



PDR

GENÇLER İÇİN FLÖRT ŞİDDETİ KONTROL LİSTESİ

- ☐ Genellikle partnerinizi sakinleştirmeye, yatıştırmaya mı çalışıyorsunuz?
- ☐ Hayallerinizden, isteklerinizden, önceliklerinizden partneriniz bunları yapmanızı istemediği için vazgeçiyor musunuz?
- ☐ Partneriniz tarafından fiziksel temasta bulunmaya zorlanıyor ya da kendinizi bu temasta bulunmak zorunda hissediyor musunuz?
- ☐ “Acaba sevgilim buna kızar mı?” ve benzeri sorularla kendinizi suçlu ve güvensiz hissediyor musunuz?
- ☐ Partneriniz istemediği için görüş(e)mediğiniz tanıdıklarınız var mı?
- ☐ Bir kıyafeti giymek, arkadaşlarınızla buluşmak, geç saatte dışarı çıkmak gibi durumlarda partnerinizden izin alıyor musunuz?
- ☐ Partneriniz sizi sahiplendiğini söyleyerek aşırı kıskanç tutumlar sergiliyor mu?
- ☐ Partneriniz size sürekli ne yapmanız gerektiğini söylüyor mu?
- ☐ Partneriniz size ulaşamadığında öfkeleniyor ya da küsüyor mu?
- ☐ Partneriniz size ait sırları, görüntüleri paylaşmakla sizi tehdit ediyor mu?
- ☐ Partneriniz size ait telefon, tablet, bilgisayar gibi cihazlarınızı karıştırıyor, şifrelerinizi istiyor mu?
- ☐ Partneriniz size öfkelenerek çevresindeki eşyalara/kişilere zarar veriyor mu?
- ☐ Partneriniz vücudunuza zarar veriyor mu?

Bu sorulardan birine veya birkaçına “evet” yanıtı verdiyseniz flört şiddeti yaşıyor olabilirsiniz. Maruz kaldığınız bu şiddetin sorumlusu kesinlikle siz değilsiniz. Lütfen bu durumu kabullenmeyin, ses çıkarın ve yardım alın. Unutmayın, bu durumlara sessiz kalmak şiddeti güçlendirir.