

# ZOR ZAMANLARDA ÇOCUKLARA EŞLİK ETMEK

Aileler ve Bakım Verenler İçin Rehber

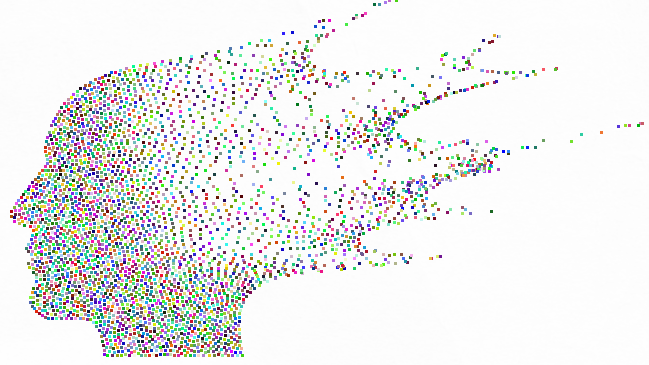
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMA BÖLÜMÜ  
KOÇ OKULU, ORTAOKUL

# SÜRECİ ANLAMAK

## Aşırı Uç Görüşlere Savrulma Nedir?

Aşırı uç görüşlere savrulma, bir gencin düşüncelerinin zamanla daha katı ve dışlayıcı hale gelerek şiddeti meşru görebilen bir noktaya evrilmesidir. Bu süreç her zaman görünür ve ani şekilde gerçekleşmez. Çoğu zaman yalnızlık, dışlanma, aşağılanma duygusu ve anlaşıldığım tek yer burası hissiyle yavaş yavaş gelişir.

Gençlerin şiddet içeren anlatılara yönelmesi genelde tek bir nedene dayanmaz. Bu durum ideolojik bir tercihten ziyade kimlik arayışı, öfke ve çevrim içi etkilerin birleşimiyle ortaya çıkan duygusal bir süreçtir. Kademeli olarak ilerleyen bu değişimler, çocuğun dünyasında zamanla daha büyük risklerin zeminini oluşturabilir.



### İdeoloji değil, duygu

Temelinde çoğunlukla yalnızlık, dışlanma veya aidiyet arayışı yatar.

### Kademeli süreç

Küçük değişimler zamanla büyüyerek risk oluşturabilir.

# DUYGUSAL TETİKLEYİCİLER

## Gençleri Hassas Kılan Duygular

Gençlerin şiddet içeren ve aşırı uçlara kayan anlatılara ilgi duymasında, ideolojik fikirlerden ziyade karşılanmamış duygusal ihtiyaçlar önemli bir rol oynar. Bir gencin akran gruplarından uzaklaşması veya kendini yalnız hissetmesi, onu radikal söylemlere karşı daha açık hale getirebilir. Kimlik arayışı sürecinde "Ben nereye aitim?" sorusu cevapsız kaldığında, aidiyet vaat eden kapalı topluluklar çocuk için bir sığınak gibi görünmeye başlar. Özellikle haksızlık, kırgınlık veya aşağılanma gibi duygularla tetiklenen çaresizlik hissi, genci bu tür yapılara karşı daha savunmasız kılar. Dijital platformların sunduğu sahte birliktelik duygusu, "Sadece burada anlaşılıyorum" algısıyla birleştiğinde risk önemli ölçüde artmaktadır.

### Dışlanma Hissi

Akran gruplarından uzaklaşma ve yalnız kalma duygusu riski artırır.

### Kimlik Arayışı

"Ben kimim?" sorusu yanıtızsız kaldığında sahte topluluklar çekici gelir.

### Çaresizlik

Toplumsal olaylar sonrasında hissedilen çaresizlik genci daha açık hale getirebilir.

"Bu duygusal zemini fark etmek, çocuğun dünyasına yargılamadan dahil olabilmek için atılacak ilk ve en önemli adımdır."

# ERKEN UYARI

## Değişim İşaretlerini Fark Etmek

Çocuklarda görülen tek bir davranış değişikliği genellikle kesin bir kanıt sayılmaz. Asıl dikkat edilmesi gereken, birden fazla belirtinin aynı dönemde ve bir arada ortaya çıkmasıdır. Ailelerin fark edebileceği en belirgin işaretlerin başında, çocuğun normal sosyal ilişkilerinden kopması, eski arkadaşlarından ve aile bağlarından belirgin biçimde uzaklaşması gelir. Buna paralel olarak, aşırı kutuplaştırıcı bir dilin benimsenmesi, internetteki "uç" söylemlere veya sert içerikli mizahi görsellere duyulan yoğun ilgi ve tek bir çevrim içi topluluğa hapsolme hali önemli sinyallerdir. Okuldan uzaklaşma, kontrol edilmesi güç öfke patlamaları ve etrafa yansıtılan sürekli bir haksızlığa uğramışlık hissi de bu sürece eşlik edebilir. Tüm bu gözlemlerin amacı çocuğu damgalamak değil, içinde bulunduğu güçlüğü vaktinde fark ederek ona ihtiyaç duyduğu güvenli alanı sunmak olmalıdır.

## Sosyal çevreden ani kopuşlar

Arkadaşlardan ve aile bireylerinden uzaklaşma.

## Herkesi düşman gören bir dil

"Biz ve onlar" ayrımının belirginleşmesi.

## Şiddeti öven paylaşımlar

Çevrim içi içerik ve yorumlardaki değişim.

## Yoğun öfke patlamaları

Kontrol edilemeyen, sık tekrarlanan öfke tepkileri.

# EN GÜÇLÜ KALKAN

## Güvenli İlişki: En Etkili Koruyucu

Çocukların radikalleşmeye karşı korunmasında en güçlü etken, bir yetişkinle kurdukları güvenli ve yargılamayan ilişkidir. Ebeveynin çocuğun hayatına sahici bir merak duyması, arkadaşlarını tanıması ve okul yaşamını yakından izlemesi koruyucu bir çerçeve oluşturur. Dijital dünyayı tamamen yasaklamak yerine anlamaya çalışmak, çocuğun bu alandaki risklere karşı bağışıklığını artırır.

Olumlu ebeveynlik becerileri, şiddeti önleme konusunda en çok vurgulanan yaklaşımlar arasındadır. Sakin kalarak sınırlar koymak, saygılı iletişim kurmak ve ev içindeki çatışmaları bağırmandan çözmek, çocuğun öfke düzenleme becerisini doğrudan etkiler. Ev içinde aşağılayıcı bir dilin normalleştirilmemesi, çocuğun dış dünyadaki ilişkilerinde de daha sağlıklı modeller geliştirmesine yardımcı olur.

## Sahici merak

Çocuğun hayatına gerçek bir ilgiyle yaklaşmak, kapıları açık tutar.

## Anlamaya çalışmak

Dijital dünyayı yasaklamak yerine birlikte keşfetmek koruyucu bir kalkan oluşturur.

## Saygılı iletişim

Evdeki sakın sınırlar ve saygılı diyalog, öfkeyi yönetme becerisini doğrudan destekler.

# İLETİŞİM

## İletişimi Güçlendiren Sorular

Çocuğunuzla her gün kısa da olsa düzenli temas kurmak ilişki için çok kıymetlidir. "Günün nasıl geçti?" gibi tek kelimelik "İyi" cevabını getiren sorular yerine, sohbeti biraz daha derinleştirecek açık uçlu soruları tercih edebilirsiniz. Çocuğunuzun izlediği bir içeriği görür görmez yasaklamak yerine, önce onunla birlikte bu içerikleri anlamaya çalışmak her zaman daha etkilidir.

“

"Bugün seni en çok ne mutlu etti, ne yordu ya da neye canın sıkıldı?"

”

“

"Son günlerde internette en çok hangi içerikler ilginizi çekiyor?"

”

“

"Sence insanlar neden bazı içeriklere veya gruplara bu kadar çok kapılıyor?"

”

Bir video veya topluluk için "Bunu senin için çekici yapan ne?", "Burada insanlar kimi suçluyor?" ya da "Bu içerik sence insanları birbirine yaklaştırıyor mu, yoksa kıskırtıyor mu?" gibi sorular sormak, çocuğunuzun eleştirel düşünme becerisini destekler.

# DİJİTAL DÜNYA

## Dijital Dünyada Rehberlik Etmek

Hızla değişen dijital dünyayı bütünüyle kontrol etmek mümkün değildir.

Bu nedenle temel amaç tam bir gözetimden ziyade çocuğa eşlik eden bir rehberlik olmalıdır. Teknoloji karşısında geri çekilmek yerine, çocuğun bulunduğu çevrim içi ortamları tanımaya çalışmak ve dijital deneyimleri hakkında düzenli konuşmak koruyucu bir yaklaşımdır. Dijital riskleri konuşurken odağı yalnızca "tehlikeli kişiler" ile sınırlı tutmamak gerekir. Algoritmaların kutuplaştırıcı, öfke uyandırıcı ve aşırı içerikleri daha görünür hale getirebildiği bilinmelidir. Özellikle mizah, şaka veya oyun dili içinde sunulan bazı içeriklerin zamanla daha sert nefret ve şiddet söylemlerine dönüşebildiği unutulmamalıdır.

### Algoritmayı tanıyın

Kutuplaştırıcı içerikler öne çıkabilir; mizahla sunulan mesajlar zamanla şiddet diline dönüşebilir.

### Merak edin

Çocuğunuzun kimleri takip ettiğini, nerede öfkelendiğini ve nerede kendini ait hissettiğini sormak, telefonunu gizlice karıştırmaktan çok daha bağ kurucu ve etkilidir.



## GÜVENLİK İPUÇLARI

### Birlikte Atılabilecek 5 Dijital Güvenlik Adımı

#### Uygulama Temizliği

Kullanılmayan gereksiz uygulamaların telefonundan kaldırıldığından emin olun. Çocuğunuz küçükse cihazdan birlikte kaldırın.

#### Grup Davetlerini Sınırla

Mesajlaşma uygulamalarında, çocuğu gruplara ekleyebilecek kişileri "Sadece Kişilerim" olarak kısıtlayın.

#### Çık ve Engelle Kuralı

Ona tanımadığı gruplardan çıkabileceğini ve rahatsız eden yabancıları rahatça engelleyebileceğini hatırlatın.

#### Profil Görünürlüğünü Korumak

Profil bilgilerini sadece rehberindeki tanıdığı kişilerin görebileceği şekilde ayarlayın.

#### Yargılamadan Dinle

Çocuğunuz dijital bir sorunla size geldiğinde onu cezalandırmayın, destekleyici olun ki size her zaman güvenebilsin.

# DESTEK VE İŞ BİRLİĞİ

## Yardım Almaktan Çekinmeyin

Şiddeti önleme ve çocukları koruma süreci, yalnızca ailenin tek başına üstlenmesi gereken bir sorumluluk değildir. Bir çocuk giderek insanları düşmanlaştıran bir dil kullanmaya başladıysa, şiddeti haklı gösteren ifadeler seçiyor veya çevrim içi ortamlarda riskli gruplarla yoğun biçimde özdeşleşiyorsa profesyonel destek almak zorunlu hale gelir. Bu noktada okul psikolojik danışmanı veya bir çocuk ve ergen ruh sağlığı uzmanıyla erken temas kurmak, süreci hem çocuk hem de ebeveyn için çok daha yönetilebilir kılacaktır.

Bazı durumlar ise vakit kaybetmeden adım atmayı gerektirir. Eğer çocukta açık bir tehdit dili, silahlara karşı sıra dışı bir ilgi, bir saldırı planı ya da kendine veya başkasına zarar verme niyeti gözlemleniyorsa acil güvenlik önlemleri alınmalı ve doğrudan profesyonel müdahale talep edilmelidir. Çocukları bu tür risklerden korumanın en temel yolu; onlara evde, okulda ve dijital dünyada gerçekten ait olabilecekleri güvene dayalı bağlar sunabilmektir.

## Okul psikolojik danışmanı ile iletişime geçin

İlk ve en erişilebilir destek kaynağıdır.

## Ruh sağlığı uzmanına başvurun

Uzman desteği süreci hem çocuk hem ebeveyn için kolaylaştırır.

## Somut tehdit varsa vakit kaybetmeyin

Saldırı niyeti, açık tehdit veya silahlara sıra dışı ilgi durumlarında hemen müdahale edin. Yetkililerden destek isteyin.

Çocukları aşırı uçlardaki akımlardan korumanın en temel yolu onlara evde, okulda ve dijital dünyada gerçekten ait hissedebilecekleri, güvene dayalı bağlar sunabilmektir.