



Kadın

KADINA YÖNELİK ŞİDDET SON BULSUN



“SUSKUNLUK RIZADAN SAYILMAMALI”

Yard. Doç. Dr. Kadriye Bakırcı
ile Söyleşi



Üretim ve Mücadelede Kadınlar Sempozyumu

**HEM KONUŞMA
HEM EYLEM**



İSTİKLAL CADDESİ KISKACINDAN KURTULMALIYIZ



SUÇLU OLAN ‘SEN’ DEĞİLSİN



KENDİ KENDİNE MUAYENE HAYAT KURTARIYOR



MERHABA,

Yeni bir sayı ile tekrar karşınızdayız. Beraber olmadığımız günlerde Türkiye’de kadın ve işçi sınıfının gündemi yüklüydü... 3-5 Ekim tarihleri arasında yapılan Petrol-İş 24. Olağan Merkez Kongresi’nde delegeler kullandıkları oylarla eski yönetime 4 yıl daha görev verdiler. Zorlu geçeceğe benzeyen yeni çalışma döneminde arkadaşlarımıza başarılar diliyoruz. Özelleştirme saldırıları ve sendikamızın özelleştirmelere karşı yürüttüğü mücadele devam ediyor.

Türk Ceza Kanunu’nu değiştirmeye yönelik tasarı hala tartışılıyor. Komisyonunda yer alan bir hukuk profesörü, kadınlara tecavüzcüleriyle evlenmelerini öğütledi. “Geleneklerimize uygun bir kanun” hazırladık diyerek kadınları, şiddet ve baskı karşısında edilgin olmaya, sınırları aşmamaya, boyun eğmeye davet ediyordu. Bu zihniyette olanların hazırlayacağı

kanunlarla, kadınların hayatı cehenneme çevrilebilir. Ama kadın örgütleri tek tek kadınlar için peşini bırakmaya niyetli değil.

İşin takipçilerinden biri de Yard. Doç. Kadriye Bakırcı. Kadriye Hanım işyerinde cinsel tacizin iş yasalarının yanı sıra TCK’ya girmesinin gerekli olduğunu düşünüyor. Komisyonları zorluyor, yazıyor, anlatıyor. Bu konunun bizim açımızdan da önemli olduğunu düşündüğümüz için Kadriye Hanım’la görüşelim dedik. Anlattı, aydınlandık umarız, birileri onun söylediklerine kulak verir..

25 Kasım Kadına Yönelik Şiddete Karşı Uluslararası Dayanışma Günü’ydü...Türkiye’de son zamanlarda artan namus cinayetleri ve kadına yönelik saldırılar nedeniyle bu günün daha derin bir anlamı olduğunu düşünüyoruz. O nedenle gündemimizi bu meseleye ayırdık. Konu çok ağır biliyoruz ama işlenmesi de zorunlu... Serpil Hoca ise kadına yönelik şiddetin tarih

içindeki görünümüne yer verdi köşesinde.

Kadınlar şiddete karşı bir araya gelerek kendilerini savunacak yapılar oluşturuyorlar. Bu sayımızda bunlardan birini Şahmaran’ı tanıtıyoruz...

Ev eksenli çalışmaya daha önceki sayılarımızda değinmiştik. Bu sayımızda Ayşegül Oğuz arkadaşımızın ev eksenli çalışan iki kadınla yaptığı düşündürücü ama aynı zamanda sıcak söyleşiyi bulacaksınız...

Sağlık, jinekoloji, hukuk, güzellik, yeşil köşeler varlığını sürdürüyor. Cümlelerimize nokta koymadan önce rutin talebimizi tekrarlayalım: Bize yazın... Yeni bir sayıda buluşmak dileği ile hoşçakalın!

İÇİNDEKİLER



Kadına Yönelik Şiddet Son Bulsun (3)



Kısa Kısa (6)

Tarihten Kadın Sesleri

Hazırlayan: Yard. Doç. Dr. Serpil Çakır (7)



Güncel: Doç. Dr. Kadriye Bakırcı ile söyleşi
“Suskunluk Rızadan Sayılmamalı” (8)

Dayanışma: KESK’in “Üretim ve Mücadelede Kadınlar” Sempozyumu (11)



Kadın Örgütleri: Şahmaran
“İstiklal Caddesi Kiskacıdan Kurtulmalıyız” (12)



Söyleşi:
“Kadın Her Zaman Eziliyor” (14)

Sağlık: Kendi Kendine Muayene
Hayat Kurtarıyor (16)

Jinekoloğunuz Diyor ki

Hazırlayan: Dr. Selma Dönmez (18)

Haklarımız

Hazırlayan: Petrol-İş Sendikası Hukuk
Müşaviri Av. Serap Özdemir (19)

Mutfak (20)

Kültür-Sanat (22)

Güzellik (23)

Ruh Hali

Suçlu Olan “Sen” Değilsin (24)

Derdini Söylemeyen (25)

Yeşil Köşe (26)

El İşi (27)



Petrol-İş Kadın Dergisi

Türkiye Petrol Kimya Lastik İşçileri Sendikası adına; *Sahibi:* Genel Başkan **Mustafa Öztaşkın**
Yazı İşleri Müdürü: Genel Sekreter **Mustafa Çavdar** *Genel Yayın Müdürü:* Genel Örgütlenme ve Eğitim Sekreteri **İsmet Yiğit**
Koordinatör: **Erhan Kaplan** *Editör:* **Necla Akgökçe** *Tasarım ve Uygulama:* **Selgin Zırlı**
İdare Yeri: Altunizade Mah. Kuşbakışı Sokağı No: 25 Altunizade 81180 Üsküdar/İSTANBUL
Tel: (0216) 474 98 70 Faks: (0216) 474 98 67 Baskı: Fesan Ofset Ltd. Şti.
web: www.petrolis.org.tr e-posta: petrol@turk.net
Bu dergi sendikamız Basın Yayın Servisi tarafından hazırlanmıştır. (Petrol-İş Dergisi'nin özel ekidir.)

Kadına yönelik şiddet son bulsun

25 Kasım *Kadına Yönelik Şiddete Karşı Uluslararası Dayanışma Günü...* Kadınlar her yıl 25 Kasım'da dünyanın yer yerinde kadına yönelik şiddeti kınamak için bir araya geliyor, toplantılar düzenliyor, protesto gösterileri yapıyor, kadın haklarına saygılı şiddetsiz bir dünyada yaşama taleplerini dile getiriyorlar.



“Korkudan ve acıdan öylesine farklı, öylesine tasavvur edilemeyecek kadar bambaşkadır ki yaşamak, bu farkı belirtmek için insan barışı, güveni, sükuneti, güzelliği, uygarlığı temsil ettiğini düşündüğü rastgele bir şeye sığınır. Zulüm politikasının yer almadığı ne varsa ona.”

Kate Millet / Zulüm Politikaları

25 Kasım Kadına Yönelik Şiddete Karşı Uluslararası Dayanışma Günü'nün trajik bir tarihçesi var. 25 Kasım 1960 tarihinde Dominik Cumhuriyeti'nde Trujillo diktatörlüğü döneminde Sosyal Değişim Hareketi'nden Mirabel kardeşler, arabalarından indirilip, vahşice tecavüz edildikten sonra öldürülmüşlerdi. Latin Amerikalı ve Karayipli feministlerin önerisiyle her yıl 25 Kasım günü onların anısına ithafen BM tarafından "Kadınlara Karşı Şiddete Duyarlılığı Artırma ve Bu Şiddeti Kınama Günü" olarak kabul edildi.

Şiddet bazı toplumlarda günlük yaşamın bir parçası adeta... Herkes bu kültürden paylarını alıyor. Fakat, kadına yönelik şiddetin özel biçimleri var. Örneğin Çin'de, yılda 1 milyon kız çocuğu, sadece kız diye doğar doğmaz öldürülüyor. Her yıl 2 milyon kadın sınır ötesi kadın ticaretinde kullanılıyor... Afrika'nın bazı ülkelerinde kadın sünneti, Ortadoğu'da da namus cinayetleri kadına yönelik şiddetin farklı coğrafyalarda aldığı biçimler. Gelişmiş kapitalist ülkelerde de durum farklı değil, ABD'de en yaygın suç tecavüz, bu ülkede her 6 dakikada bir kadın tecavüze uğruyor.

Türkiye kadına yönelik şiddetin en yoğun yaşandığı ülkelerden biri... Gözaltında tecavüzdən namus cinayetine, koca dayacağından, ekonomik şiddete, baskının binbir yüzü ile iç içe yaşıyor kadınlar. Biz bu yazıyı yazarken, Diyarbakır'da namus cinayeti nedeniyle yaşamını yitiren 22 yaşındaki Kadriye'nin cenazesini kaldırdı kadın örgütleri. Bir akrabasının tecavüzüne uğrayıp hamile bırakılan Kadriye, ölüme mahkum ediliyor. Annesi ve kız kardeşi direnmiyor, kızı günlerce akrabalarında saklıyorlar. Onlar da kadın ve biliyorlar, tecavüzün suçunun küçücük bir kız çocuğuna yüklenemeyeceğini... Ama erkekler meclisinin kararı kesindir, 16 yaşında ağabey satırla, taşla saldırarak ağır yaralıyor onu. Hastaneye kaldırılan Kadriyecik, tüm çabalara rağmen kurtulamıyor... Ondan üç hafta önce Adana'da, babasının zehirli pide yedirerek ölüme yolladığı Ayşegül Çam ile buluşuyor... Kadriye'ye de, kendi ile aynı kaderi paylaşan Adanalı arkadaşına da tecavüz edenler dışında... Bu, organize bir suç, suçlular ise erkek egemen sistem... Diyarbakır Barosu Kadın Hakları Danışma ve Uygulama Merkezi'nin cenazede yaptığı açıklama durumu çok



Kadına yönelik şiddetin son kurbanı Kadriye Demirel

net ortaya koyuyor: "Tecavüz suçunun mağduru olan K.D namus kisvesi altında ikinci bir kez saldırıya uğramış ve ikiye katlanmış ahlak anlayışının kurbanı olmuştur. Kadına yönelik işlenen suçlarda gelenekler olayın mağduru olan kadını, olayın failiymiş gibi cezalandırmakta ve kadına karşı işlenen bu suçlarda yargısal hoşgörü nedeniyle kadınların mağduriyeti yasalar aracılığıyla da ağırlaştırılmaktadır."

Türkiye'de durum

Türkiye'de her üç kadından biri şiddete maruz kalıyor. Bu yüksek orandaki kadın kitlesinin eğitim seviyeleri ve ekonomik durumları arasında çok büyük farklar bulunmamakla birlikte, şiddet uygulamalarında ekonomik krizin, mutsuzlukların, başarısızlıkların, ezikliklerin, yetersizliklerin mazeret olarak gösterildiği dikkati çekiyor. Şiddet, tüm kadınlara yönelik olarak bir iktidar aracı olarak kullanılırken, çeşitli kılıfların altına da saklanmaya çalışılıyor. Kadınların bedenlerine, onurlarına ve özgürlüklerine indirilen darbeler, görünmez kılınarak mevcut düzenin devamı hedefleniyor.

Kadına yönelik şiddetin görünür kılınması, verilen mücadelelerin ortak hedefi durumunda. Evde, işyerinde, sokakta, gözaltında, yaşamın her alanında kadının insan hakları ihlal edilerek demokratik gelişimin önüne set çekiliyor. Hedef ise hep aynı, şiddetin normalleştirilmesi. Oysa şiddet dünya yıkılsa da kadınların normal olarak yaşadıkları bir süreç olmayacaktır. Türkiye'de kadınların yüzde 59'unun henüz evliliğinin ilk gününde tanıştığı bir olgu şiddet. Evli kadınların yüzde 41'i kocalarından en az bir kez dayak yiyor, yüzde 35'i hakarete, yüzde 4'ü ise cinsel baskıya maruz kalıyor.

Günümüzde toplumun tüm kesimlerinde yaygınlaşan kadına yönelik şiddetle başa çıkmanın yolu, yaşamın tüm alanlarında mücadele etmekten geçiyor. Halen sürmekte olan Türk Ceza Kanunu, Kamu Yönetimi Reformu Tasarısı, Medeni Kanun Yürütme Maddesi gibi konularda kadınların yürüttükleri çalışmalar, özünde kadına yönelik şiddete karşı mücadelenin ta kendisidir. Şiddeti besleyen söylemlere, kanunlara ya da uygulamalara karşı, kadınlar olarak kaderimizi değiştirmek için adımlar atmamız. Ancak böyle bir etkileşim içinde erkeklerin de değişmesi sağlanabilecektir.

İktidarın, hükmetmenin, zulmün, mahrum bırakmanın, yoksunlaştırmanın, özgüveni zedelemenin, yani her türlü şiddetin karşısında kadınlar cesaret ve direnmenin yanısıra değiştirme gücünü de ele geçirmelidirler.

Değer yargılarını sorgulamak

Kadınlara yönelik şiddetin önlenmesi için toplumun şiddet konusundaki inanç ve değer yargılarının sorgulanması, şiddetin kültürel dayanaklarının ortadan kaldırılması gerekir. Bu durum değişmedikçe, aşağıda sayılan olumsuzluklar şiddeti üretmeye devam eder:

- Şiddeti doğal olarak sunan cinsiyetçi düzenin, doğru bir şey gibi algılanması,
- Kadının bir birey değil, eşit olmayan biri gibi algılanarak nesneleştirilmesi,
- Şiddete boyun eğmeyen kadınların değil, boyun eğenlerin toplumda desteklenmesi,
- Kadının, maruz kaldığı şiddetle ilgili ne akrabalarından, ne komşularından, ne de polisten destek alamaması.

Sıcak Yuva Masalı, Pınar İlkkaracan, Leyla Gülçür, Canan Ann, Metis Yayınları, 1996, İstanbul, s. 26-27

Alınması gereken önlemler

Kadın Dayanışma Vakfı'nın geçtiğimiz günlerde yapılan 6. Kadın Danışma Merkezleri ve Sığınakları Kurultayı'nda kadına yönelik şiddetle mücadelede koruyucu önlemler şu şekilde sıralıyor:

♀ Tüm eğitim kurumlarında (okul öncesinden başlayarak) şiddet ve cinsel taciz çocuklara anlatılmalı, korunma öğretilmeli, bu amaçla eğitim program ve materyalleri hazırlanmalıdır. Okul kitaplarında ve eğitim sürecindeki cinsiyet ayrımcılığı sona erdirilmelidir.

♀ Medyadaki cinsiyetçi yayınlara son verilmelidir.

♀ Halk Eğitim Merkezleri ve Toplum Merkezlerindeki çalışmalar, kadınlara hep açık tutulmalı, yasal okur yazarlık, kadının insan hakları gibi konularda yapılacak kadınlara güçlendirici eğitimlere ağırlık verilmeli, gönüllü eğitimler düzenlenmelidir.

♀ 4320 sayılı Ailenin Korunması'na Dair Kanun'un tanıtımına ilişkin programlar, sık aralıklarla radyo ve televizyonlarda yayınlanmalıdır. Bu yayınların kadınların anladıkları çeşitli dillerde olmasında yarar vardır.

♀ Her alanda ve düzeyde, kamu kadrolarının eğitiminde, toplumsal cinsiyet duyarlılığı eğitimine yer verilmelidir.

♀ Şiddet mağduru kadınların davalarında gerekli duyarlılığı göstermeyen, 4320 sayılı Kanun hükümlerini yerine getirmeyen hakimler için, şikayet hakları kullanılmalıdır.

♀ Tüm karar, yönetim ve denetim mekanizmalarında kadınlara, en az yüzde 30 kota tanınmalı; siyasi partiler ve seçim yasaları, anılan kritik eşliği dikkate alarak yeniden düzenlenmelidir.

Tecritten tehlide

Erkeklerin fiziksel şiddet dışında, kadınları denetim altında tutmak için kullandıkları yöntemler de var.

Kadını çevresinden tecrit etme

Kadının hareket özgürlüğünü kısıtlamak, ailesi ya da arkadaşlarıyla görüşmesine izin vermemek, sık sık kıskançlık nedeniyle kavga çıkarmak vb.

Duygusal Şiddet

Kadını küçükmek, özgüvenini yitirmesine yol açmak, aşağılayıcı sözler söylemek, kendisini ruh hastası olarak görmesine yol açmak ya da uygulanan şiddeti inkar etmek

Ekonomik şiddet

Kadının çalışmasına izin vermemek ya da harçlığını kısıtlamak, kadının parasını elinden almak, ailenin geliri konusunda kadına bilgi vermemek vb.

Cinsel şiddet

Kadını istemediği cinsel davranışlara zorlama, tecavüz vb.

Kadına karşı çocukları kullanma

Kadını ayrılık durumunda çocuklarını bir daha göremeyeceği yolunda tehdit etmek, kadının çocuklar konusunda kendini suçlu hissetmesine yol açmak, çocukları kullanarak tehdit edici mesajlar yollamak vb.

Kadını tehdit etme

Dayak ya da ölümle tehdit etme, terk etme tehdidi, intiharla tehdit, kadını yasadışı işlere zorlama vb.

Erkek olmanın ayrıcalıklarını kullanmak

Kadına hizmetçi gibi davranma, 'önemli' kararlarda ona danışmamak, evin reisi gibi davranmak

Korkutma

Yemeği yere dökmek, eşyaları kırmak, kadının gözü önünde evcil hayvanlara eziyet etmek, evde silah bulundurmak vb.

Reklamlarla körükleniyor

"Gününüzde kitle iletişim araçları, özellikle televizyon reklamlarındaki kadına yönelik cinsiyetçi bakış, kadını genel olarak bir rol, bir işlev içinde belirlemiştir. Zaman ve uzam tasarımında değişiklikler olsa da bu rol ve işlev pek az değişmektedir. Reklamlarda öykü biçiminde anlatılanlar, geleneksel bilgilere dayandırılmakta, erkek ve kadın arasındaki biyolojik ayrım temel alınmaktadır. Kadınlar doğaları gereği itaatkar, edilgen, bağımlı varlıklar olarak, güçsüz gösterilmektedirler. Bu özellikleriyle kadın, şiddet karşısında güçsüz, hatta çaresizliğiyle, beceriksizliğiyle zavallı, kışkırtıcı cinselliğiyle şiddete layıkmiş gibi "gülünçleştirilmekte" ya da kendisine yöneltilen şiddeti yalnız erkek çözebilmiş izlenimi verilmektedir. Bu öykü ve gösteriliş biçimi, erkek ile eşit olmayan bir konumda sunulan kadın için potansiyel bir şiddet ve tehditle yaşama anlamına gelmektedir. Fazla eğitilmiş olmayan, gündelik ilişkileri sınırlı, dışlanmış ortamlarda bulunan ve erkek (baba, ağabey, eş, oğul) baskısı altında yaşayan çok sayıda kadın, şiddeti günlük yaşamlarının olağan bir uzantısıymış gibi algılayıp kabullenmekte ve içselleştirmektedir. Kadınların isteyerek ya da istemeyerek, bilinçli ya da bilinçsiz olarak izledikleri reklamlar da şiddetin sıradanlaşmasına neden olmakta, kadınların ona karşı koymasına engel olmaktadır..

Reklamlarda Kadına Yönelik Şiddet, Seçil Büker- Ayşe (Eziler) Kıran, Alan Yayıncılık, İstanbul, 1999, s. 56

Başınız sıkıştığında arayabileceğiniz ve yardım isteyeceğiniz birkaç numara

KADIN DANIŞMA MERKEZLERİ ve SİĞİNMA EVLERİ

Ankara için:
Ankara Kadın Dayanışma
Vakfı
0312 435 00 70 - 430 40 05/06

Adana için:
Adana Kadın Sığınmaevi ve
Koruma Evi Kadın Danışma
Merkezi
0322 351 51 12

İstanbul için:
Küçükçekmece Belediyesi
Kadın Konukevi
0212 624 31 15 - 0212 580
07 72
Morçatı
0212 292 52 31

Mersin için:
Mersin Bağımsız Kadın
Derneği Kadın Danışma
Merkezi
0324 336 50 92

İzmir için:
İzmir Barosu Kadın Hakları
Merkezi
0232 463 27 88

Diyarbakır için:
Ka-Mer Kadın Danışma
Merkezi
0412 228 10 53

Delegeler “yola devam” dedi

Sendikamızın 24. Olağan Merkez Kongresi 3-4 Ekim tarihleri arasında yapıldı. Kadın, erkek delegeler kullandıkları oylarla yeni dönemde görev yapacak olan arkadaşlarımızı belirlediler. Delegeler eski yönetime 4 yıl daha görev verdi. Genel Başkanımız *Mustafa Öztaşkın* seçim sonuçlarının belli olmasından sonra yaptığı konuşmada: “Bu seçimin kaybedeni ve kazananı yok. Bu bir bayrak yarışıdır. Kazanan Petrol-İş’tir. Aile içinde yaptığımız seçimde bize yeniden görev verildi. Bu görevi layıkıyla yerine



getirmek için çalışacağız. Şu andan itibaren sadece bize oy verenlerin

değil, özellikle de oy vermeyenlerin yöneticileri olarak görev yapacağız” dedi.

Mustafa Öztaşkın başkanlığındaki Genel Merkez Yönetim Kurulu üyeleri şöyle: Mustafa Çavdar (Genel Sekreter), Adnan Özcan (Genel Mali Sekreter), İsmet Yiğit (Genel Örgütlenme ve Eğitim Sekreteri), Mehmet Güray (Genel Yönetim Sekreteri)...

Petrol- İş Kadın dergisi olarak yönetimi kutluyor ve başarılar diliyoruz.

Özelleştirmelere karşı güç birliği



Özelleştirme saldırısı ülke emekçilerinin ve sendikamızın birincil gündemi olmaya devam ediyor. TÜPRAŞ, PETKİM ve TEKEL, yıllardır ülkemize hizmet veren verimli kuruluşlar. Özelleştirme mimarları kararlılar, satacaklar... Sendikamız için peşini bırakmamaya kararlı. Eylül ayı içinde Tüpraş, Petkim, İğsaş, Samsun, Gemlik’te halkla buluşmak için “Geçim büroları” oluşturdu. Büroların amacı özelleştirme ile ilgili gerçekleri anlatmaktı. Kadınlar bu bürolarda yine en öndeydiler. POAŞ ile ilgili satış sözleşmesinin şartlarının değiştirilmesi kamuoyuna duyuruldu. Şimdi TÜPRAŞ’a ait teklif verenleri saklamaya çalışıyorlar. Uyanık olmak, birlikte hareket etmek gerekiyor. Bu anlayışla sendikamız, özelleştirmenin hedeflerinden olan TEKEL’in, burada çalışan işçilerin örgütlü gücü olan *Tek-Gıda İş Sendikası* ile işbirliğine gitti. Tüm ezilen kesimlerin sermayenin saldırılarına karşı birbirlerinden başka dostu yoktur. Evet biz beraberken güçlüyüz...

KADAV BAŞARDI:

KÖSEKÖY’DE ARTIK BİR SİTEMİZ VAR

Kadınlarla Dayanışma Vakfı’nı (KADAV) tanıyorsunuz, geçtiğimiz sayılardan birinde kendilerini dergimize konuk etmiş, bir kadın sitesi açma telaşında olduklarını da yazmıştık. Arkadaşlarımız başardılar. 11 Kasım günü Kocaeli-Köseköy’de “**Yeni Adım Kadın Eğitim ve Kültür Sitesi**”ni resmen açıp bölge kadınlarının hizmetine sundular. Sitede kadınlar için çok çok iyi işler yapmayı planlıyorlar. Okuma yazma kursları bunların başında geliyor. Büro yönetimi programı çerçevesinde de kadınlar, bilgisayar, muhasebe, İngilizce, sekreterlik kurslarına katılıp bu bilgilerle donanabilecekler. Eğitim atölyelerinde, mobilya döşemeciliği, perde dikimi, kuaförlük, elektrik tesisatçılığı, boya badana, fayans kaplama, kafeterya, mutfak ve toplantı hizmetleri için servis elemanı yetiştirme kurslarına katılabilecekler. Bitirilen her kursun kadın için bir meslek, bir altın bilezik olduğunu söylemeye gerek yok sanırım. Sitede kadınlara, psikolojik danışmanlık, hukuk ve sağlık danışmanlığı hizmetleri de verilecek...



İçinde kadınların sosyal, kültürel, her türden etkinlikleri gerçekleştirebilecekleri çok amaçlı salon, kafeterya, kütüphane, bilgi-belge merkezinin de bulunduğu site, 1600 metrekaarelik bir alana yayılmış. Mekan geniş, kurslar faydalı, öğretmenler gayretli ve kadınlar öğrenmeye, bilgilenmeye açlar... Kursların ve faaliyetlerin devamı için *Yeni Adım Sitesi*’nin yaşıtılması gerekiyor...

Kadın sığınakları kurultayı yapıldı

6. Kadın Sığınakları ve Danışma Merkezleri Kurultayı 14-16 Kasım tarihleri arasında Kadın Dayanışma Vakfı’nın ev sahipliğiyle Ankara’da yapıldı. 47 kadın örgütünü temsilen pek çok kadının ve Bakan *Güldal Akşit* ile kadın milletvekillerinin de katıldığı kurultayın ilk gününde TCK, kamu yönetimi reformu tasarısı, medeni kanun yürütme maddesi gibi konulara ek olarak kadın örgütleri, kurultay değerlendirilmeleri, çeşitli yerelerde geçtiğimiz yıl yapılan çalışmaların örnek veren sunuşlar yapıldı. Aynı gün kurultaya katılan bir grup temsilci, dergimizde de daha önce değindiğimiz “ekonomik şiddete hayır” kampanyası çerçevesinde toplanan 3 koli imzayı TBMM başkanlığına teslim etti. Türkiye’de sekizi SHÇEK’e, dördü belediyelere ait, biri de bağımsız olmak üzere 13 kadın sığınmaevi bulunduğunu söyleyen kadınlar, her il için kadın sığınağı talep ettiler. Kurultayın ikinci günü, aile içi şiddetten kamu yönetimi reformu tasarısına kadar kadınları ilgilendiren pek çok konu çalışma grupları oluşturularak tartışıldı.



Hazırlayan:
Yard. Doç. Dr. Serpil Çakır
İstanbul Üniversitesi
Siyasal Bilgiler Fak.

Dayakçı Osmanlı kocadan günümüze:

ŞİDDET DEVAM EDİYOR!

25 Kasım Birleşmiş Milletler tarafından da kabul edilen, kadınlara uygulanan şiddeti protesto günü. 25 Kasım'da dünyanın her yerinde kadınlar, kadına yönelik şiddeti protesto için sokaklara dökülüp, eylemler, yürüyüşler yapıyorlar. Serpil Çakır Hocamız, Türk toplumunda kadına yönelik şiddetin dününe ve bugününe değiniyor.

1985 yılında Çankırı'da 3 çocuk annesi olan, dördüncüsüne de hamile olan bir kadın, mahkemeye başvurur. Kocasını dava etmek-

tedir. Yıllardır şiddet gördüğü kocasından boşanmak istemektedir. Ancak hakim Mustafa Durmuş, kadının gerekçesini yeterli görmez, üstelik bir atasözünü hatırlatarak davayı reddeder. Atasözü şudur:

"Kadının sırtını sopsasız, karnını sıpasız bırakmamak gerek". Aşağıda Çankırı Asliye Hukuk Mahkemesi no 195/179, Karar no. 1985/254 olan kararın gerekçesini göreceksiniz: "Tarafların ekonomik durumlarının araştırıldığı, davalının taşınmazının olmadığı, davacının ise babasının adına birkaç parsel taşınmaz malının olduğu, davalının aylık gelirinin 60.000 TL olduğu, mahkememiz ise 9-10 yıl gibi uzun süren bir evlilikten üç çocuğu bulunan ve halen de dördüncü çocuğa hamile bulunan bir kadın, kocası geçimsiz olsa

da kendisiyle halen cinsel ilişkide bulunduğu, çocuklarına az çok elinden geldiğince bir Türk atasözü "Küze susuz, ev sözsüz olmaz" misali de, ara sıra kavganın evliliğin tadı tuzu olduğu, aralarında geçimsizliğin çekilmeyecek halde olmadığı, çocukların anasız ya da babasız bırakılmasının çocuklar yönünden daha da sakıncalı olduğu, arada bir kavganın evliliği pekiştireceği, halen yaşayan çocukları ile doğacak olan çocukları için evliliğin devamının daha da hayırlı olacağı...

Anadolu'da çok dikkatimi çeken bir söz var. Birçok yerde duydum. Hele iç Anadolu'da çok söylenir. "Kadının sırtını sopsasız, karnını sıpasız bırakmamak gerek" derler. Yörenin sosyal ve ekonomik şartlarına ve hayat standartlarına davacının anlatımlarına pek aykırı olmadığı, geçim-

sizliklerinin davalı boşanmayı kabul etse bile, çekilmez dereceye varmış şiddetli geçimsizlik olmadığı, yakın zamanda hamile olması, en iyi delil olduğundan reddi gerekeceği inancına varılmaktadır".

Hakimin bu kararı büyük tepki yaratır. 17 Mayıs 1987 tarihinde kadınlar "Dayağa Karşı Dayanışma Yürüyüşü" düzenlerler. İstanbul Kadıköy'de Yoğurtçu Parkı'nda başlayan yürüyüşte kadınlar, Söğütluçeşmeye kadar yürüdüler. 2500 kadının katıldığı eylemde aile içi şiddet protesto edildi. Bu eylemi takiben 1990 yılında İstanbul'da Mor Çatı Kadın Sığınağı Vakfı, 1992'de Ankara'da Kadın Dayanışma Vakfı kuruldu. Bunu Diyarbakır'da kurulan KAMER gibi, diğer illerdeki vakıflar izler.



Kocalara insaf: Yıl 1914

Erkeğin aile içinde kadına uyguladığı şiddet sadece günümüzde değil, geçmişte de hayli yaygındı. Konu kadınlar tarafından dile getirilmiş, "Kocalara İnsaf", "Koca Ne Demek" gibi başlıklı yazılarda işlenmişti. 1914 yılında, fikri alınmadan evlendirildiği için ölen babasına gücendiğini söyleyen Seyhan Hanım, kocasından gördüğü kötü muameleden yakınuyordu. Kocası, erkeğin kolları kabardıkça, efevari gezmesi gerektiği inancındaydı. Kadınlara değer verilmemesini, onlara dayak atılmasını savunuyordu. Oysa ağabeyi kocası gibi düşünmüyordu. Eniştesinin yaptıklarını onaylamadığı gibi, kadınların içinde bulunduğu duruma sebebiyet veren erkek cinsi adına, bir erkek olarak üzülüyordu. Seyhan Hanım, mektubunda ağabeyinin sözlerini şöyle aktarıyor: "Zavallı hemşireler, sizler erkeklerin analık suretinde nazlarını çeker, hemşirelik halinde yaralarına merhem sarar,



zevcelik zamanında arzularını tatmin edersiniz. Ve fakat bizler, evet biz hayvan herifler, bütün bu lütfekar halinizle mütenasib sizlere hizmette bulunmayız ve tekmil hayvanlığımızla sizleri ezmek ister, isteriz ve ezeriz! Bize karşı ettiğiniz iyiliklerin, saf ettiğiniz şefkatlerin mukabilini kaba bir fenalık suretinde görüyorsunuz! O halde hamisiz hemşirelerim, sizler bize un (sertlikle, şiddetle) muamele

ediniz. Nazahatinizden vazgeçiniz, rikkat-i kalb (kalb yumuşaklığı), biz erkeklerin kalbini yumuşatmaz. Erkek, ağız dedikçe kolunu kaldırır. 'Aman efendim, zaman efendim' dedikçe, ne oldum delisi olurlar. Siz çalışınız, metin ve esaslı müdafaalarınızla kafalarımızı düzeltiniz, ah hemşirelerim! Ben sizlerin, evet siz kadınların sıkıntılı hallerini görüyorum da, ne yapacağımı şaşırıyorum ve bir Müslüman erkek olduğuma utanıyorum. Gözlerim sizlerin saadetinizi görmeden ebediyen kapanacak. Mamafih ben öldüğüme acıyıyorum. Vaesefa ki, tabutum kadınlığın rakik (ince, hassas) elleriyle kaldırılmış olmayacak! Vücudum ham hum ederek, gözleri körleşmiş, kalpleri karamış bir alay cahil herifin elleriyle, evet haşin elleriyle yıkanacak ve defn olunacak. İşte ben bunun için üzülüyorum".

Kadınlar Dünyası, 17 Ağustos 1914, no.105.

Yıl 1998, değişen bir şey yok

Aynı ifadeleri günümüzde de bulmak mümkün. 1998 yılında bir kadın, Ferhan, şöyle diyor: "Dayaktan sonra, benim kendisini çok sevdiğimi, fevkalade bir insan olduğunu yüksek sesle söylememi istiyordu. Ben bunu söylememekte direniyordum. 'Dayaktan sonra bunu nasıl söyleyebilirdim. Böyle hissetmiyorum ki' diyordum. 'Hayır, hissetmiyorsun ama söyleyeceksin' diyordu. Yani sadece dayakla kalmıyordum. Düşüncelerime, duygularıma da baskı yapmak, sahip olmak istiyordu. Tek hakimiyet kendisinde olsun istiyordu. Hiçbir şeye benim karar vermemi istemiyordu. Hiçbir kararın benden geçmesi mümkün değildi. Bana sorulması mümkün değildi. Yani tek adamdı o. Sadece onun istediği olacaktı.

Bağır Herkes Duysun, Dayağa Karşı Dayanışma Kampanyası, Kadın Çevresi Yayınları, 1998.

İşyerinde cinsel taciz:

Suskunluk rızadan sayılmamalı

Çalışan kadınlar açısından yakıcı sorunlardan birini oluşturan 'işyerinde cinsel tacizi' ve İş Kanunu ve Ceza Kanunu'na yansımalarını, konunun uzmanı Yard. Doç. Dr. Kadriye Bakırcı ile konuştuk Kadriye Hanım: "Tacize uğrayan kadın işten ayrılmak istemiyorsa işi yapmaktan kaçınabilmeli, yani işverene sen tacizi durdurana kadar ben çalışmayacağım, ama ücretimi de ödemek zorundasın diyebilmeli." diyor... Umarız o günleri de görürüz...



Türk Ceza Kanunu'ndaki (TCK) değişiklikler kadınlar açısından can alıcı niteliğini sürdürüyor. Adalet Bakanı Cemil Çiçek'in ve Kadından Sorumlu Devlet Bakanı'nın her türlü oyalama taktiğine rağmen kadınlar, kadın örgütleri işin peşini bırakmaya niyetli değil... Takipçilerden biri de İstanbul Teknik Üniversitesi İşletme Fakültesi Hukuk Anabilim Dalı öğretim üyesi Yard. Doç. Dr. Kadriye Bakırcı. Kadriye Hanım

bizi de çok yakından ilgilendiren işyerinde cinsel taciz suçunun TCK' da da düzenlenmesi için çaba sarf ediyor. Durumdan vazife çıkarıp, bilgilendirmek ve yasa koyuculara baskı oluşturmak amacıyla onunla bir söyleşi yapalım dedik. Kadriye Hanım'ın doktora tezi "işyerinde cinsel taciz" üzerine. Tez daha sonra "İş Hukuku Açısından İşyerinde Cinsel Taciz" başlığı altında Yasa Yayınları tarafından basıldı.

İşyerinde cinsel tacizin hukuksal tanımı ne, sizce ne tür davranışlar taciz kapsamında değerlendirilebilir?

İstenmeyen/rıza gösterilmeyen, cinsel nitelikli fiziksel, sözsöz ve bunlar dışındaki (örneğin pornografik materyalin sergilenmesi gibi) cinsel davranışlar ve cinsiyet ve cinsel tercih temelli davranışlar, cinsel taciz oluşturabilir.

Bir davranış cinsel nitelikli olmasa da cinsel taciz oluşturabilir. Çünkü "cinsel" sözcüğünün anlamı, cinsiyete ait veya cinsiyetle ilgili demektir. "Cinsiyet" sözcüğünün anlamı, kadın veya erkek cinsiyetlerinden birisi demektir. Bu nedenle geniş anlamıyla "cinsel taciz" terimi, kadın olmak veya erkek olmaktan ötürü taciz edilmeyi ifade eder, tacizin cinsel davranışları içermesi veya cinsel davranışlara ilişkin olması şart değildir.

Cinsiyet temelli davranışlardan kastım, kadına, kadın olmasından ötürü yöneltilen aşağılayıcı veya alay edici veya gözdağı verici veya fiziksel olarak istismar edici davranışlardır. Örneğin "kız aklının k az aklı olduğu" şeklindeki bir ifade, kanımca cinsel taciz oluşturur. Kişinin rızası var ise, davranışı istiyorsa bu davranış taciz oluşturmaz. Genellikle açık veya örtülü rızadan söz edilir. Cinsel taciz olaylarında, kadın genellikle sonuçlarından korktuğu için, kolaylıkla hayır diyemediği ve suskun kaldığı için, suskunluk rıza olarak kabul edilmemelidir. Bence, kadının rızasının varlığından



sözedilebilmesi için, rızasının çok belirgin ve açık olması gerekir, aksi davranışların rıza olarak kabul edilmesi gerekir.

İşyerinde biz neye cinsel taciz diyebiliriz?

İşyerinde cinsel taciz iki biçimde gerçekleşebilir: Birincisi, işveren veya işveren vekilinin yetkisini kötüye kullanarak ast konumundaki bir işçinin işini veya işiyle ilgili bazı kazanımları elde etmesini veya elde tutmasını, cinsel talepleri kabul etmesi koşuluna bağlaması veya bu taleplere boyun eğmeyen işçinin bir zarara uğratılmasıdır. Bu, cinsel rüşvet/gözdağı tacizidir. İkincisi, işveren, işveren vekili, çalışma arkadaşları veya üçüncü kişilerin (örneğin müşterilerin), işçinin cinsiyetinden veya cinsel tercihinden ötürü hoşuna gitmeyen davranışlara girerek, işçi için düşmanca veya rahatsız edici bir ortam yaratmalarıdır. Bu tür taciz, düşmanca ortam yaratan tacizdir.

Batı'da bu konuda en ileri ülke hangisi, orada tanımlar nasıl?

Batı'da bu konuda hukuksal korumanın en yüksek olduğu ve en duyarlı ülke ABD. ABD Hukuku'ndaki ilkeler şu anda Avrupa Birliği hukukuna girmiş durumda. ABD'de işyerinde cinsel taciz, kadınlara yönelik cinsiyet ayrımcılığının bir biçimi olarak kabul edilmekte ve cinsiyet ayrımcılığına

ilişkin mevzuat çerçevesinde bir koruma sağlanmaktadır.

Yeni İş Kanunu (İŞK) ve Türk Ceza Kanunu Tasarısı işyerinde cinsel taciz konusunda bir düzenleme getiriyor mu? Getirmiyorsa size göre ne tür bir düzenleme getirilebilir?

İşyerinde cinsel tacize şimdi 4857 sayılı yeni İşkanunu'nun 24 ve 25. maddelerinde yer verildi. İşkanunu'nun 25. maddesine göre "işçinin diğer bir işçi veya üçüncü kişiler tarafından işyerinde cinsel tacize uğraması ve bu durumu işverene bildirmesine rağmen gerekli önlemler alınmaması" halinde, tacize uğrayan işçi haklı nedenle iş sözleşmesini feshedebilecek. 25. maddeye göre "işçinin işverenin başka bir işçisine cinsel tacizde bulunması" işverene haklı nedenle fesih olanağı vermektedir.

TCK'ya gelince, TCK Tasarısı'nda Avrupa Birliği normlarına aykırı olan ve konuyla ilgili teorik bilgi yetersizliği nedeniyle hatalı bir madde yer almaktadır. Mevcut TCK'da 'işyerinde cinsel taciz' teknik anlamda düzenlenmiş değildir. Ancak kanımca TCK'da cinsel taciz kavramına dahil edilebilecek bazı suçlar ve kabahatler mevcuttur. Mevcut TCK'daki düzenlemelerden "Adabı Umumiye ve Nizami Aile Aleyhinde Cürümler" Bab'ında düzenlenen söz atma, sarkıntılık, ırza tasaddi, ırza geçme, alenen hayasızca vaz'u hareket, hayasızca hareketlerin neşir

vasıtasıyla, sözle veya diğer şeylerle işlenmesi, "Şahıslara Karşı Cürümler" Bab'ında düzenlenen hakaret ve sövme, "Ammenin Nizamına Müteallik Kabahatler" Bab'ında düzenlenen çirkin ve ayıp hareketlerle halkı rahatsız etme ve "Ahlaki Umumiyyeye Müteallik Kabahatler" Bab'ında düzenlenen edebe muhalif hareketler cinsel taciz kavramına dahil edilebilir.

İşveren ve işveren vekilleri tarafından yapılan taciz meselesine yeterince değinilmemiş sanırım.

Evet, tasarıda, cinsel tacizin hukuksal biçimlerinden haberdar olunmadığı için, işveren veya işveren vekilleri tarafından tacizin ve yetkinin kötüye kullanılmasının kapsamı dar tutulmuştur.

Peki nasıl olmalı?

Taslakta yalnızca hem cinsel rüşvet/gözdağı tacizi hem düşmanca ortam yaratan taciz biçimini alabilen sarkıntılık ve söz atma eylemleri, cinsel taciz olarak adlandırılmakta ve bu suçlar ve bunlar yanında ırza geçme ve ırza tasaddinin işveren ve işveren vekilleri tarafından işlenmesi, yetkinin kötüye kullanılması olarak kabul edilerek daha ağır bir yaptırıma bağlanmaktadır. Fakat cinsel tacize dahil olan ve genellikle düşmanca ortam taciz biçimini alan diğer suç tiplerinin; örneğin hakaret veya sövmenin işveren veya işveren vekilleri tarafından işlenmesi, böyle bir ağırlaştırılmış yaptırıma bağlanmamaktadır. Oysa kanımca işveren ve işveren vekilleri tarafından yöneltilen hem cinsel rüşvet/gözdağı tacizi, hem düşmanca ortam yaratan taciz biçimini alan eylemler, yetkinin kötüye kullanılmasını oluşturmaktadır. Aradaki fark cinsel rüşvet/gözdağı tacizinin, cinsel çıkar sağlamak amacıyla yetkinin kötüye kullanılmasını oluşturmasıdır. Dolayısıyla işyerinde cinsel tacize ilişkin olarak şöyle bir çözümün benimsenmesi daha yerinde olacaktır:

İşveren veya işveren vekillerinin hangi suç tipini oluşturursa oluştursun, cinsel çıkar sağlamak amacıyla yetkilerini kötüye kullanmaları, cinsel rüşvet/gözdağı tacizi olarak ayrı bir suç tipi olarak ağır bir yaptırıma bağlanmalıdır. Genellikle düşmanca ortam taciz biçimini alan suçlar ve kabahatler ise söz atma, sarkıntılık, hakaret,

sövme, edebe muhalif hareketler, haysızca vaz'u hareketler, (çirkin ayıp hareketlerle halkı rahatsız etme, haysızca hareketlerin neşir vasıtasıyla sözle veya diğer şeylerle işlenmesi), sayım yoluyla belirtilerek, bu eylemlerin işveren veya işveren vekilleri tarafından işlenmesi halinde, bu suçların ağırlatıcı nedeni olarak düzenlenmelidir Aksi halde Adalet Bakanlığı'nın hazırladığı Tasarı'daki düzenlemelerin bu haliyle yasallaşması, hem AB normlarına aykırılık oluşturacak, hem de adaletsizliklere yol açacaktır.

Sizce tacize maruz kalan veya kalmayan kadınların kişisel olarak yapabilecekleri bir şey var mı? Bu konuda doğru tutum ne?

Cinsel tacizden korunmanın herhangi bir formülü ne yazık ki yok Bu konuda iş ve ceza hukuku alanında yasal düzenlemeler önemli. Fakat yasal düzenlemeler yanında, eğitim çok önemli. Bu sorun ciddiyetle tartışılabilirse, bu konuda insanlar eğitilebilirse, taciz azaltılabilir. Kanımca Kadının Statüsü ve Sorunları Genel Müdürlüğü, kadın kuruluşları, işçi ve işveren sendikaları ile mesleki örgütler ve basına çok iş düşüyor.

Çalışanların, tacizin sosyolojik, psikolojik ve hukuksal boyutları konusunda hakları ve yükümlülükleri konusunda eğitilmesi gerekli. İşverenler tacizi personel yönetmeliklerinde, ayrı bir hüküm olarak düzenleyip, yaptırıma bağlamalı. İşyerlerinde, taraf tutmayacak biçimde, mağdurların misillemeye uğrama korkusu taşımadan ve olayın gizli tutulacağından



dan emin olacakları şikayet kurulları oluşturulmalı. Tacize uğrayanların bu kurullara başvurmaları teşvik edilmeli, şikayetler ciddiyetle soruşturulup, fail mutlaka disipline edilmelidir. Sendikalar bu konularda eğitim vermeli ve taciz mağdurlarına yardımcı olacak mekanizmalar oluşturmalıdır. Aslında Kadının Statüsü ve Sorunları Genel Müdürlüğü bünyesinde cinsiyet ayrımcılığı ve cinsel taciz konularında uzmanların yer alacağı bir iş müfettişliği birimi kurulması ve şikayetlerin oraya iletilmesi çok daha sağlıklı olur.

Cinsel tacizi durdurmanın en etkili yolu örgütlü hareket etmektir. Fakat tacize uğrayan kadın da olayın özelliğine göre bireysel olarak mümkünse, faille aynı ortamda yalnız kalmamaya çalışmalı; veya faille açık bir şekilde konuşmayı denemeli; veya işyeri dışından üçüncü kişilerin faille konuşmasını sağlamalı veya birtakım geleneksel savunma mekanizmalarını devreye sokmalıdır.

Peki başvurabileceği hukuksal ve cezai yollar var mı?

Tacize uğrayan kadının iş sözleşmesini haklı nedenle sona erdirmeye hakkı var. Fakat kadınların istediği bu değil, yani kadınlar işten ayrılmak değil, cinsel tacizin olmamasını ya da olduktan sonra önlenmesini istiyorlar. Buna ilişkin çözümler üretmek gerekiyor. Bu nedenle diyorum ki, tacize uğrayan kadın, taciz duruncaya kadar işi yapmaktan kaçınma hakkına sahiptir. İşten ayrılmak istemiyorsa işi yapmaktan kaçınabilmeli, yani işverene sen tacizi durdurana kadar ben çalışmayacağım, ama ücretimi de ödemek zorundasın diyebilmelidir.

Cinsel taciz nedeniyle kadın, maddi ve manevi tazminat davası da açabilir. Kanımca kadın, ihlalin önlenmesi davası da açabilir. Örneğin işyerinde her tarafta pornografik resimler var, kadın bunlardan çok rahatsız. Rahatsızlığını işverene bildiriyor ve işveren bunları indirmiyorsa, bu takdirde dava açıp bunların indirilmesini, ihlalin ortadan kaldırılmasını talep edebilir ve de hakim bu yönde işverene talimat verebilir. Yine eğer cinsel taciz sona ermiş olmasına rağmen etkileri devam ediyorsa, kadın hukuka aykırılığın tespiti davası açabilmelidir. Örneğin işveren bir takım yaklaşımlarda bulunuyor, kadın da bunları reddediyor. Reddedtiğinde işveren misillemeye kalkarak kadını işten çıkarıyor. Kadını bir takım doğru olmayan iddialarla itham ediyor. "Verimsiz olduğu için ya da geçimsiz olduğu için çıkardım" diyor. Kadın bu şekilde işini kaybettiği zaman, yaşadığı sadece cinsel taciz değil, aynı zamanda uğradığı bu tür suçlamalar da kadında bir takım psikolojik yıkımlara yol açıyor. Kadın bu takdirde dava açıp işine son verilmesinin asıl nedeninin, cinsel taciz olduğunun tespitini isteyebilir.

Ayrıca kadın, taciz, TCK çerçevesinde suç oluşturan bir boyuttaysa ceza davası açıp, tacizde bulunanın cezalandırılmasını isteyebilir. Bunlar hep yeni tezler, yorum yoluyla vardığım sonuçlar. Yargıtay, bu görüşlerimi kabul eder mi etmez mi bilmiyorum. Hep beraber göreceğiz. ♀



KESK'in Üretim ve Mücadelede Kadınlar Sempozyumu Hem konuşma, hem eylem



Işıl Ünal *

Kamu Emekçileri Sendikası (KESK) tarafından 2004 yılında düzenlenmesi düşünülen Kadın Kurultayı'nın ön hazırlığı olarak planlanan sempozyum, 25-26 Ekim 2003 tarihlerinde Ankara'da gerçekleştirildi. Eğitim-Sen'den Işıl arkadaşımız, sempozyum izlenimlerini Petrol-İş Kadın için yazdı.

dikleri kadın politikaları ve eylem süreçlerine değindi. Birinci oturumun ilk konuşmacısı Ankara Üniversitesi Siyasal Bilgiler Fakültesi öğretim üyelerinden Gülay Toksöz'dü. Toksöz,

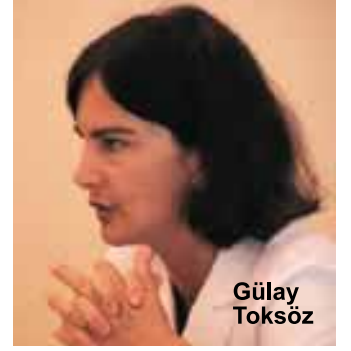
maçlardan Aksu Bora, Batı tipi feminist hareket, Ortadoğu tipi feminist hareket, komünizm sonrası feminist hareket ve post modern feminist harekete değinerek bu örneklerden hiçbirinin diğerini dışlamadığı hususuna vurgu yaptı.

Yeni tarz örgütlenme

Diğer konuşmacı Yaprak Zihnioğlu kadın örgütlerinin yapısı ve kadın örgütlenme modellerine değindi. Sosyalist grupların kadına bakış açısını ele alan Zihnioğlu, feminist grupların soldan beslendiğini ve bu tarzın kadın örgütlenmesi içinde zayıf oluşturduğuna dikkat çekerek, yeni tarz bazı örgütlenmelere değindi.

Kadın mücadelesi ve örgütlenme biçimleri gündeminin soru cevap kısmında, katılımcı kadınların tepkisel soruları gündeme geldi. Gösterilen tepkinin orjinine feminist hareketin salla karşılaştırılmasından doğan rahatsızlık oturuyordu. Tepkiler KESK'in yapmak istediğinin sorgulanmasına yol açtı. Bazı kavramların tartışmada, dikte yoluyla kabul ettirilmek istendiği ileri sürüldü.

Eleştirilerin sempozyumun havasını sertleştirilmesi üzerine Sevgi Göyçe bir açıklama yapmak zorunda kaldı. Göyçe, konuşulan konuların ilk kez sempozyumda tartışmaya açılmadığını, daha önce de bu tip etkinliklerde, yayınlarda bu konulara



Gülay Toksöz

bir şekilde değinildiğini ifade etti. Sevgi Göyçe, konu başlığı doğrultusunda bizleri bilgilendiren arkadaşlara teşekkür ederek konuşmasını bitirdi. Toplantının ilk günü, KESK'e bağlı sendikaların hazırladıkları tebliğlerin sunulmasıyla son buldu. Toplantının ikinci günü KESK'in gerçekleştireceği Kadın Kurultayı'ndaki konu başlıklarının belirlenmesi ve çalışma yönteminin netleşmesiyle ilgili tartışma sürecini içeriyordu. Saat 13.00'e kadar süren toplantıda çeşitli şehirlerden gelen kadınlar, kendi bölgelerindeki kadınların önceliklerini toplantıya taşıdılar. En fazla önerilen kurultay gündem konuları ise şöyle sıralanıyordu: Çalışma yaşamında kadın, küreselleşme ve kadın, olumlu eylem planı geliştirme, savaş ve militarizm... ♀

*Eğitim Sen 1 No'lu Şube Kadın Sekreteri

Sempozyum, KESK'li kadınların eğitimini, kadın kurultayı konu başlıklarını ve yöntemini içine alan iki aşamadan oluşmaktaydı. İlk gün eğitime, ikinci gün ise düşünce ve önerilerin alınmasına ayrıldı.

Sempozyum KESK Kadın Sekreteri Sevgi Göyçe'nin açılış konuşması ile başladı. Sevgi Göyçe konuşmasında dünyada ve Türkiye'de sendikaların, muhalif hareketlerin ve kadınların durumu hakkında genel bir perspektif çizdikten sonra, kadın hareketi içerisinde yaşanan durağanlığın nedenleri üzerinde durdu. Göyçe ayrıca önümüzdeki dönemde KESK içerisinde gerçekleştirmeyi hedefle-

kilerinin Kadın Emegine Yansımaları" başlıklı konuşmasında, küreselleşmenin kadın istihdamına etkileri, küreselleşmenin uluslararasılaştırılması, kamu politikalarındaki değişiklikler gibi konulara değindi. Gülay Toksöz, küreselleşmenin kadının istihdama katılımını kimi zaman artırdığına değindikten sonra, aynı sürecin ucuz ve garantisiz işgücü yarattığını vurguladı. Kadın işgücü politikalarında daha fazla eğitim ve işgücü talep etmek gerektiğini ifade ederek konuşmasını bitirdi.

KESK'li kadınlar ve misafirleri, öğle arasında da boş durmadılar. Eylem yaparak değerlendirdiler bu arayı. Yüksel Cadesinde TCK ile ilgili basın açıklaması düzenlendi.

İkinci oturumun gündemi ise "Kadın Mücadelesi ve Örgütlenme Biçimleri"ydi. Konuş-



İstiklal Caddesi kiskacından kurtulmalıyız

İstanbul'un Anadolu yakasında İçerenköy'de, iki yıldır kadınlara yönelik şiddete karşı mücadele veren bir kadın kuruluşu var: **Şahmaran Kadın Da(ya)nışma ve Araştırma Merkezi**. Adını insan oğlu tarafından şiddete ve ihanete uğrayan yılanların kadın şahı Şahmaran'dan alan merkez, bölgedeki kadınlar için bir umut olmuş. Merkezin mimarlarından **Dilşah Deniz**'le konuştuk.

Şahmaran Kadın Da(ya)nışma ve Araştırma Merkezi ne zaman kuruldu?

Şahmaran Kadın Da(ya)nışma ve Araştırma Merkezi, 2001 yılında kuruldu; o tarihten beri varoluş sürecine devam ediyor.

Merkezin amaçlarından sözedebilir misiniz?

Amaçımız genelde kadın sorununda bir kadın örgütü olarak taraf olmak, özelde ise kadına yönelik aile içi ve cinsel şiddet konularında şiddete uğrayanlara destek sunmaktır; bu sorunu görünür kılmak ve bu sorunları kayıtlı hale getirmek, araştırmak, sunmak ve bütün bunlarla bu alanda, bu derin insanlık sorununun çözümüne ve kadın kurtuluşuna gidecek uzun, zorlu yola atılan küçük bir adım olmaktadır belki. Özellikle Türkiye gibi ülkelerde yazılı kayıt tutma alışkanlığı bilinçli ya da bilinçsiz olarak yoktur. Bu ise kadınların yaşadıklarını görünmez kılmaya ve bu türden bir sorunun adeta yokmuşçasına algılanmasına yol açıyor. Aslında kurumsal bir "varlık" olarak, hem kayıt tutma, hem de bu sorunu görünür kılan bir somut varlık olarak da ortaya çıkmak önemlidir. Bu nedenle kadınların kurumlaşması ve bu kurumlaşmalarının



Dilşah Deniz

devamı önemlidir. Merkezin isminde geçen bir "kadın" sözcüğünün bile çok önemi vardır. Çünkü somuttur, görünür ve ne hakkında olduğuna dair bir fikir verir.

Kadın örgütleri genelde belli başlı merkezi yerlerde odaklanıyor. Siz ise İçerenköy'de çalışma yapan bir örgütsünüz, bu bilinçli bir tercih mi?

Bizim merkezimizin İçerenköy'de olması tabii ki bilinçli bir seçim. Bir kez bu tür kurumları artık İstiklal Caddesi'nin kiskacından kurtarmak gerekiyor. Özellikle Anadolu yakasındaki kadınların oraya ulaşması çok zordur. Oraya ulaşmak hem zaman, hem para hem de enerji açısından neredeyse imkansızdır. Oysa İstanbul'un bu yakasında çok önemli bir potansiyel var ve bir kadın kurumunun mutlaka İstiklal Caddesi'nin elit ortamında olması gerekmiyor. Özellikle şiddete

uğrayanlarla çalışacaksanız eğer, bunu kadınlara yakın mekanlarda yapmak gerekiyor. Kadınların pek çoğu bu tür kurumlara yukarıda saydığım nedenlerle gidebilecek durumda değiller. Ayrıca kadın kurumlarındaki kadınların da artık sadece Taksim'deki kadınlarla ilişkisinden kurtulmaları gerekiyor. İşte o zaman gerçek anlamda çoğalabilir ve güçlenebiliriz. Oradakiler zaten bir anlamda "şanslı" kadınlar. Peki hem mekan, hem de yaşam açısından kenarda kıyıda kalan kadınlar ne olacak? Bu anlamda seçtiğimiz mekanın hem bu kadınlara yakın, hem de bu türden bir kurumu kaldırabilecek bir atmosferde olması gerekiyordu. İçerenköy bu anlamda yanıt veren ve bize yanılmadığımızı gösteren bir yer oldu.

Burada ne türden çalışmalar yürütüyorsunuz?

Öncelikle şiddet mağduru kadınlara psikolojik, hukuksal ve sosyal danışmanlık veriyoruz. Bize başvuran kadınlar merkeze geliyor onlarla görüşmeler yapıyoruz. Sorunlarını ve sorunları ile başa çıkmada neler yapmak istediklerini ve bizim onlara nasıl destek olabileceğimizi konuşuyoruz. Kendi kararlarını almaları için onları teşvik ediyor ve kendileri için bir şeyler yapmalarını destekliyoruz. Birinin hiç yargılamadan dinlemesi bile şiddete uğrayan kadınlar için büyük destek olabiliyor. Gelenler çok ciddi bir biçimde şiddete uğrayan kadınlar. Bizim gibi toplumlarda kadınların şiddeti algılamaları, ancak dayanılmaz bir hal alınca belirginleşiyor. Bu nedenle ciddi şekilde psikolojik olarak yıpranmış durumda oluyorlar. Bu durumda onlara gönüllü psikolog arkadaşlarımız destek sunuyorlar. Avukat arkadaşımız da hukuksal olarak onları bilgilendiriyor ve hangi seçeneklere sahip olabilecekleri konusunda aydınlatıyor. Bunun dışında bize yoğun olarak iş başvuruları geliyor. Bazı kuruluşlar iş ile ilgili bize





Ekim ayı içerisinde yapılan uluslararası "Kadına Yönelik Şiddet ve Başa Çıkma Yöntemleri" üzerine toplantıdan bir görüntü.

bildirimde bulunuyorlar. Çalışmak isteyen kadınları, işçi arayan kuruluşlara yönlendiriyoruz.

Sizin aracılığınızla da işçi arayanlara çağrı yapmak istiyorum; elaman açıklarını bize bildirmeleri kadınlar açısından çok büyük bir destek olacaktır. Bize giysi desteği sunanlar da var. İhtiyacı olanlara kullanılmış da olsa giysi desteği sunabiliyoruz. Bunun dışında şiddete maruz kalan kadınlarla sürekli ilişkiler kuruyoruz. Güzel ve zor anlarını bizimle paylaşıyorlar. Güzel olanları paylaşmaktan da çok mutlu oluyorlar. Biz de zaman zaman onları yokluyor ve durumlarından haberdar oluyoruz. En zorlandığımız ve bir anlamda kabusumuz haline gelen ise sığınma talepleri. Çünkü buna yanıt verebilecek olanaklardan yoksunuz. Bir sığınma evimiz yok. İşte o zaman gerçek bir çaresizlik yaşıyoruz.

Peki kadınlar merkeze geliyorlar mı?

Kadınların merkeze gelişlerinde, özellikle ilk zamanlarda, ciddi güven problemleri gözledik. Çünkü bu güne kadar hiçbir kadın örgütüyle ilişkileri olmamış ve dolayısıyla bu türden desteğin neden yapıldığını bilmiyor, arkasında mutlaka gizli başka bir nedenin olabileceği endişesi taşıyorlardı. Yardımın karşılıksız olması onları şaşırtıyor ve endişelendiriyordu. Bu nedenle onların bu endişelerini giderecek şekilde, bu tür kadın kuruluşları ile ilgili bilgiler vermeye başladık. Zaten bu ilk görüşmeden sonra, özellikle merkezi gördükten sonra güvensizlik genellikle ortadan kalkıyordu. İstemiyorlarsa kendileriyle ilgili hiçbir bilgi vermek zorunda değillerdi, bunu kendilerine söylüyorduk. Zaman içerisinde güvensizlik yok oldu, şu anda bu tür olaylarla daha ender karşılaşılıyor. Bu çevrede pozitif bir imajımızın varlığını hissediyor ve olumlu

tepkilerle karşılaşılıyor. Kadınlar da özellikle bu çevreden gelenler, mutlaka duyarak geldiği için, endişeleri çok azalmış oluyor; yine de bazen problemler yaşıyoruz.

Eğitim çalışmaları yapıyor mu?

Merkezde "eğitim" olarak ancak bilinç yükseltme gruplarından söz edebiliriz. Yaz itibarıyla son verdiğimiz bu çalışmayı, bir süre sonra tekrar başlatacağımız ancak buraya gelen her kadınla birebir görüşmelerimizde ya da grup olarak sohbetlerde kadın bakış açısı ve dayanışma ile ilgili kendiliğinden bir bilgilenme süreci de oluşuyor.

Bir örnek vereyim: İsmi A olarak vereceğim kadın, bize geldiğinde iki bülküm, utanç ve korku içindeydi. Yolu bulamayacağı için yanında başka bir kadınla gelmişti. Kocası yıllardır şiddet uyguluyor, öz annesi öldüğü için, üvey anne ve kardeşleri de kesinlikle destek olmuyordu. Biri ilköğretim, biri de lisede olmak üzere iki çocuğu vardı. Koca alkolikti ve uyuşturucu kullanıyor, hırsızlık yapıyordu. Son olayda hem

kızına, hem de kendisine saldırmış ve elindeki su bardağını kadının suratına indirmiş. Kadın artık dayanmadığı için polise gitmiş. Polisle eve gelip kocayı almışlar. Ancak koca ifadeden sonra serbest bırakılacağı için eve gidemiyordu, can güvenliği yoktu. Bu arada çocukları için, özellikle de kızı için ciddi endişeleri vardı.

Bu halde gelen kadın, öncelikle kendisinin işe yaramadığını, bir şey yapamayacağını, aptal gibi olduğunu, sokakları bile çıkaramayacağını düşünüyordu.

Onunla yaklaşık üç saat konuştuk. Savcılığa ve oradan doktora gidip rapor alması gerektiğini anlattık. Kendisine güvenmesini, hiç de işe yaramaz olmadığını, attığı adımın önemli olduğunu ve kendisini asla suçlamaması gerektiğini anlattık. Konuşmalarımızdan sonra ayağa kalktığı anda, iki bülküm halinin ortadan kalktığını gördük. Bunu görmek bizim için de çok sevindiriciydi. Sonra ona yatılı bir iş bulundu. Çocuklarının rehber öğretmenleri ile ilişkiye geçerek onlardan haber almalarını ve o çocukların okulda rehberlikten yararlanmalarını sağladık. Fakat tüm bunlardan birkaç ay sonra, koca bir şekilde kadını bulmuş ve yalvar yakar eve getirmiş. Ancak her zaman olduğu gibi bir süre sonra tekrar şiddet başlamış. En son bizi aradığında, eşinin kızına tekrar saldırdığını, kendisinin mutfaktan bıçağı kaparak "Yeter artık, bugüne kadar bu ev senindi, artık bizim. Bu evden gideceksin, yoksa seni delik deşik ederim" diyerek adamı evden attığını belirtiyordu. Bunu neden daha önce yapmadığına hayıflanıyordu üstelik. Şimdi temizlik işlerine giderek kendisinin ve çocuklarının yaşamını sürdürüyor, bir yandan da boşanma davasını devam ettiriyor. ♀



Kadın her zaman eziliyor!

Söyleşi: Ayşegül Oğuz

Paşa Tekstil, Güneşli'de. İstanbul'daki pek çok tekstil atölyesi gibi, bir apartmanın giriş ve bodrum katında küçücük bir yer. Civardaki mahallelerde oturan ev kadınlarına işleme yaptırıyorlar. Yağmurlu bir İstanbul gününde yolumuz oraya düştü ve işlerini teslim etmeye gelen iki elti, Neriman ve Meryem'le yaptıkları işi, dizileri, kocaları, çocukları, kısacası kadın olmayı konuştuk...



Neriman

Ne zamandan beri buradan işlemek için penye alıyorsunuz?

Neriman Naycı: (38) Bir sene oluyor.

İş başına ne kadar alıyorsunuz?

İşlere göre değişiyor. Bazen hafif bir iş oluyor, bazen de ağır bir iş oluyor.

Bugün buraya iş teslim etmeye geldiniz, o işten ne kadar alacaksınız?

Bir parça iki yüz bin lira.

Bugüne kadar işlediğiniz en pahalı işleme ne kadar?

Yedi milyonluk yaptık, bir buçuk milyonluk yaptık, yetmiş beş bin liralık

yaptık. Değişiyor yani.

Yedi milyonluk iş ağır bir model miydi?

O kot üzerineydi. Ağır değildi ama taş takıyorduk ve zamanımızı alıyordu.

Bu işler ne kadar zamanınızı alıyor?

Bu getirdiğim işten ben günde yirmi beş tane yapabiliyim.

Kaç saatini alıyor?

Dört tanesi bir saati alıyor. Tabii evimin işini yapıyorum, çocuğumu okula gönderiyorum. Arta kalan zamanlarda da bu işi yapıyorum.

Kaç çocuk var?

İki çocuğum var. Biri üniversitede okuyor, biri de ikinci sınıfta okuyor.

Peki günler falan oluyor mu, o işlere vakit harcıyor musunuz?

Oluyor tabii. O günlerde az alıyorum.

Bugün kaç tane teslim ettiniz?

Yetmiş bir tane almıştım, bu akşama kadar elli bir tane yapacaktım.

Bu işi yapmaya nasıl karar verdiniz?

Bir arkadaş yapıyordu, ben onu getirdim götürdüm, daha sonra hoşuma gitti. Aldım yaptım.

Daha önce başka iş yaptınız mı?

Tabii. Buraya taşınmadan önce Çamlıkahve'de oturuyorduk, o zaman kazak nakışları falan yaptım. Sonra sigortalı işe girdim, sonra doğumda çıktım ve çocuğuma baktım.

Çocuğa bakan yok muydu?

Bakan vardı ama, ben kimseye bırakmak istemedim.

Bu işi yapmanıza eşiniz bir şey diyor mu?

İlk zamanlar kızdı, ne yapacaksın falan dedi ama, sonra alıştırdım (gülüyor).

Nasıl alıştırdınız, onun yanında yapmıyor muydunuz mesela?

Onun yanında da yapıyorum, fakat ev işlerini bitirdikten, yemeğimi pişirdikten, kocamın rahatını sağladıktan sonra bu işimi de rahatlıkla yapıyorum. Çay içerken, televizyon seyredirken de yapıyorum.

Peki bu işten ayda ne kadar kazanıyorsunuz?

Ayda yetmiş milyon, seksen milyon alıyorum. Tabii işine göre değişiyor, bazen yirmi milyon aldığım da oluyor. Belli olmuyor yani.

Peki ayda seksen milyon kazanıyorsunuz, ne yapıyorsunuz o parayla?

Mesela çocuğumun aidatını ödüyorum, ya da bir arkadaşımın düğünü derneği olur ona katılırım. Sıkıştığım zaman kolumdan tutuyor bu para.

Güvende hissediyor musunuz kendinizi?

Hissediyorum tabii.

Buradan kazandığınız ilk parayla ne aldığınızı hatırlıyor musunuz?

Yok, çocuğuma harcıyorum ben, ona çok düşkünüm. Mesela hoşuma giden bir pantolon olursa ona hemen alıyorum sürpriz yapıyorum. Çocuğum üniversiteye gittiği için onun biraz özentisi oluyor, ona bir şeyler alıyorum.

Siz peki vitrinlere bakmıyor musunuz, kendiniz için bir şey beğenip de onu almak istemiyor musunuz?

Hiç öyle özentim yok. belki de çocuklarım var diye kendimi ikinci sınıfa koyuyordum onu bilemem yani. Her zaman onlara bakıyorum.

Kocanız ne iş yapıyor?

Serbest meslek sahibi. Kahveleri var, demir doğrama işi yapıyor.

Dikiş dikmeyi nerede öğrendiniz?

Ben daha önce hali kursuna gitmiştim. O kursun sonunda sekiz aylık bir diploma aldım, öğretmenlik hakkımda çıkmıştı, ama nişanlanmıştım ve kayınbabam izin vermedi.

Nerelisiniz?

Ben Karslıyım.

Kaç yaşında evlendiniz?

Yirmi yaşında evlendim.

Şimdi buradan yeni iş alacak mısınız?

Yok almayacağım, elimde iş var.

Arkadaşlarınızdan buradan iş alan var mı?

Çok.

Kocanız sizden sıkınca para istiyor mu, 'hanım vardır benim yastık altında paran' diye?

Yok, hiçbir zaman istemiyor. O zaten kendi verdiği parayı bile istemez.

Kaç yıldır İstanbulda yaşıyorsunuz?

Ben evlendim geldim.

İlk İstanbul'da nereye geldiniz?

Çamlıkahve'ye. Burası Bahçelievler yakınlarında bir yer.

Peki ne düşünmüş-tünüz ilk İstanbul'a geldiğinizde?

Hiçbir şey.

Biraz da sizden din-leyelim, siz ne zaman-dır buradan iş alıyo-sunuz?

Meryem Naycı (31): İşte ben eltimin saye-sinde işe başladım.

Siz elti misiniz?

Evet. Benim bir iki ay-lık mazim var.

Daha önce çalışıyor muydunuz?

Bekarken çalışıyor-dum.

Ne iş yapıyordunuz?

Muhasebeciydim.

Ee, sonra?

Evlendim, eşim çalış-mama izin vermedi.

Lise mezunu musu-nuz?

Evet, ticaret lisesi me-zunuyum.

Kaç yıl oldu evlene-li?

On iki yıl oldu.

On iki yıldır hiç çalış-madınız mı?

Yok çalışmadım. Sa-dece bekarken çalıştım.

Ne kadar çalıştınız?

İki buçuk, üç yıl çalış-tım. Evlilikle beraber iş hayatım da bitti, çocuk-larım oldu. Şimdi de el-timin sayesinde bu işe başladım. Ev işlerinden arta kalan zamanlarda bu işi yapıyorum. Bazen işimi aksatıyor, ama yine de çok iyi.

Peki kocanız itiraz etti mi?

Halen daha ediyor (gülüyor). Saklı yapıyo-rum veya yanında ya-parsam bile üç dört tane diyor. Ama o çantayı görmüyor (gülüyor).

O zaman kocanın işe gitmesini bekliyorsunuz?

Daha çok gece yapı-yorum. Çocuğum küçük olduğu için onu da yatı-rdıktan sonra yapıyorum.

Peki televizyonla a-ranız nasıl, Seda Sa-yan'ı izliyor musun?

Neriman: Her sabah izliyorum.

Meryem: Arıyor ama, düşüremiyorum.

Peki düşerse ne iste-yeceksiniz Seda Sa-yan'dan?

Neriman: Oğluma genç odası isterim.

Peki hangi dizileri izliyorsunuz?

Neriman: Kınalı Kar'ı, Bir İstanbul Masalı'nı, Serseri Aşık'ları izliyo-rum.

En çok hangisini seviyorsunuz?

Neriman: Bir İstanbul Masalı'nı.

Peki kazanca döner-sek, siz ne kadar kaza-nyorsunuz?

Meryem: Ben düzenli olarak yapmadığım için bir fiyat veremem.

Şimdi bu işten ne ka-dar kazanacaksınız?

Neriman: (oradan elti söze giriyor) Ben hesap-ladım, altmış milyon ala-cak.

Ne yapacaksınız alt-mış milyonu alınca?

O anki duruma bağlı. Belki bir ihtiyaç olabilir, çünkü çocuğum okuyor. Önümüz bayram, onlara bir şey alırım.

Kendinize?

Ben çocuklarıma alı-rım, bana da eşim alsın.

Peki kocanız 'bıraka-caksın' derse ne yapa-caksınız?

Halen daha aynı şeyi söylüyor. İşte ben saklı yapıyorum. Olmuyor, bir de çok eksik var.

En çok neyin eksik-liğini duyuyorsunuz?

Eşimin düzenli işi ol-madığı için her şeyin ek-sikliğini çekiyorum.

Ne iş yapıyor?

Demir doğramacılık yapıyor, ama her zaman iş olmuyor. Ben çalış-mam gerektiğini düşün-düm ama izin vermedi. Ben de şimdi bu işle uğ-raşıyorum.

Peki muhasebecilik gibi bir mesleğiniz var-ken bırakmak zor ol-madı mı?

Tabii ki zor oldu.

Ne kadar kazanıyor-dunuz, hatırlıyor mu-sunuz?

Hatırlamıyorum.

Görücü usulü ile mi evlendiniz?

Evet.

Peki evlendikten sonra mı işin rengi de-ğişti, yoksa evlenirken biliyor muydunuz çalış-mayacağınızı?

Evlenmeden önce ben İstanbul'da çalışı-yordum ve ailemin yanı-na Erzurum'a gitmiştim. Orada sınavlara girdim, devlet demiryolları me-muriyet sınavına. İşte o sınavın sonucunu bek-lerken benim evlenme işim çıktı. Daha doğrusu verdiler.

Kazandınız mı?

Hem de çok yüksek bir puanla kazandım.

Kaç yaşındaydınız evlendiğinizde?

Yirmi yaşındaydım. Pek itiraz etme hakkım olmadı. Daha doğrusu haberim bile olmadı.

Düğün burada mı ol-du?

Erzurum'da kına gec-em oldu, düğün de bu-rada oldu.

Şimdi buradan iş alı-yorsunuz, muhasebe-ciliği de unuttunuz, sınavı da kazandınız gidemediniz...

Hatta burada evlen-dikten sonra komşu beni Topkapı'daki Telekom'a soktu. Bir gün çalıştım, kayınpederim aşırı prob-lem çıkardı.

Sizin bu kayınpederi halletmeniz gerek.

Neriman: Hallettik, yoladım köye (gülüyor-lar).

İkinizin de kız çocu-ğu yok değil mi?

Meryem: İstemiyorum.
Neriman: Ben istiy-o-rum.

Meryem: Benim iki oğlum var ve kız istemi-yorum. Çünkü ben çok acı çektim ve onun da aynı şeyi yaşamasını istemiyorum. Kadın her zaman eziliyor. Kadın ne kadar ezilmem dese de eziliyor bir şekilde ve



Meryem

ben çocuğumu bakıp büyütüp de başkasının ezmesini kaldıracak güçte değilim.

Şimdi sizin oğulları-nız var ve onlar evlen-diklerinde eşlerine si-zin eşlerinizin size davrandığı gibi dav-ramasını ister misiniz?

Meryem: Tabii ki iste-mem.

Peki siz kayınvalide olunca gelinleri ezer misiniz?

Meryem: Hiç öyle şey olur mu, bir insan bir acı-yı yaşayınca hiç karşı-sındaki insana tekrar acı yaşatır mı, onu ancak sadist insanlar yapar. Ben de sadist değilim. Ben çektim, benim çocu-ğum niye çeksin!

Mesela çocuğunuz size yardım ediyor mu?

Neriman: Tabii ki ben ona sofrayı kurdurtuyor-um, salata yaptırıyo-rum.

Peki eşlerinizi ikna etseniz, evde değil de fabrikaya gelerek çalış-mak ve daha çok para kazanmak ister misiniz yoksa buradan aldığınız işe ve paraya razı mısınız?

Neriman: Ben öyleyim

işte. Benim çocuğuma kocama bakmam lazım.

Meryem: Ben de çalışmam, zaten be-nimki izin de vermez ve çocuğum küçük.

Peki eşlerinizin çocuklarla arası nasıl?

Meryem: Bizim baba-mız biraz sinirli, ama çocuklarına iyi.

Neriman: Her istedik-lerini alır, getirir.

Peki işleri teslim et-tiniz, yeni iş aldınız mı?

Neriman: Yok ben al-madım, çünkü evde var.

Meryem: Ben yirmi ta-ne aldım.

Bu işin tanesi ne ka-dar?

Meryem: Elli bin lira.

Teslim ettiğiniz iş ne kadardı?

Neriman: İki yüz bin lira.

Şimdi siz yirmi tane aldınız, bundan ne ka-dar kazanacaksınız?

Meryem: Bir milyon. ♀

Kendi kendine muayene hayat kurtarıyor

Sağlık en değerli hazinemiz... Ama ne yazık ki ancak kaybettikten sonra önemini kavrayabiliyoruz. Bedenimize bilinçli bir yaklaşımla pek çok hastalığı bertaraf etmemiz mümkün. Kadınları tehdit eden kanser türlerinden biri olan meme kanserinin erken teşhisinde, bize de önemli görevler düşüyor.



Meme kanseri günümüzde pek çok kadını tehdit eden bir hastalık. Fakat aynı zamanda erken teşhis edilip tedavi edildiğinde, üstesinden gelinilebilen bir kanser türü... Meme kanserinin erken teşhisinde kadının kendi kendini muayene etmesi önemli bir rol oynuyor. Çünkü ister iyi huylu, ister kötü huylu olsun, memedeki kitlelerin yüzde 80'i, kadınların kendisi tarafından ya tesadüfen, ya da kendi kendine meme muayenesinde keşfediliyor. Tesadüfen keşfedilen kitleler genellikle çok büyük kitleler olabiliyor. Buna karşın, usulüne uygun olarak yapılan bir kendi kendine meme muayenesinde, daha ufak çaptaki kitleleri ve meme kanserine işaret edebilecek bazı bulguları keşfetme imkanı var. Meme kanserinde erken tanı, daha etkili tedavi ve çoğu durumda tam şifa anlamına gelir. Yıllık olağan muayenelerinizde doktorunuzun yaptığı meme muayenesi ve özellikle 40'lı

yaşlardan sonra muayeneye ek olarak yapılan mamografi/meme ultrasonografisi, meme kanseri erken tanısının hekime düşen kısmıdır. Fakat bu konuda size de düşen görev var. Kendi kendine meme muayenesi usulünü kavrayarak aylık olarak uyguladığınızda, erken tanındığında tedavi şansı yüksek olan bu kanser türüyle başa çıkmada önemli bir adım atmış olacaksınız.

Ne zaman yapılmalı?

Kendi kendine meme muayenesi ideal olarak adet döngüsünün 5.-7. günleri arasında, ayda bir kez yapılmalıdır.

Adet kanamasının başlamasıyla birlikte kanda östrojen ve progesteron hormonlarının etkinlikleri nispeten azalır ve meme dokusunu incelemek kolaylaşır. Yukarıda belirtilen günler dışında ve özellikle de adet kanamasına yakın yapılan meme muayenelerinde, bu hormon-

ların etkisiyle memeler dolgun ve bastırıldığında ağrılı olurlar. Bu da kendi kendine muayenenin etkinliğini önemli derecede azaltır.

Menopoz döneminde olan ve adet görmeyen kadınlar ise her ayın kendi belirledikleri bir gününde bu muayeneyi yapabilirler. Menopoz döneminde kullandıkları hormon ilaçları nedeniyle düzenli olarak adet görmeye devam eden kadınlar da yine bu muayeneyi adet döngüsünün 5.-7. günleri arasında yapmalıdırlar.

Kendi kendine meme muayenesinin üç ayrı aşaması vardır:

- 1- Gözle değerlendirme,
- 2- Yatar pozisyonda elle değerlendirme,
- 3- Ayakta elle değerlendirme.

Sayıdığımız her bir aşama, meme dokusu hakkında çok değerli bilgiler verir, bu nedenle mutlaka uygulamalısınız.

1-Memelerin gözle değerlendirilmesi

Kendi kendine muayenenin ilk basamağı memelerin gözle değerlendirilmesidir. İyi aydınlatılmış bir odada üstünüzü çıkarıp ayna karşısına geçerek meme muayenenize başlayın:

Ellerinizi kalçalarınızdayken, avuçlarınızı önde sıkarken, kol-



Şekil 1: Kendi kendine meme muayenesinde, memelerin eller kalçalardayken gözlemlenmesi

larınız yanlarda serbest sallanır durumdayken, elleriniz havadayken ve vücut öne serbestçe

eğilmiş durumdayken, toplam beş ayrı pozisyonda her iki memenizi aynada iyice inceleyin.



Şekil 2: Kendi kendine meme muayenesinde memelerin eller havadayken gözlemlenmesi

Bu incelemenin toplam beş ayrı pozisyonda yapılmasının amacı, meme dokusunun arkasında kalan kasların çeşitli pozisyonlarda farklı şekilde kasılmasının ve böylece meme dokusundaki muhtemel habis oluşumların gözle görülebilir hale gelmesinin sağlanmasıdır. Memedeki habis kitleler çoğu durumda memeye sabit bir duruş kazandıran Cooper bağlarının ve meme arkasındaki kasların işlevlerini bozar ve bu durum memeye çeşitli pozisyonlar verilerek belirgin hale getirilebilir.

Nelere dikkat etmelisiniz?

Gözle değerlendirmede memelerinizde belirgin şişlik, meme cildinde içe doğru çekilme alanları, renk değişiklikleri, kızarıklık, yüzeysel damarlarda önceden varolmayan bir belirginleşme hali, ciltte "portakal kabuğu" manzarası gibi bulgular arayın. Özellikle bir pozisyondan diğerine geçişte bazı değişiklikler belirginleşebilir.

Aynada memelerinizden birinin diğerine göre daha farklı bir boyutta olduğunu fark ederseniz endişeye kapılmayın. Başka bir bulgunun yokluğunda bu, yapısal, normal bir durum



Şekil 3: Elle muayenede elin üç parmağının iç yüzeyleri kullanılarak tarama yapılır. Şekilde yukarıdan aşağı-aşağıdan yukarı tarama usulü gösterilmektedir.

da olabilir.

Meme ucunun içe doğru çekilmesi, tümüyle içe gömülmesi, meme başında şekil ve renk değişiklikleri aramanız gereken diğer bulgudur. Meme uçlarını önceden beri içe dönükse bu, yapısal bir durumdur. Böyle bir değişikliğin yeni ortaya çıkmış olup olmasa önemli değildir. Bir pozisyondan diğerine geçişte içe gömülen veya dışarı taşan meme başı, normal dışı bir durumun habercisi olabilir.

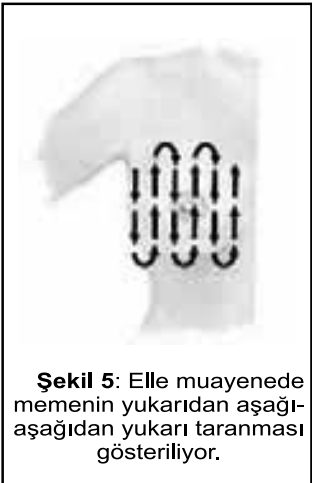


Şekil 4: Elle muayenede meme dokusu yukarıda görülen şekillerde taranabilir. Kendinize hangi usul daha rahat geliyorsa onu benimseyin.

Yukarıda saydığımız değişikliklerin varlığı, memelerinizde normal dışı bir durumun varlığını göstermemekle beraber, doktora başvurulmasını gerektiren durumlardır.

Meme uçları sıkılmalı mı?

Kendi kendine yapılan meme muayenesinde, meme uçlarının sıkılarak buradan sıvı gelip gel-



Şekil 5: Elle muayenede memenin yukarıdan aşağı-aşağıdan yukarı taranması gösteriliyor.

mediğinin araştırılmasının gerekli olup olmadığı henüz tartışmalıdır.

Genel görüş, doktor tarafından yıllık gerçekleştirilen olağan meme muayenesinde meme uçlarının sıkılarak sıvı akışı olup olmadığı araştırılmasının ve kadının meme uçlarından kendiliğinden gelen sıvı akışını doktoruna haber vermesinin yeterli olduğu yönündedir. Bu konuda doktorunuzun önerilerine uymalısınız.

Elle değerlendirme usul-leri

Memelerin gözle değerlendirilmesi sonrasında, sıra elle değerlendirmeye gelir.

Elle değerlendirmede meme dokusunda normalde varolan meme dokusu ile olmaması gereken bir dokunun ayrımı önemlidir. Elle değerlendirmede meme dokusu asla baş ve işaret parmağı arasında sıkılmamalı, elin baş ve serçe parmakları dışında kalan üç parmağı meme dokusu üzerine yerleştirilerek tarama, parmakların

hassas olan iç yüzeyleriyle dokuyu hissederek yapılmalıdır (şekil 3).

Meme dokusunun tümüyle taranması, memenin koltuktan göğüs kemiğine, köprücük kemiğinden memenin alt sınırına kadar tüm alanların dikkatlice hissedilerek taranması demektir. Bu amaca yönelik olarak parmak uçlarınızı meme üzerinden kaldırmadan memenin tamamını daireler çizerek, ya yukarıdan aşağı, aşağıdan yukarı ya da merkez-



Şekil 6: Yatar pozisyonda, elle muayenede sağ memenin değerlendirilmesi

den dışı doğru taramalısınız. Çoğu kadına yukarıdan aşağı, aşağıdan yukarı tarama daha kolay gelir.

Muayeneyi yaparken parmaklarınızı yalnızca cilt üzerinde kaydırmanız bulgu vermez. Her memede her tarayı toplam üç kez hafif, orta ve şiddetlice bastırarak tekrarlayın.

Elinize gelenlerin anlamı nedir?

Meme dokunuzu baş parmak ve işaret parmaklarınız arasında sıkıştırarak incelemeyi denediğinizde, elinize büyükçe kitleler gelecektir. Bu "kitleler" normal meme dokunuzdur. Kendi kendine meme muayenesinde amaç, bu kitleler arasında yer alan normal dışı tümöral yapıların saptanmasıdır. Meme muayenesini anlattığı şekilde yaptığınızda normal meme dokusu arasındaki muhtemel normal dışı kitleleri saptama şansınız yüksektir.

2-Yatar pozisyonda elle değerlendirilme

Memelerinizi yatar pozisyonda elle değerlendirmek için sırtüstü yatın. Sağ omuzunuzun altına bir yastık veya katlanmış bir havlu yerleştirdikten sonra, sağ elinizi başınızın altına koyun. Bu aşamada meme dokunuz bir yana doğru kaymamalı, ortada durmalıdır.

Daha sonra sol el parmaklarınızla memenizi yukarıda anlatıldığı şekilde tümüyle tarayın.

Sağ memenizin değerlendirmesini tamamladıktan sonra, şimdi de aynı işlemleri sol memenizde gerçekleştirin. Yatar pozisyonda elle muayenede

kayganlığı artırmak için pudra kullanmanız faydalı olabilir.

3-Ayakta elle değerlendirme

Bu muayene ideal olarak duş altındayken, sabunlu elle yapılır. Zira suyun ve sabunun etkisiyle meme dokusundaki muhtemel kitleler çok daha kolay ulaşılır hale gelirler.

Ayakta muayenede şekilde görüldüğü gibi önce sağ elinizi ensenize yerleştirin ve yatar pozisyonda elle değerlendirme yaptığınız işlemleri önce sağ memeniz için, sonra da sol



Şekil 7: Memelerin ayakta elle değerlendirilmesi.

memeniz için tekrarlayın.

Ayakta yapılan muayene özellikle üst dış kadrandaki kitlelerin daha iyi fark edilmesini sağlar. Meme kanserlerinin yüzde 60-70'i meme dokusunun en yoğun olduğu bu bölgede görülür.

Hangi durumlarda doktora haber vermelisiniz?

Öncelikle unutmamanız gereken şudur: Memede ele gelen bir kitlenin habisi olma olasılığı düşüktür. Ancak her kitlenin mutlaka doktor tarafından ileri incelemelerle değerlendirilmesi gerekir.

Gözleme aşamasında bir sorun olduğunu düşündüğünüzde, sıkımayla sıvı geldiğinde ve/veya elinize kitle geldiğini fark ettiğinizde, gecikmeden doktora başvurmalısınız. ♀

Kısır kadınlar anne olabilecekler

İsraili araştırmacılar, kürtajla alınan fetüsün dokusundan yumurta üretmeyi başardılar. Bu yumurtadan geliştirilecek embriyon sayesinde kısır kadınlar anne olabilecek. Yeni yöntemde 22 ve 33 haftalık ceninlerden alınan dokulara hormon enjekte ediliyor ve bu hormon, doku içindeki folik asidi harekete geçiriyor. Ardından hücreler olgunlaşıp insan yumurtasını oluşturuyor. Yumurtalar bir ay boyunca saklanabiliyor. Bilim açısından olumlu bir gelişme gibi görünse de etik açıdan şimdiden pek çok çevrenin tepkisini çeken bu yöntem, kürtaj karşıtları tarafından "hastalıklı ve iğrenç" olarak nitelendiriliyor. İngiltere'de üreme üzerine araştırmalar yapan Döllenme ve Embriyoloji Kurumu ise kendi ülkelerinde bu yöntemin kullanılmasına izin verilmeyeceğini açıkladı.

Uçan Haber- Eylül

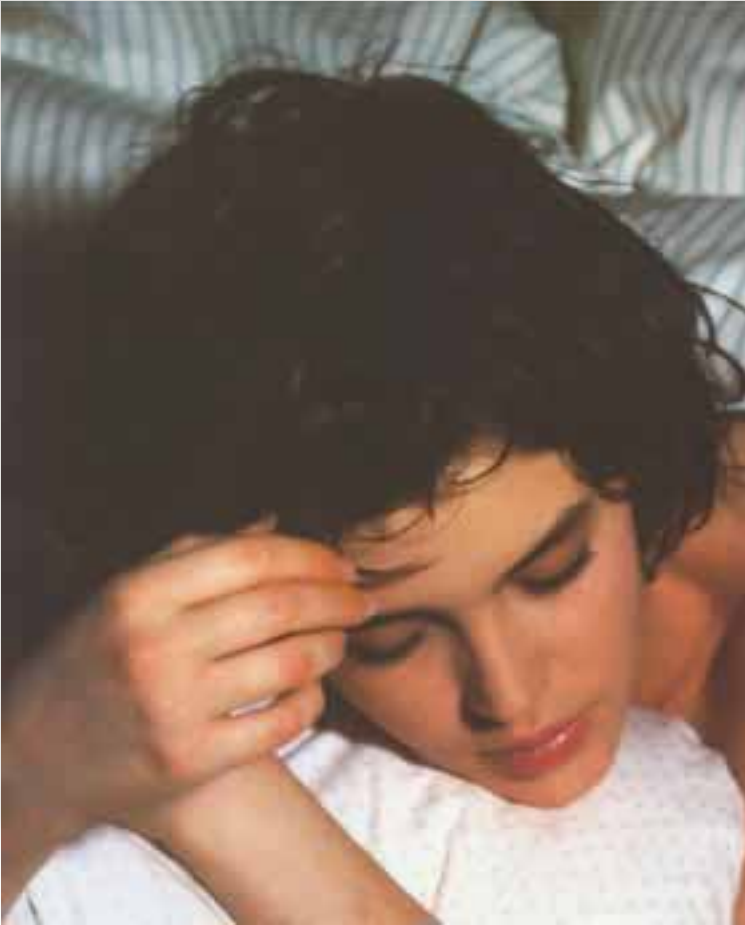
Keşke bütün kadınlar senin gibi olsa...

Anlattıklarınız vajina iltihabını işaret ediyor. Korkulacak bir durum yok. Bu hastalık ilaçlarla tamamen iyileşebilir. Ama kesin teşhis için bir kadın doğumcuya görünmenizde yarar var.

Sayın Doktorum

Beyaz bir akıntım olmaya başladı. Nasıl söylesem, sündürülmüş peynir gibi. Eğilip bakmaya çalıştım. Bir de ne göreyim apış arasında beyaz beyaz lekeler var. Çok korktum, alkollü bir bezle silmeye kalkıştım, silindiler fakat altlarından kırmızı lekeler çıktı. Kaşınma da var; önceleri azdı ama şimdilerde dayanılmaz kaşınıyor. İçeride yanma da var. Bu nasıl bir hastalık, bulaşıcı mı? İyileşir mi? Tedavi edilir mi? Neden olur? Cinsel birleşme ile bulaşan bir hastalıksa, acaba zor durumda kalır mıyım? Çünkü ben bekarım. Korkudan doktora da gidemiyorum. Beni aydınlatırsanız memnun olurum. Saygılar, sevgiler sunarım.

N. B.



Sevgili N.

Hastalığımı ne güzel tarif etmişsin. Ağzına sağlık! Belli ki iyi bir gözlemcisin. Doktora gitmeden önce bana yazman, hem temkinli, hem de yararlı bir iş yapmak isteğinde olduğunu gösteriyor. Keşke bütün kadınlarımız senin gibi olabilse.

Sevgili N., hastalığın büyük bir ihtimalle Candidiazis denilen bir vajina iltihabıdır. Latince adı Candida Albicans olan bir mantar türü, bu hastalığı yapar. Bu mantar, yıkanırken sulardan ve oturuş zeminlerden, kirli giysilerden, elle veya cinsel temasla apış arasına veya vajinaya bulaşabilir. Buralarda çoğalarak apış arasındaki deride, beyaz lekeler yapabilir, vajinada yanma ile beyaz ve kokusuz bir akıntıya neden olur. Korkulacak bir durum söz konusu değildir. Bu hastalık tamamen ilaçlarla iyileşebilmektedir. Vakit kaybetmeden bir kadın doğum uzmanına giderek, bana yazdığın gibi şikayetlerini söylersen, gerekli muayene ve tetkiklerden sonra, fitil, krem ve haplardan oluşan reçeteni alır, ilaçlarını kullanarak sıhhatine kavuşursun.

Ancak dikkat edersen, yalnız mektubundan hareketle teşhis koymaya kalkıştım. Onun için kesin bir teşhisten ziyade ‘büyük bir ihtimalle’ ifadesini kullandım. Çünkü bu tür akıntılı hastalıklarda kesin teşhisler, akıntuların mikroskopik laboratuvar bulguları ile konur. Daha önceki sayılarımızda akıntuların çok çeşitli nedenleri olduğundan bahsetmiştim. Akıntuların çeşitli nedenlerine karşılık, çeşitli şekilleri de olur. Akıntının kıvamı, kokusu, rengi değişiklikler gösterir. Örneğin Trichomonas Vaginalis denilen bir parazit de vajina iltihaplarına neden olur; ancak burada akıntı yeşilimsi renkte, köpüklü ve kötü kokuludur. Ya da bel soğukluğu mikrobu ile deri iltihapları yapan adi mikroplar da vajina iltihapları yapar; bunlardaki akıntular da, sarı renkli cerahatli akıntılardır. Akıntular bu kadar tipik olsa bile, yine de akıntının laboratuvar tetkiklerinin yapılması gerekir.

Sağlıklı ve mutlu günler dileği ile hoşçakalın

Dr. Selma Dönmez



AV. SERAP ÖZDEMİR

Petrol-İş Sendikası
Hukuk Müşaviri

ÇALIŞAN KADIN CEZALANDIRILIYOR

İşyerinde cinsel taciz, işçi, memur çalışan tüm kadınların karşılaştığı en ciddi sorunlardan biri... *Petrol-İş Kadın* olarak meseleyi ayrıntılı işleyelim dedik. Serap Hanım bu kez bizi 4857 sayılı İş Yasası'nda konuyla ilgili yeni düzenlemeler hakkında bilgilendiriyor.

J işyerlerinde cinsel taciz olayları, ülkemizde son derece yaygın olup çalışan kadınların ciddi bir sorunu olmaya devam ediyor. Bu olayların bir kısmı mahkemelere yansımakta iken, bir kısmı da şikayet düzeyinde kalmaktadır. Kadınlar fiziksel veya sözel taciz ediliyor, fakat bunu dile getiremiyorlar. İşyerlerinde cinsel tacizle karşılaşan kadınlar ya işini bırakıyor, ya işinden atılıyor ya da kendisine yapılan öneriye uygun davranmadığı için ücret artışı yapılmayarak cezalandırılıyor. Üstelik tacize uğrayan kadına hatalı kişi imiş gibi davranılıyor. Kadınların bazıları bu durumu arkadaşlarıyla paylaşıyor, bazıları da paylaşmayı sessiz kalıyor ve etkileniyor. Sonuçta bu durum kadın işçiyi hem fiziksel, hem de psikolojik olarak etkiliyor. İşyerlerinde cinsel taciz, çalışanların Anayasa'da yer alan çalışma hak ve özgürlüğünü ihlal ediyor. Şimdiye kadar çalışma mevzuatında yer almayan işyerlerindeki cinsel taciz konusunda 10 Haziran 2003 tarihinde yürürlüğe giren 4857 sayılı İş Yasasında yeni düzenlemeler yapılmıştır.

Bu düzenlemeler;


* İş Yasasının, *İşçinin Haklı Nedenle Derhal Fesih Hakkı* başlıklı 24. maddesinde, ahlak ve iyiniyet kurallarına uymayan haller arasında, "işverenin işçinin işçiyeye cinsel tacizde bulunması" ve "işçinin diğer bir işçi veya üçüncü

kişiler tarafından işyerinde cinsel tacize uğraması ve bu durumu işverene bildirmesine rağmen gerekli önlemler alınmaması" olarak sayılmış ve bu durumlarda işçiyeye iş sözleşmesini haklı nedenle feshedilme olanağı getirilmiştir. İşçi, iş sözleşmesini bu nedenlerle feshetmesi halin-

de, ihbar tazminatı alamayacak, yalnızca kıdem tazminatı alabilecektir. Bunun ispatı da, tacize uğrayan kişiye ait olacaktır.

* Yine, İş Yasasının *İşverenin Haklı Nedenle Derhal Feshi* başlıklı 25. maddesinde, ahlak ve iyiniyet kurallarına uymayan haller olarak "işçinin işverenin başka bir işçisine karşı cinsel tacizde bulunması" hükmü eklenerek işverene, cinsel tacizde bulunan işçinin iş akdini haklı nedenle derhal feshetme hakkı verilmiştir. Bu durumda tacizde bulunan işçiyeye kıdem ve ihbar tazminatı ödenmeyecektir.

Ancak bu düzenlemeler, cinsel taciz sorununu ortadan kaldıracı olumlu ve caydırıcı tedbirler gibi gözükmüyorsa da, cinsel tacize uğrayanlara iş güvencesi getirilmemiş, sadece iş akdinin haklı nedenle feshedilmesine olanak sağlanmıştır.

İşyerinde cinsel taciz, özellikle kadın işçilerin zarar gördüğü bir ayrımcılık biçimi olup bu sorunun asıl çözümün ise eğitim olduğu herkesçe bilinmektedir. 



ŞİMDİ BALIK MEVSİMİ

Kışa doğru hızla ilerliyoruz. Bu, her çeşit balığın tezgahlarda boy göstereceği anlamına da geliyor bir bakıma. Balık hem lezzetli, hem sağlıklı... Üstelik bütçenize uygun bir balık çeşidi bulmanız da her zaman mümkün....



O smanlıların ilk dönemlerinde balık, zenginlerin rağbet ettiği bir yiyecek değilmiş. 'Deniz bedava, tutmak az masraflı, yakala yakala ye' demek ki... Rumlar, yoksullar bir de Batılılar tercih edermiş balığı... 17. yüzyılda İstanbul balık pazarında tam 100 çeşit balık

varmış. Balıkların ismi genel olarak Rumcaymış... Şimdi balık yoksul yemeği değil elbette... Ama hala deniz kıyısında yaşıyorsanız, bir oltu ile balık tutmanız mümkün... Tabii eskisi kadar bol ve çeşitli balık yok artık sularımızda... Deniz kirliliği, yanlış avlanma derken bir biçimde

on- ların da canına okuduk... Bu sayı baş yemeğimiz balık, anlayacağınız gibi... Sizlere farklı bir tarif verelim dedik. Izgarayı, kızartmayı nasılsa yaparsınız...

Balık köftesi

Malzemeler: 2 iri mezgit, 100 gram kaşar peyniri, 1 dilim bayat ekmek içi, 1 soğan, 1 yumurta, 2 diş sarımsak, 7-8 dal maydanoz, 1 tatlı kaşığı kekik, 1 tatlı kaşığı nane, karabiber, tuz, kızartmak için de yeterince sıvıyağ

Yapılışı: Balıkları tuzlu suda haşlayın. Kılçıklarını çıkararak çatalla iyice ezin. Kaşar peynirini ve soğanı rendeleyin, ekmek içini ufalayın, sarımsakları ezin... Daha sonra maydanozları da ince ince kıyın. Püre haline getirdiğiniz balığa, ekmek içi, yumurta, soğan, sarımsak, maydanoz, tuz, karabiber, kekik ve naneyi ekleyerek iyice yoğurun. Yumurta büyüklüğünde parçalar koparıp oval köfteler hazırlayın. Kızdırdığınız sıvı yağda bu köfteleri güzelce kızartın. Soğan dilimleriyle veya roka ile süsleyerek servis yapabilirsiniz. Afiyet olsun.



Lezzetli balık için mini notlar

Balık ne kadar taze olursa o kadar makbul, o kadar lezzetli olur. Taze balığın gözleri parlak, solungaçları canlı, pembe-kırmızı olur.

Balık alırken tazeliğini anlamak için 3 duyunuzdan yararlanırsınız. Koku: Taze balık, hafif deniz kokusu yayar. **Dokunma:** Eti sıkı ve elastik olmalıdır. Karnı ne yapışık ne de şişkindir, pulları yapışmış durumdadır. **Görünüş:** Pullar parlak, gözler canlı, solungaçları kırmızıdır.

Kızartma: Büyük balıklar dilim halinde, küçük balıklar bütünüyle kızartılır. Kızartmalık balığın daha lezzetli olmasını istiyorsanız önce biraya batırın, sonra unlayın. Çıtır çıtır olduğunu göreceksiniz. Şayet balığı unlamadan tavaya atarsanız anında yapışır. Balık çok taze ise ne kadar unlarsak unlayalım tavaya yapışır, bunu engellemek için tavayı arada bir sallamakta fayda vardır. Balığın tuzlanması doğrudan yapılmaz, tuzu una

katarak yapılır. Balığı daima kızgın tavaya atmak gerek

Haşlama: Beyaz etli balıklar seçilir. Kırlangıç, kefal, levrek vb. gibi. Balığı soğuk suya atınız, kaynamasına meydan vermeyin, yoksa dağılır. Kapalı bir kapta pişirin ama kokusunu alması için suyuna biraz havuç, kereviz, soğan atın. Balığın eti kılığından ayrılıyorsa pişmiş demektir, yenileceği zaman suyunu dökün.

Izgara: İri ve yağlı balık seçmekte fayda vardır. Yoksa ızgaraya yapışır, çıkartması zor olur. Izgara yapmadan yaklaşık 2-3 saat soğan suyu ve zeytinyağı sürülüp bekletilirse daha lezzetli olur (Maydanoz da serpilirse çok daha nefis olur). Pişirirken çatlamaması için daha önceden iki yanı bıçakla çizilir. Bu yöntemle aynı zamanda balığın tam manasıyla pişmesi sağlanır. Izgara yaparken arada bir üstüne zeytinyağı gezdirilirse iyi olur.

Sebzeli kış çorbası

Malzemeler: Yarım su bardağı pirinç, yarım su bardağı kırmızı mercimek, 1 adet patates, 1 adet havuç, bir buçuk çorba kaşığı margarin, 1 adet soğan, 4 su bardağı et suyu, yarım demet maydanoz, tuz...

Yapılışı: Pirinç ve mercimeği ayıklayıp yıkayın. Patates ve havucu küçük küçük doğrayın. Bir buçuk çorba kaşığı margarini tencereye alın. Soğanı yemeklik doğrayıp, yağda karıştırarak kavurun. Et suyunu ilave edin ve kaynatın. Pirinç ve mercimeği ekleyin. Yumuşatıncaya kadar pişirin. Tuzunu serpip maydanozla süsleyerek servis yapabilirsiniz.



ÇAY SAATI

Pratik Tiramisu



Malzemeler: 1 adet hazır kakaolu kek, 1 su bardağı ılık su, 1 çorba kaşığı kahve, 5 çorba kaşığı toz şeker, 2 su bardağı süt, 1 adet yumurta sarısı, 3 çorba kaşığı un, 1 paket labne peyniri, üzerine serpmek için kakao...

Yapılışı: Ilık suyun içinde, kahve iki çorba kaşığı şekeri erin. Kekin altını üstünü kahve ile ıslatın. Kremasını hazırlamaya başlayın. Sütü tencereye koyun. Yumurta sarısı, un ve 3 çorba kaşığı toz şekeri yavaş yavaş ilave edin. Koyu bir kıvama gelinceye kadar pişirin. İçine labne peyniri koyun. Eriyince tencereyi ocaktan alın. Kremayı ılıtın. Kekin arasına iyice yayın. Kekin üzerini de krema ile sıvayın. Kakaoyu süzgeçten eleyerek tiramisunun üzerinde gezdirin. İstedığınız büyüklükte kesip, servis yapın.

Beslenme



Geçen sayımızda A vitamininin faydalarına değinmiştik... Şimdi sıra B vitamininde... Eee, vitaminler çok...

B Vitamini

B vitamin ailesi B-6, B-12 ve folik asidi de içeren B-11 vitaminlerinden oluşur. B6 vitamin eksikliği de demir gibi anemi ve kronik yorgunluk ile bağlantılıdır. B6 vitamini ihtiyacı muz, tavuk, hindi, patates, meyve suyu, karpuz, ıspanak ve bal gibi besinlerden karşılanabilir. B-12 vitaminin eksikliği ise homosistein seviyelerinin artmasına yol açar. Yüksek homosistein seviyesi, kalp hastalıklarına yakalanma riskinin artması anlamına gelmektedir. Bu açığı da baklagiller, bonfile, ton balığı, balık, hindi, yoğurt, süt, tavuk ve peynir yiyerek kapatabilirsiniz.

Sağlıklı bir diyetle yağlar

Sağlıklı kişiler için ideal bir diyetle yağlar, günlük enerji ihtiyacının yüzde 30'unu karşılamalı ve çeşitli yağları (az doymamış, çok doymamış, doymuş) eşit oranda içermelidir. Tereyağı gibi doymuş yağların kan kolesterol düzeylerini yükselttiği, buna karşılık mısır özü, soya gibi doymamış yağların düşürdüğü bilinir. Bu sebeple kalp-damar hastalığı bulunan veya risk taşıyan kişilere, doymamış yağlar içeren diyetle beslenmesi önerilir. Özellikle balıklarda bulunan ve çok doymamış yağ asitleri içeren bir grup yağ, hem kolesterolü düşürerek, hem de trombosit kümelenmelerini önleyerek damar sağlığına olumlu katkılarda bulunur. Sadece hayvansal gıdalarla beslenen Eskimolarda kalp-damar hastalıklarının görülmemesi, diyetlerinin bu yağlardan zengin olması ile açıklanmıştır.

Ancak doymamış yağ asitleri içeren yağların da bir dezavantajı vardır. Bu yağlar daha çabuk ve çok okside olarak ve zararlı maddeler üreterek damar hasarına neden olabilirler. Bazı yağların zamanla acıması, kokusunun değişmesi veya yapışkan bir hale gelmesi, oksidasyon ile ortaya çıkan değişikliklere bağlıdır. Bir yağ asiti, ne kadar çok doymamışsa o kadar oksidasyona yatkındır. Kısacası, her tip yağın, kendine göre üstünlükleri ve eksiklikleri olabileceğinden, sağlıklı kişilerin her tip yağı içeren bir diyetle beslenmeleri, en uygun olanıdır. Katılaştırılmış bitkisel yağlar, kolesterol içermeseler de kimyasal işlem sırasında oluşmuş zararlı yapılar içerebileceğinden ve kolesterolü yükseltebileceklerinden tercih edilmemelidir.

Mutfığa, hatta odalara yemek kokusunun yayılmasının önüne pek geçilmez. Hele bu yemek balık olursa. Bu kokuyu gidermek için ateşin üstüne bir limon dilimi koyun, limonun kokusu öteki kokuları bastırır.

Buğday salatası

Malzemeler: 1 su bardağı haşlanmış buğday, 1 su bardağı mısır, 3 tane taze soğan, yarım demet maydanoz, yarım demet dere otu, 3 tane salatalık turşusu, tuz, 1 salatalık, zeytinyağı ve limon...

Hazırlanışı: Buğdayı haşlayıp soğuttuktan sonra, içine kıyılmış maydanoz, dereotu, taze soğan salatalık turşusu, salatalık ve mısır koyun. Yağ ve limon ekleyip karıştırın... Zeytinle süsleyip servis yapabilirsiniz.



CEMİLE TEYZENİN MUTFAĞINDAN

Kış kapıda... Kış demek, grip ve soğuk algınlığı demek benim için. Kız kardeşimin torunu ilkokula gidiyor kızlarım. Bu çocuk şimdi hiperaktif diyorlar galiba... Bir muzır, bir muzır sormayın. O getiriyor bütün mikropları, virüsleri. Okuldan, sokaktan bir yerlerden... biz kardeşimle aynı apartmanda oturuyoruz... O bana gelir, ben ona giderim. İnsanın kız kardeşi gibi olmuyor biliyor musunuz? Geçtiğimiz kış grip aşısı oldum. Tansiyonum yüksek, grip de olunca kaldırmıyor vücut...

Yaşlandık işte ne yaparsınız? Fakat kızların aşı olduğum o sene kafamı yastıktan kaldıramadım. Sonra doktor evladım söyledi. Meğerse bu grip virüsü denilen şey, her sene başka kılıklara bürünüyor... Bazen geçen seneninki bu seneye uygun olmadığı için, aşı kar etmiyormuş... Doktor evladım sağolsun "ama teyze yine de aşı ol sen, belki daha hafif geçirirsin" diye de bir öğütte bulundu bana... Eskiden tabii aşı filan yoktu. İhlamur kaynardı bizim sobanın üzerinde bütün kış. İhlamur cezvemiz ayrıydı. Rahmetli annem ihlamurun içine karanfil ve elma kabuğu da koyardı... Soğuk algınlıklarına bire birdir. Ayrıca midenizi de sakinleştirir, karaciğeri kuvvetlendirir. Sizin nasıl Cemile teyzeniz varsa benim de gençliğimde bir Hanife teyzem vardı. O hep kalp çarpıntısına da iyi geldiğini söylerdi ihlamurun. Buna hiç tanıklık etmedim... Belki de hani ne derler, psikolojiktir teyzemin sorunu... Ama ihlamurun çok iyi bir balgam söktürücü olduğunu biliyorum. İhlamuru mümkünse taze alın. Yalnızca çiçekleri kaynatmayın, içine birkaç tane yaprak atmanızda sayısız yarar var...



‘Karikatürlerle Bir Borç Ekonomisinin Tarihi’

“Fantazyaya Çok Para Yok - Karikatürlerle Bir Borç Ekonomisinin Tarihi (1874-1954)” sergisini İstanbul’da oturan okurlarımız Osmanlı Bankası Müzesi’nde 15 Şubat 2004’e kadar izleyebilirler.

I. Meşrutiyet öncesinden Osmanlı döneminin borçlarının son taksidinin ödendiği 1954 yılına kadar olan dönemin, karikatürler eşliğinde sunulduğu sergide yer alan yapıtlar, “ekonomik sorun”un aslında her zaman var olduğunu gözler önüne seriyor.

Küratörlüğünü Behiç Ak ve Tan Oral’ın yaptığı serginin arşiv taramasını, karikatür tarihçisi Turgut Çeviker yaptı. Bülent Erkmen’in sergileme tasarımını üstlendiği serginin ekonomik konulardaki danışmanlığını ise Prof. Dr. A. Suut Doğruel yaptı.

Serginin hazırlık aşamasında, Hayal, Çingiraklı Tatar, Tiyatro, Meddah, Çaylak, Kalem, Cem, Dalkavuk, Geveze, Karagöz, Diken, Aydede, Akbaba, Zümrüdüanka, Yeni Köroğlu, Karikatür, Markopaşa, Amcabey ve Dolmuş gibi, 1870-1954 yılları arasında yayımlanan önemli mizah dergilerinin yanı sıra, 50’ye yakın karikatür albümü gözden geçirildi. Toplam 50.000 sayfalık araştırmanın sonunda belirlenen yaklaşık 1.000 karikatürden 200 tanesi, sergilenmek üzere seçildi. Aralarında Nişan G. Berberyan, K. Ofsanadassis, Santr, Cemil Cem, Sedat

Nuri İleri, Halit Naci, Mehmet Baha, D’Ostoya, L. Andreas, A. Rigopulos, Phtrakas, Sedat Simavi, Ahmet Rıfkı, Münif Fehim, Cemal Nadir Güler, Ramiz Gökçe, Ratip Tahir Burak ve Turhan Selçuk’un yer aldığı 41 karikatürünün eserlerinden oluşan sergi, dönemin önemli ekonomik olaylarına karikatürlerin tanıklığıyla yaklaşarak, bugünün sorunlarına farklı bir gözle bakmamızı sağlıyor.

Osmanlı Bankası Müzesi
Bankalar Caddesi, No: 35-37
Karaköy



İSTANBUL TİYATROLARI “PERDE” DEDİ

İstanbul Devlet tiyatrosu 8 dalda Afife Jale ödülü alan Maksim Gorki’nin “Ayaktakımı” adlı oyunu merhaba dedi. Taksim Sahnesi ise 17 Ekim’de Güngör Dilmen’in “Osmanlı Dram Kumpanyası” adlı oyunu ile açıldı. Kasım ayında 3 yeni oyun daha; Ronald Harwood’un “Taraf Tutmak”, Neil Simon’un “Güneş Çocuklar” Yakup Kadri Karaosmanoğlu’nun “Yaban” adlı oyunları prömiyer yaptı.

Bu sezon sergilenecek olan iki oyun üzerinde özellikle durmak istiyoruz.

Benerci Kendini Niçin Öldürdü?



Mehmet Ulusoy’un rejisiyle Nazım Hikmet’in “Benerci Kendini niçin Öldürdü” adlı ünlü uzun şiirinden sahneye uyarlanan eserde, Hindistan’da İngiliz egemenliğine karşı sürdürülen bağımsızlık mücadelesinde görev alan Benerci adlı bir gencin hayatı anlatılıyor. Oyunun sahne tasarımı Michel Launay’a ve müziği Kudsi Erguner’e ait. Oyunda Celal Kadri Kınacı, Hakkı Ergök, Kürşat Alınacak, Hülya Çelik, Yurdaer Ökut

ve S. Necdet Tulgar rolleri paylaşıyorlar. Tarihin akışını değiştirmek gibi bir durumla karşılaşan Benerci, yaşadığı çelişik görünüş şartlar ve tercih yolları arasında yolunu kaybetmeden, devrimci seçimlerini yapıyor. Dünyaca ünlü bir şiir olan Benerci Kendini Niçin Öldürdü’nün tiyatro uyarlamasını sakın kaçırmayın.

Kamyon

Osman Wöber’in rejisiyle sahneye taşınan diğer eser ise Mehmet Baydur’un “Kamyon” adlı oyunu. Oyunda Mehmet Baydur, yerinden yurdundan edilmiş, köylerinden, kasabalarından çeşitli yöntemlerle sürülmüş, büyük kente doğru itilmiş, oralarda çok kötü şartlar altında çalışmaya zorlanmış ve sonra hizmet ettikleri insanlar tarafından sürekli horlanmış insanları taşıyor sahneye. Hamallar, kapıcılar, şoförler, garsonlar... Kendisi de belki köyden gelmiş ama kentli olduğunu iddia eden zenginlerin aşağıladığı bu insanların bir gün bir kamyonun etrafında geçirdikleri bir gecenin anlatıldığı oyunun dekor tasarımını Orhan Alpaslan, müziğini ise Mazlum Çimen yapmış. Oyunda Mümtaz Sevinç, Halil Doğan,



Cengiz Daner, Macit Sonkan ve Turgay Tanülkü rol alıyorlar. Oyunda, ezilmiş insanlardan bir demet bulacaksınız. Dağ başında, ıssızlığın ortasında bozulmuş bir kamyonun üzerinde yüklü dört sandık ve dört kişi... O şehirden bu şehire durmadan yük taşıyan ve bu git-gel çarkının ötesinde birşeyler yaşamaya hiçbir zaman fırsat bulamamış bir şoför, bir muavin ve iki hamal... Askıya alınan bu kısa zaman diliminde kendileriyle, yaşadıklarıyla hatta kendi kamyonlarıyla yüzleşmek zorunda kalan bu dört kişinin öyküsü sizleri bekliyor.

AKM Gişe: 0 212 245 25 90

HER YAŞIN CİLT BAKIMI AYRI



Kendine özen göstermek şüphesiz makyaj ve bakım anlamına gelmez tek başına. Dış görünüşümüz kimliğimizin ancak bir bölümünü yansıtır. Kadın olmanın, kadın olarak kendini kurmanın zahmeti ol. Ünlü kadın düşünür *Simone De Bevoir*, “kadın doğulmaz, kadın olunur” diyerek şartların, kadın olarak kimliklerimizi nasıl şekillendirip yoğunluğuna vurgu yapar...

Bağımlılıklarımızı parçalayıp atmak için bize öncelikle gereken, elbette ki bilinç ve mücadele kabiliyeti... Ama bu arada bir parça bakımın ve güzel bir görünümün kimseye zararı olmaz... Bakımın cilt bakımı hanesine girmek istiyoruz bu sayımızda... Konumuz ise yaşa göre cilt bakımı... Reçetelerimiz yüzde yüz doğadandır.

30'lu yaşlara özel cilt bakımı

30'lu yaşlarda cildin yaşlanmasını önlemek için her gün uygun bir nemlendirici krem kullanın. Ayda 2 kez cildi canlandıran meyvelerle hazırlanmış bir maske uygulayın : 1 elma, yarım armut ve yarım kiviği robotta ezip püre haline getirin. 1 tatlı kaşığı kadar yulaf unu ilave edip iyice karıştırın. Göz çevresi

hariç yüzünüze ve boynunuza sürün. 10 dakika bekletip ılık suyla durulayın.

40'lu yaşlara özel cilt bakımı

40'lu yaşlarda cildi besleyici ve sıkılaştırıcı bir bakım uygulayın. 2 çorba kaşığı incecik kıyılmış ebeğümece yaprağını (taze ve kurutulmuş), 2 çorba kaşığı zeytinyağı ile karıştırın. Kısık ateşte suda pişirin. 25 gr beyaz

balmumu ilave edip eriyinceye kadar karıştırın. Tülbentten geçirip kapağı sıkıca kapanan bir kavanoza alın. Akşamları yatmadan önce bir miktar karışımı cildinize sürüp masaj yaparak yedirin.

50'li yaşlara özel cilt bakımı

50'li yaşlar menopoz çağıdır. Azalan östrojen hormonu cildi olumsuz etkilediği için ekstra

bir bakım uygulamak gerekir. 3 çorba kaşığı yeşil kil, 1 çorba kaşığı soya yağı, 1 çorba kaşığı süt ve 1 çorba kaşığı kıyılmış adaçayı yaprağını robotta ezin. Banyodan sonra, göz çevresi hariç tüm yüzünüze ve boynunuza yedirerek sürün. 20 dakika bekletip ılık suyla yıkayın. Haftada 2-3 kez yenileyin.

CİLT DOSTU SİRKE



Sirke çok değerli bir sağlık ve güzellik iksiridir. Solunum sistemine yardımcı olur ve bağırsak sisteminin işlevini düzenler.

Ayrıca, sirkede bulunan B1 ve B2 vitaminleri, sinir sistemini dengeliyor ve enerji veriyor. C vitamini ise kılcal damarları ve bağışıklık sistemini güçlendiriyor. Sirke cilt için de önemli bir madde. Cildin elastikiyeti için gerekli olan kolajen oluşumunu artırıyor. İçerdiği potasyum ve fosfor da protein sentezinde önemli bir rol oynuyor. Magnezyum, kalsiyumla birlikte kemikleri koruyor. Demir, oksijenin ciğerlerinden vücudun diğer dokularına taşınmasında yardımcı rol oynuyor. Sağlığımıza bu denli yararlı olan sirke, içeriğindeki A vitamini sayesinde cildin genç kalmasını sağlıyor. Tıpkı bir peeling ürünü gibi ciltteki ölü hücreleri yok edip elastikiyetini artırarak kırışıklıkları önüyor. 8 damla sirkeyi yarım çay bardağı badem yağı ile karıştırıp haftada 2 veya 3 kez yüzünüze sürün. Faydasını göreceksiniz.

SİZE ÖZEL SAÇLAR...

Saçlar, cinsiyetimin en önemli özelliklerinden biridir... Kısa, uzun, ince telli, kalın telli... Makyaj endüstrisi de bunun farkında. Şampuanlardan özel bakım kremlerine piyasa saç bakım ürünleriyle dolu... Ama piyasa çarkına girmeden kendi imkanlarımızla da saçlarınıza bir ziyafet çekebilirsiniz. İşte size birkaç öneri...

Biranın saçlar için çok yararlı bir güzellik iksiri olduğunu biliyor muydunuz? Bira, saçları yumuşacık yapıyor, kolay taranır hale getiriyor, saç dillerini olağanüstü güçlendiriyor. Saçlarınızı şampuanla yıkadıktan sonra 1 kahve fincanı birayı son durulama suyuna ilave edin. Saçlarınızı durulayıp havlu ile kurutun. Bu işlemi 3 ay boyunca haftada 2 kez deneyin.



Saçlarınızın güçlendiğini fark edeceksiniz.

Saçlarınıza şekil vermekte zorlanıyorsunuz. Gerçekten de uzun saçlara şekil vermek zordur. Biraz daha hacimli ve dalgalı görünmesini istiyorsanız saçlarınızı yıkayıp nemini aldıktan sonra kalın bigudilerle saçınızı sarın. Yarım saat beklettikten sonra bigudileri açın ve parmaklarınızla şekil verin.

Saçınızı yıkayacak vaktiniz mi yok. Dert etmeyin. Talk pudranızı saç dillerine serpiştirin. Bu, çok eski bir taktik. Bir tane de yeni taktiğimiz var. Saçınıza birkaç damla parfüm sürün.

Saçlarınızı kepek mi bastı. Muhtemelen şu sıralar yoğun stres altındasınız. Saç derisi aynen cildinizin diğer bölgeleri gibi strese karşı tepki verir. Cildinizi yor-

mayacak bir kepek şampuanı sorunu çözebilir.

Saçlarınız çok cansız ve dökülüyor... Saçların cansız olmasının en büyük nedeni yetersiz kan dolaşımı. Bu, aynı zamanda saçların dökülmesine de yol açıyor. Kan dolaşımını artırmak için günde iki kere saç derinize parmaklarınızla masaj yapın. Faydasını göreceksiniz. Taramak da farklı bir masaj yöntemi.

Saçınızın boyası hemen akıyor mu? Çaresi var. Kına, boya ya da geçici boya, mutlaka her yıkamada biraz kan kaybediyor. Bunu engellemek için son durulama suyuna bir miktar sirke karıştırın. Ekşi, boyanın akmasını engelliyor.

SUÇLU OLAN "SEN" DEĞİLSİN!

Dünyanın pekçok ülkesinde olduğu gibi Türkiye’de de kadınlar şiddete maruz kalmaya devam ediyorlar. Çözüm basitçe şöyle özetlenebilir: Kadınların güçlendirilmesi, erkeklerin dönüşmesi. Öyleyse toplumu, bunu engelleyecek biçimde değiştirmeliyiz.

Psikolojik yaklaşıma göre, şiddet, şiddeti doğurur. Çoğunlukla eşlerinden şiddet gören kadınların da çocuklarına şiddet uyguladığı, araştırmalarla ortaya konuyor.

Şiddetin kuşaktan kuşağa transferinin, kadın hakları mücadelesinin yükselmesi ve buna uygun biçimde yeniden yapılandırılmış bir psikoterapi süreciyle yok edilmesi mümkün görünmektedir.

Psikiyatri, kadınların bu tür olumsuz ilişkileri nasıl bir psikolojik dinamikte seçtiklerini/seçmek zorunda kaldıklarını araştırmaktadır. Yapılan gözlemler, kişinin şiddet içeren bir ilişkiyi bitirebileceği, kendisinde değişiklik yaratmadığı sürece yeni bir ilişkide aynı tarz sonuçları yaşayabileceğini gösteriyor.

Şiddeti uygulayan kişinin uyguladığı güç, sadece fiziksel değil manevi bir boyut da taşımaktadır. Bazı vakalarda şiddet olaylarından sonra tekrar bir balayı dönemi yaşadığı, kısa bir süre sonra şiddetin tekrar ortaya çıktığı gözlenmektedir. Şiddetin dozu sonuçta artar. Kadını psikolojik olarak güçlendiren çalışmalar, toplumun bilinçlenmesi ve konunun tabu olmaktan kurtulması büyük önem taşımaktadır.

Psikiyatri nasıl tüm yaşamımız için geçerli yaklaşımları içeriyorsa, aynı şekilde toplumdaki kurumlar da aynı etkiyi göstermektedir. Örneğin kadınların şiddetten korunması konusunda toplumsal huzuru sağlamakla sorumlu polis teşkilatı, bu konuda eğitilmiş ve bilinçli elemanlara sahip olmak zorundadır. Polislerin gelen şikayetleri aile meselesi diye geri çevirmemesi, savcılıklara sevk veya yardım verebilen birimlere yönlendirme yapabilmeleri büyük önem taşımaktadır. Bu arada çocuklar da genelde aile



içi şiddete (mağdur ve/veya tanık olarak) maruz kalırlar. Bu şiddetin bazen hayat boyu kalıcı psikolojik etkileri olmaktadır. Unutulmaması gereken konu, şiddet ortamında yaşam olgusunun, kuşaktan kuşağa bir geçiş gösterdiğidir. Böyle bakılınca, bir çeşit irsi hastalık gibi çoğalan şiddetten söz edebiliriz.

Özel alanda yaşıyor

Şiddete maruz kalan kadınlar da ilk planda özsaygının yitimi gözlenmektedir. Kendine güvenini yitiren kadın, yaşadıklarını sağlıklı değerlendiremeyecek duruma gelmekte, bu kafa karışıklığıyla bazen suçu da hep kendinde bulma eğilimine girmektedir.

Tarihi çok eskilere uzanan kadına yönelik şiddet konusunda yapılan çalışmalar, aile içi veya dışı duygusal, fiziki veya cinsel şiddet

tin ciddi tıbbi ve psikolojik sorunlara neden olduğunu sergilemiştir. Özellikle aile içi şiddet mağdurlarının ruhsal sorunlarının varlığına karşın, psikiyatrik danışmanlık ve tedavi sırasında travmatik öyküler açıklanamayabilir.

Yirminci yüzyılda kadınların özgürlüğü konusunda kat edilen büyük mesafe sayesinde toplumsal yargılar olumlu yönde değişmeye başlıyor. Kadının toplumsal yeri olumlu yönde geliyor, kadınların eğitim düzeyi ve mesleki statüleri yükseliyor. Dünyada ve Türkiye’de işgücü olarak ekonomiye katkıları artsa da hala toplam mülkün ancak yüzde birine sahip durumdadır.

Tüm dünyada ülkeden ülkeye değişmekle birlikte, kadınlar aile içinde eş, baba gibi birinci derece yakınlarının duygusal, fiziksel, cinsel baskı ve şiddetine maruz kal-

maya devam etmektedir.

Psikiyatri polikliniklerine başvuran şiddet mağduru kadınlarda en sık rastlanan tanı *Travma Sonrası Stres Bozukluğu* oluyor. Uzmanlar, tavgmalarına maruz kalan herkesin mutlaka etkilendiğini, kimsenin travmaya bağışıklık kazanamayacağını söylüyorlar. Diğer yandan etkilenme dereceleri-dozları farklı olabiliyor. Hastalık düzeyinde olmayan değişiklikler de bu kadınların hayatlarını olumsuz yönde etkiliyor. Hayatla ve kendisiyle ilgili temel düşünceleri bozulan, kendini çaresiz hisseden şiddet mağduru kadın, intihar edebileceği gibi öfke ile şiddet uygulayana öldürmeye de girişebilir.

Depresif bozukluklar, somatoform bozukluklar; dissosiyatif bozukluk-çoğul kişilik bozukluğu gibi hastalıklar da şiddetle bağlantılı olarak şiddet gören kadınlarda görülüyor. Uzmanlar tedavi için ilk adımın, olayın varlığının tanınması olduğunu söylüyorlar. Unutmamalıyız ki hiç kimse şiddet ve onun sonuçlarına tek başına karşı koyamaz. Şiddete maruz kalan kadınların psikiyatrist; psikiyatri hemşiresi, psikolog gibi profesyonellerden yardım almaya çalışması gereklidir.

Kadınlar şiddeti birbirlerinden yalıtılmış olarak, tek başlarına, evlerinde, özel alanda yaşar. Tedavide şiddet gören kadının kendini değiştirebilmesi; değiştirme kapasitesi, başa çıkma becerileri ve sosyal destek gibi üç önemli faktörün etkinleşmesiyle mümkün oluyor. Mağduru destekleyen, mağdurun güçlenmesini sağlayacak yaklaşımları içeren bir psikoterapi süreci, şiddet mağduru kadının durumla başa çıkmasını sağlayacak etkenlerden biri olabiliyor. ♀

Çocuğumu göremiyorum

Figen Hanım,
Beni sürekli döven eşimden ve mecburen çocuğumdan ayrılarak kendi maaşla bir ev tuttum. İki yıldır evimin eşya eksiklerini tamamlamakla uğraştım. Kendime yeni bir hayat kurdum ve artık çocuğumu yanıma almak istiyorum. Ancak eşim çocuğumu görmeme izin vermiyor, biz mahkemede boşanmadık, eşimden gizli, görünmemin yardımıyla çocuğumu görüşebiliyorum. Bu zamanlar da çok az ve çocuğumu çok özliyorum. Kimi zaman kendimi kötü hissediyorum, çocuğumun hasta mı, iyi mi olduğunu bilememek beni çok üzüyor. Çocuğum on yaşında bir erkek çocuğu. Eşim, benim tekrar evlenmem durumunda çocuğuma üvey baba getireceğimi düşündüğü için, onunla görüşmemi tümüyle yasakladı. Boşanmaya da yanaşmıyor. Zaman zaman eve geri mi dösem diye düşünüyorum ve böyle zamanlarda kendimi çok daha kötü hissediyorum.

Nilgün Ş./ Bursa

Şu futbol maçlarıyla mafya dizileri

Benim sorunum futbol maçları ile şu iki üç yıldır sürmekte olan mafya dizileri. Oğlum geçen gün kendisinden su isteyen babasına "ne, bana ha, ben ha, kızkardeşimden niye istemiyorsun, ben kız mıyım" demez mi? Biz ne kadar uğraşırsak uğraşalım, hem arkadaşları, hem de televizyonda öğrendikleri yüzünden oğlum, bir kabadayı gibi yetişiyor. Çevresini seçmesi konusunda bizim de müdahalemiz olabilir belki ama televizyondan seyrettiklerine nasıl engel olacağız?
Futbolculara hep kötü anlamlar yüklüyorlar. Hergün saatlerce, o sahada olan bitenlerin bir erkek için ne anlama geldiği tartışılıyor televizyonda. Mafya dizilerindeki dehşetin ve şiddetin yanında, kahramanların kadınlara yaklaşım tarzları çok kötü. Ne yapacağımı bilemiyorum.

Selma K./ İstanbul

İşyerinde dedikodular bitmek bilmiyor

Ben 10 yıldır bir fabrikada işçi olarak çalışıyorum. İşçilikten ustabaşılığa geçmem tahmin edeceğimiz gibi mümkün olmadı. Benden kıdemli ya da benimle eşit kıdeme de sahip olsalar erkek arkadaşlarımız bu göreve daha çok layık görüldüğünden... Ben işyerinden, çalışmaktan çok sorunu olan bir kadın değilim. Ancak birçok konuda bir fikir birliği olmayışı, zor durumlarda arkadaşlarımızın birbirlerine cephe almaları ve üstelik birbirlerinin arkalarından konuşmaları çok canımı sıkıyor. Neyi kiminle, nasıl paylaşacağımı inanmıyorum. Çok masum bir sözüm, iki hafta sonra kulağıma -sanki kulaktan kulağa oynanmış gibi- bambaşka bir halde geliyor. Üstelik bazen benim sözüm olduğu bile belli olmuyor. Ben bu kadar masum durumlarda bile sözlerimin çarpıtıldığını görünce, bu işi bilinçli yapanların nasıl ortalığı karıştırabileceklerini tahmin edebiliyorum. Üstelik herkesin birbirine küs, temkinli olduğu bir işyerinde, haklarımızı nasıl kazanırız?

Ayşe Y. / İstanbul

Aynı yola devam

Nilgün Hanım, vermiş olduğunuz mücadeleden dolayı öncelikle sizi kutlamak istiyorum. Şunu bilmelisiniz ki yaşadığımız bu yaşamsal sorunlar, sizin gibi bir çok kadının da problemleridir. Kadınlar, boşanmak, ayrı bir eve sahip olmak, çocuğunu yanına alabilmek gibi aşamaları, hayatlarının en acı dönemleri olarak yaşıyorlar. Aslında bitmiş bir ilişkiden sonra, yeni bir hayata atılırken bu kadar acı çekmenin hiçbir anlamı yok. Buna karşılık erkekler, ellerinde kalan son iktidarı da kullanmak isteğinden kendilerini alamıyor olmalı. Kadınlar, evlilik gibi üzerinde çok düşünülmesi gereken bir birlikteliğe hem avantajlı başlıyor, hem de bazen kendi istekleri o yönde olmasa da mecbur bırakılıyorlar. İstekli olsalar da eşleri beledikleri gibi çıkmadığında ondan ayrılıp kurtulmak mümkün olmuyor. Eşlerinin baskısı, yaşanan büyük anlaşmazlıklar, dayığa, işkenceye dönüştüğünde, bu kez de bazen çocuklarının varlığı nedeniyle boşanamıyor, evden uzaklaşmıyorlar.

Benim size tavsiyem, bugüne kadar başardıklarınızı bir kez daha gözden geçirmenizdir. Size destek veren arkadaşlarınızla dayanışmanız, kanuni süreci başlatarak mücadelenize devam etmenizdir. Benim bu boşanma süreçlerinde dikkatimi çeken bir şey var. Birçok erkek, eşi yaşadıklarına dayanamayıp evi terk ettiğinde, o eski içi boş cesaretlerini hemen kaybediyorlar. Çocukları kullanarak tehdit yoluna başvurmalarının nedeni de çoğunlukla bu. Siz mücadelenize devam edin, zafer sizin olacaktır, göreceksiniz.

Televizyonu kapatın o zaman!

Selma Hanım, bildiğimiz gibi biz kadınların yaşadıkları problemlerin birçoğunun nedeni erkekler. Bu erkekler dünyaya, kadınların hayatlarını daha kötü hale getirmek için çeşitli özelliklere sahip olarak doğuyorlar. Onlara evdeki işleri kadınların yaptığı, eve para getirenin erkekler olduğu, kadınların zayıf ve erkeklerin güçlü olduğu, kadınların dövülebileceği, horlanabileceği, aşağılanabileceği sonradan öğretiliyor. Bu öğrenme sürecinde bazen evdeki kadınlar da etkili olabiliyor, erkeklerin her şeyi daha iyi bildiğini, son kararı ancak onların verebileceğini düşünen kadınlar... Selma Hanım, sizin gibi kaygıları olan kadınlar, geleceğin farklı erkeklerini yaratabilirler. Çünkü, çocukların gelişiminde ergenliğe kadar olan dönem büyük önem taşıyor. Benim tavsiyem, radikal biçimde televizyonu düğmesini kapatmanız ve onlara rahat zaman geçirebilecekleri daha güzel alternatifler sunmanızdır.

Bu işten kimler çıkar sağlıyor?

Sayın Ayşe Hanım,

Dedikodudan rahatsız olduğunuz belli. Bazen dedikodu denen şey, kimsenin elinde olmadan, küçük katkılarla büyür, büyür, sonuçta bir dedikodu olduğu bilinir ama sözü kimin bu hale getirdiği anlaşılır. Sizin başınıza gelen de buna benziyor. Önemli olan günümüzde toplu olarak, belli haklarımızın elde edilmesi için ortak mücadele edebilmektir. Bu mücadelenin önündeki en büyük engellerden biri ise, günümüzde sanki artık sözün değerinin de kalmamış olmasıdır. Çalışma ortamlarında kendi kişisel çıkarlarına odaklanan kişiler arttıkça, toplu hareket etmenin önünde de büyük güçlükler ortaya çıkar. Diğer yandan eğitimsizlik, başkalarının hayatına yönelen sorumsuz bir merak duygusuna neden olur. İnsanların kendileri için yaşamsal önemi olan konulara değil, birbirlerini rahatsız edecek bilgilere yönelmeleri, siz şöyle bir düşünün, acaba kimlerin işine yarıyor olabilir?



RENKLERİN DİLİ

Balkonunuzu veya bahçenizi çiçeklerle renklendirmek istiyorsunuz. Renklerin ruh hallerimiz üzerinde olumlu, olumsuz pek çok etkileri var. Bunları bilerseniz kendi durumunuza en yakın bitkiyi seçebilirsiniz.



Kırmızı: Kan, güneş ve alevi hatırlatan kuvvetli, dinamik ve hareketli bir renktir. Uzun süre seyredildiğinde sinirlerde gerginlik yapar.

Turuncu: Sıcak renk olmakla birlikte fazla dinamik değildir. Kısa süreli seyredildiğinde sıcak ve ferah duygular uyandırır.

Sarı: Sevinç uyandırıcı, rahatlatıcı, ferahlatıcı bir renktir. Uzun zaman seyredildiğinde sinir ve dolaşım sistemini olumlu yönde etkiler.

Yeşil: Dinlendirici, huzur ve ferahlık veren, sevecen bir renktir. Hayatı ve canlılığı temsil eder. Yemyeşil, geniş çim ve çayırılık alanlar, huzur, sağlık, neşe kaynağıdır.

Mavi: Sınırsızlığın ve sonsuzluğun sembolüdür. Serinlik, huzur ve ferahlık verir. Rahat düşünme ve çalışma olanağı sağlar. Sürekli kapalı havada bulunmak insan ruhunu daraltırken, göz alabildiğine mavi deniz ve gökyüzü, insan ruhunu ferahlatıcı etkiye sahiptir.

MUHABBET KUŞLARININ BAKIMI

Kafeste kuş beslemek yerine kuşları doğal ortamlarında dinleyip seyretmek en iyisi ama siz yine de bir muhabbet kuşu aldınız.

Muhabet kuşlarının bakımları kolaydır ama bünyeleri çok narin olduğundan yine de dikkatli olmak gerekir. Ne fazla soğuk ne de fazla sıcak severler. Ilık ortam onlara göredir. Yem ve suları her gün değiştirilmelidir. Kafesleri temiz tutulmalıdır. Muhabet kuşlarının banyoları, genellikle yaz aylarında yapılmalıdır.



Temiz bir dünya herkesin sorumluluğunda

Alışveriş yaparken aklınızda şu düşünce olsun: "Buna gerçekten ihtiyacım var mı, evde bunu koyacak yerim var mı?" Unutmayın, fazla eşyalar evde bizi rahatlatacak boş alanları tüketirler.

Bir şey alırken şüpheci olun. Aldığınız ürünün nereden geldiğini, içinde neler olduğunu mutlaka sorun.

Eski eşyalarınızı atarken "Buna ihtiyacı olabilecek birileri var mıdır?" diye düşünün. Aynı şekilde sizin ihtiyacınız olan bir şey de başkasının evinde kullanılmadan duruyor olabilir. Bir şey satın almadan önce tanıdıklarınıza ihtiyacınızı söyleyin. Mutlaka bir yerden işinize yarayacak bir şey gelecektir.

Alışverişinizde, malın bize gelene kadarki yolunu hesaba katarak alım tercihinizi yapın. Yerli eşdeğeri olan tonlarca tüketim maddesi her gün dünyayı dolaşarak yeni tüketiciler arıyor. Yerel mal hem yerel ekonomiyi, hem çevreyi korur.

En iyi atık, üretilmemiş atıktır. Tüm alışverişlerde paketi en az olan ürünü tercih edebiliriz. Daha az paket, daha az enerji, daha az atık ve daha az kirlilik demektir.



Depozitolu ve yeniden kullanıma uygun ürünleri tercih etmekte yarar var.

Alışverişe çıkarken kendi bez torbanızı veya alışveriş torbanızı yanınızda götürün.

Ulaşımında toplu taşıt araçlarını ve yakın yerler için de bisikleti ve yürümeyi tercih edin. Böylece hem sağlığınızı, hem de çevreyi korumuş olursunuz.

Buğday Dergisi, Yıl: 2002, Sayı 13-16

DUVARLARINIZI DA SÜSLEYİN...



MALZEMELER

* Ören Bayan 12 No'lu nakış yumakları, renkler beyaz, mavi (580, 583, 584), kırmızı (90, 76), kahverengi (116, 3, 604x 602), yeşil (671, 674, 505, 999, 630, 596, 122, 54, 55), sarı (137, 610), pembe (106), mor (762, 82).

* Nakış iğnesi

KULLANILAN İŞLER

* Sarma işi, sap işi, düğüm işi, zincir işi, fantazi çin iğnesi

YAPILIŞI

* Soldaki şemayı takip edin.

BELKIS ŐEVKET



Doęulu kadınların da batılı hemcinsleri gibi bilimin ilerlemesine seyirci kalmadıklarını göstermek amacıyla, Osmanlı Müdafaa-i Hukuk-u Nisvan Derneği'nin bir üyesi olarak 18 Kasım 1913 tarihinde Teyyare Okulundan Fethi Bey'in kullandığı uçakla uçtu. İslam dünyasında uçağa ilk kez binen ve fotoğrafı ilk yayınlanan kadındı.

“Fakat yere nüzul ettiğimiz (indiğimiz) zaman gönlümde bir mahzunluk vardı. Kalbim, ruhum daha çok gezmek, hatta uzaklara ötelere gitmek istiyordu. Evet hemşirelerim bu seyahat keşke pek çok devam etseydi.”