öz benlik saygısı, cinsel işlevlerde bozukluk, kendine zarar verici davranışlar, obsesif kompulsif davranış bozuklukları, post travmatik stres bozukluğu gibi ruhsal sorunlar da sık görülmektedir.

3)Şiddet aile, arkadaşlık, sevgi, saygı ve toplum bağlarını kırarak temel insan ilişkilerinde sorun yaratır.

4)İnsanda bağ kurma, güven, kontrol ve anlam duygusunu biçimlendiren olağan insan davranışını alt üst eder.

5)Şiddet bireyin öz benliğine zarar verir ve acı çekmesini sağlar. Aşağılanma, suçluluk ve çaresizlik deneyimleri kendilerine olan saygılarını kaybetmelerine neden olur.

Şiddeti Önlemek İçin Neler Yapmalıyız?

- ❖ Çözüme aileden başlanmalı. Ailelere rehberlik eğitimi verilmeli, anne baba tutumları tutarlı olmalı, aileler çocuklarını kontrol etmelidir. Ayrıca istimarlar konusunda da aydınlatıcı eğitim programları verilmelidir.
- ❖ Alkol ve uyuşturucu kullanımının özellikle gençlerde olumsuz etkisine dikkat çekilmelidir. Bunun azaltılması için önlem almak gerekmektedir.
- ❖ Psikolojik danışmanlık ve psikolojik destek merkezleri açılmalı, bu birimlere başvurular özendirilmeli, hatta belli şartlarda zorunlu tutulmalıdır.
- ❖ Ateşli silahlı kullanımının azaltılması için önlemler alınmalı, satın almayı ve bireyin üzerinde taşımayı azaltabilecek ve kurallar dışında kullanımı cezalandırıcı uyarılar kanunlarla sağlanmalıdır.
- ❖ Şiddete izin veren toplumsal görüşleri değiştirmek, kişileri problem çözme ve engelleme konusunda eğitmek gerekmektedir.

Sonuç: Bir Kısır Döngü

Uzmanlara göre şiddet bir kısır döngüdür. Bir kere vuran erkek sorunun böyle çözülebileceğine inanıyor ve devam ediyor. Şiddet uygulandıktan sonra şiddet uygulayan bireyde bir pişmanlık söz konusu olur. Bir süre sakın bir dönem geçirir şiddet uygulayan kişi. Bu dönem süresi bazen 1 gün, bazen 1 ay, bazen 3 aydır. Sonrasında ise o enerji tekrar birikmeye başlar ve tekrar bireyi şiddet uygulamaya tetikleyecek bir olay oluşur ve sonrasında tekrar patlama ardından tekrar pişmanlık... Bu kısır döngü hep döner, durur. Şiddeti bitirmenin temelinde öfke kontrolünü sağlamak gerekiyor. Bireyi kendi ile yüzleştirip, kendi dünyasında sonuçlar çıkarıp doğru yolları bulmasını sağlayarak kişinin kendi öfkesini kontrol altına almasını sağlamak bu döngünün biraz olsun düzelmesini sağlayacaktır. Şiddetin altında yatan nedeni bir bütün olarak ele almak, şiddet uygulayan bireyi biyo-psiko-sosyo yönleriyle değerlendirmek sağlıklı sonuçlar elde etmemizi sağlayacaktır. Diğer nedenleri göz ardı etmek yanlıştır çünkü zincir halkaları gibi birbirine bağlı her olay birbirlerinden bağımsız olarak düşünülemez. Çünkü; bazı fiziksel şiddetler psikiyatrik belirtilerle ortaya çıkabileceği gibi, bazı psikiyatrik belirtilerinde şiddete meyil edebileceği unutulmamalıdır. Şiddet ve psikiyatrik hastalıklar birbirlerinden bağımsız olarak asla değerlendirilmemelidir.

Kaynakça

- Zenger S. (Mayıs 2010), Kadınlara Yönelik Şiddetin Aydınlatılması Ve Alınabilecek Önlemler-Kadın Sorunlarını Araştırma Raporu
- Özgür Tönbül, Şiddetin Psikolojik Kökenleri ve Psikopatolojik Etkileri, Kasım 2015
- Feyzullah Alpman, Bir Adam Neden Şort Giydiği İçin Bir Kadına Tekme Atar?, Kasım 2016
- Havva Bayar, Şiddete Maruz Kalmış Kadının Psikolojik Durumu, Ekim 2017
- Filiz Okuş, Kana Yönelik Şiddet-Kadına Yönelik Şiddetin Arkasındaki Psikolojik Neden, Eylül 2013
- İlksen Çetin, İnsanlık Ayıbı: Şiddetin Döngüsü Ve Önlenmesi
- Ayla Ketre, Toplumsal Şiddet Nereye Varacak?, Ocak 2010
- Serap Sözen, Şiddete Uğradıktan Sonra İnsan Olmak, Ekim 2010
- Öznur Özsimav, Kadına Şiddet Çocuğa Şiddettir, Ocak 2012
- Beril Papuççuer Öztürk, Saldırganlık Ve Şiddet, Ağustos 2012
- Güldane Kavgacı, Aile İçi Şiddet: Çağın Çağdışı Sorunu, Ekim 2012
- Serap Duygulu, Kadının Adı Yok Şiddetin Adı Var, Kasım 2016
- Ceyda Şenel, Şiddet Uygulanan Şiddet Uygular, Nisan 2018
- İlksen Çetin, Kentleşme Sürecinde Kadın Ve Şiddete Bakış, Şubat 2012