

GÖLYAKA ANAOKULU



PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK

VE

REHBERLİK BİRİMİ

VELİ BÜLTENİ

ARALIK/2020

SAYI : 3

KONU: ÇOCUKLARDA MAHREMİYET EĞİTİMİ

Son yıllarda çocuklara yönelik şiddet ve cinsel suistimal haberlerini neredeyse hergün duyar olduk. Bu durum hepimizi endişelendirdiği ve alarma geçirdiği gibi, çocuklarımızı bilinçlendirme konusunda neler yapabiliriz sorusunu da gündeme getirmektedir.

Peki bizler aileler olarak çocuklarımızı korumak ve bilinçlendirmek konusunda neler yapabiliriz? Bu bültenimizde buna değindik.

Mahrem: Başkalarına söylenmeyen, gizli.

Mahremiyet: Kişisel gizlilik. Bir anlamda buna, insanın dokunulmazlığı da denebilir.

Mahremiyet eğitimi, cinsel kimlik gelişimi ile çocuğun, kendisinin ve diğer insanların kişisel alanı olduğunu öğrenmesi, bu alana saygı duyması, bedenini tanıması, korumayı öğrenmesi, sağlıklı sınırlar koyabilmesi, kendisi ve karşı cinsle ilgili gelişim farklılıklarını öğrenmesi ve ruhsal gelişimini sağlıklı bir şekilde tamamlayabilmesi için gerekli bilgileri içerir. Bu kavram toplumdaki topluma, kültürden kültüre, farklı inançlara göre çeşitli anlamlar kazanabilir. Bu nedenle mahremiyet eğitimi, ilk olarak evde başlar, okulda desteklenir.

Anne baba olarak, çocuklarımızın yaşantılarındaki pek çok soruyu rahatça yanıtlarken cinsellik ile ilgili sorularını rahat ve doğal yanıtlama konusunda zorlanırsınız. Oysa ki anne babaların, çocuklarının sorularına kendilerinden emin, rahat, net ve çocukların ihtiyacı kadar yanıt vermeleri, çocuğun sağlıklı ruhsal ve cinsel kimlik gelişimi açısından oldukça önemlidir.

PEKİ ANNE-BABA OLARAK BU EĞİTİMİ NE ZAMAN VERMELİYİM?

Mahremiyet eğitiminde, çocuğun kendi fiziksel özelliklerini, karşı cins ile olan farklılıklarını, bedeninin biricik ve ona ait olduğunu, kendi izni olmadan hiçkimsenin bedenine dokunamayacağını, kişisel sınırları ve bedenini nasıl koruyabileceğini, iyi ve kötü dokunuşları öğretmek amaçlanır. Bunları öğretmek için en uygun zaman çocuktan cinsel kimliği ile ilgili sorular gelmeye başladığı zamandır. Çocuğun, sorular sorması, genital organını keşfetmesi, yaptıklarının çevre tarafından nasıl algılandığını anlamaya çalışması, bu eğitime ihtiyacı olduğunu gösterir. Mahremiyet eğitimi, çocuğun bu keşifleriyle başlayıp uzun yıllar alabilen bir süreçtir.

Freud'a göre cinsel kimlik gelişimi/mahremiyet algısı, 3-6 yaşları arasındaki fallik dönemde

başlar. Erikson'a göre okul öncesi dönem içerisinde (4-6 yaş) çocuk cinsiyet farklılıklarını keşfeder, bu konuda sorular sormaya başlar. Çocuğu sorduğu sorulardan dolayı azarlamamak, girişimlerine engel olmamak, çocukta suçluluk duygularının gelişmemesi için gereklidir. Mahremiyet kavramı öğretilirken suçluluk duymasını sağlayacak "ayıp" kelimesinden uzak durulmalıdır. Çocuğun girişimlerini destekleyerek, sorduğu sorulara anlayabileceği biçimde uygun cevaplar vermek, çocuğun kişilik gelişimine olumlu etki edecektir.

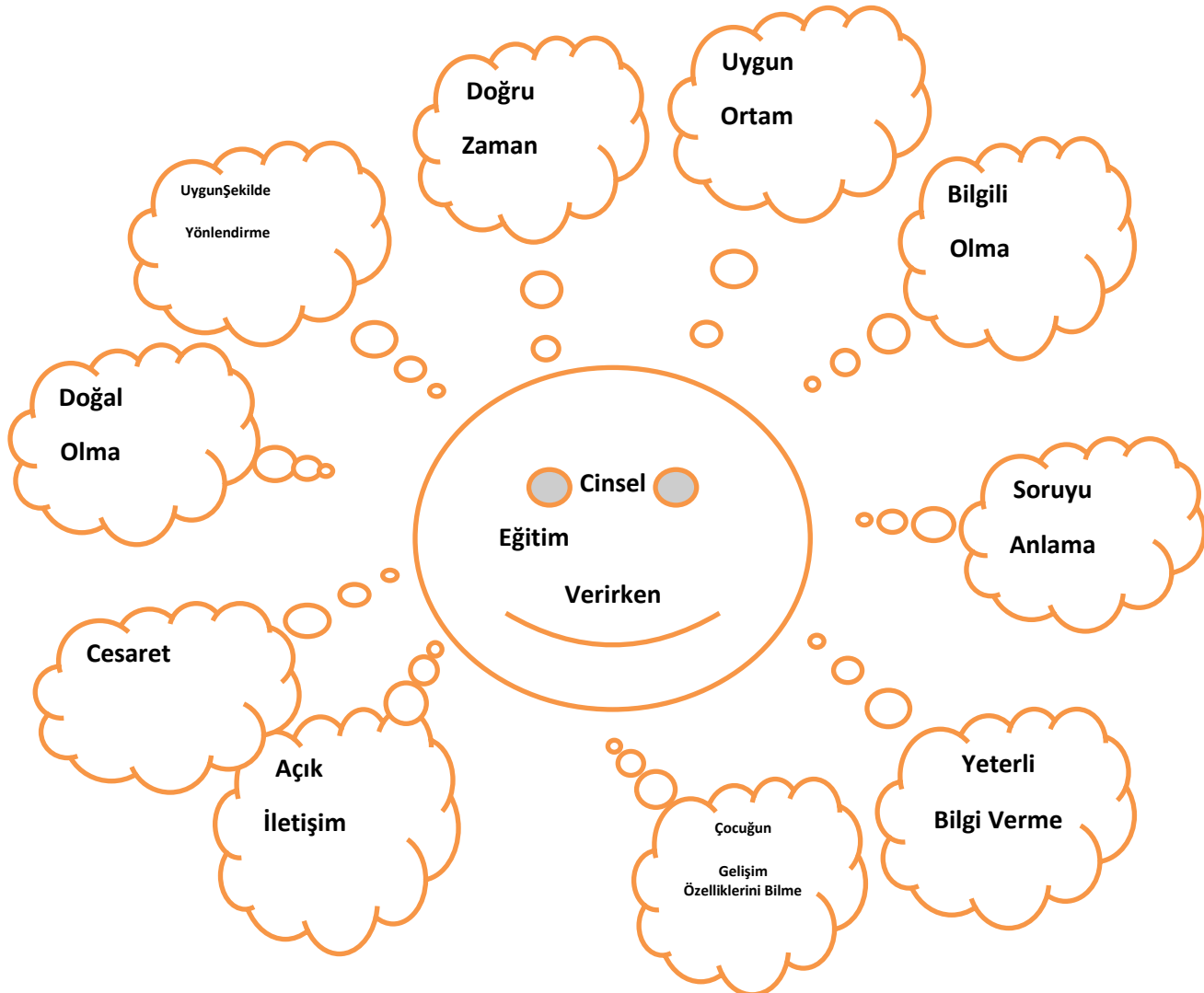
BENİM ÇOCUĞUM MERAK ETMİYOR DEMEYİN!

Çocuğun soru sormaması merak etmediği anlamına gelmez, yalnızca konuşmak için uygun fırsatlar yaratılmamıştır ya da çekiniyor olabilir. Merak, çocuk için olağan bir süreçtir. Bu merakın en doğru şekilde giderilmesi çocuğun gelişiminde çok önemlidir. Çocuğunuzla güven duygusuna dayalı bir ilişki kurun. Eğitim için fırsatları değerlendirin ve merak ettiği şeyleri sorması için yüreklendirin. Çocukların sorularına aile tarafından karşılık verilmesi çocukların kendi ve çevrenin sınırlarını tanımaları ve korumalarında önemli etkiye sahiptir.

Cinsel kimlik gelişimine katkı sağlayacak, merakını giderecek yaşının gerektirdiği kadar bilgisi olmayan bir çocuk, ileriki yaşlarda karşı cinsle olacak sosyal-duygusal ilişkisinde çekingen, güvensiz bir tutum sergileyebilir, merak ettiği soruların yanıtını bulmak için yanlış bilgi kanallarını seçebilir. Bu nedenle, "benim çocuğum hiç soru sormuyor neyse ki" demek yerine iyi gözlem yapıp, gerektiği kadar bilgi paylaşmak önemlidir.

Çocuklara okul öncesi dönemde verilecek olan mahremiyet eğitiminin çerçevesi ne olmalı?

- _ Özellikle kendi fiziksel özellikleri hakkında bilgi vermek,
- _ Karşı cinsten hangi açılardan farklı olduğunu aktarmak,
- _ İyi ve kötü dokunuşları ayırt edebilmesini öğretmek temel yaklaşımdır.

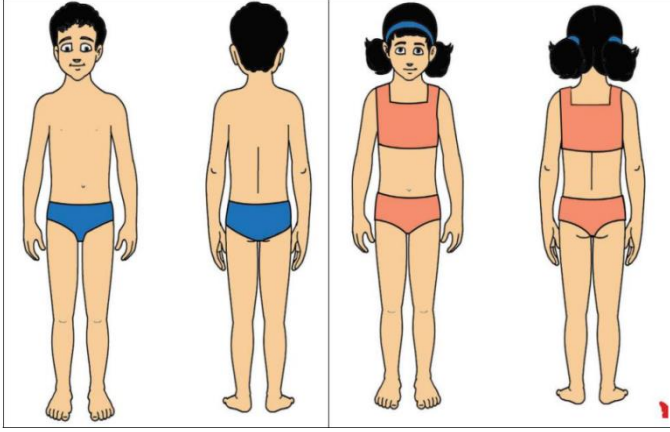


MAHREMİYET EĞİTİMİNDE DİKKAT EDİLMESİ GEREKENLER

- Çocuk sorularla gelirse de cinsellik hakkında konuşulmalıdır. **Cinsellik hakkında konuşmak** yetişkin cinselliği hakkında konuşmak değildir. **Çocuğun cinsel istismardan korunması**, doğru bilgileri edinmesi, kendine güvenmesi ve ileride sağlıklı bir cinsel hayatının olması için **çocuğa cinsel eğitim vermek** büyük önem taşımaktadır. Merak ettiği soruların yanıtlarını anne-babasından öğrenemezse, güvenilir olmayan kaynaklardan öğrenmeye çalışacağı (arkadaşlar, televizyon vb.) unutulmamalıdır.
- Çocuk soru sorduğunda geçiştirmeden, merakını giderecek düzeyde kısa ve net yanıtlar vermek gerekir. Eğer merakını sizin cevaplarınızla gideremezse güvenilir olmayan şekillerde gidermeye çalışacaktır.
- Çocuk soru sorduğunda cevap vermeden önce biraz konuşması sağlanmalı. *“Sen ne düşünüyorsun?”* diye sormak ne bildiğini öğrenmek için iyi bir fırsattır.
- Çocuğun asıl merak ettiği şeyi iyi anlamak ve bu nedenle önce onun ne düşündüğü bulmak önemlidir. Böylece çocuğunuzun, sağdan soldan duymuş olduğu gerçek dışı bilgileri düzeltme fırsatı bulunmuş olur.
- Eğer soruları çocuğunuzun düzeyine göre nasıl cevaplayacağınızı bilmiyorsanız dürüstçe bunu onunla paylaşmalı ve en kısa zamanda öğrenip geri dönüş yapmalısınız. Bu noktada çocukların yaşlarına uygun resimli kitaplardan faydalanabiliriz.
- Çocuk soruyu hangi ebeveynine soruyorsa o cevap vermeli, kızlara anneler erkeklere babalar gibi bir ayırım yapılmamalıdır.
- Sorduğu sorunun cevabı anne-baba tarafından bilinmiyorsa *“Bilmiyorum ama birlikte öğrenelim”* diyerek çocuğun sorusunun cevabı birlikte araştırılabilir. Anne-baba cevabı biliyor ancak nasıl açıklanacağı konusunda tereddüt ediyorsa, dürüstçe *“Anlayabileceğin şekilde cevap vermek için biraz düşünmek istiyorum. Bu konuyu yarın seninle tekrar konuşalım.”* demeli ve çocuğun sorusunu en kısa sürede cevaplamalıdır.
- Bu yaşta çocuğun kendi ya da arkadaşının genital organına bakması, dokunsal oyunlar oynamak istemesi gelişim dönemi özelliğidir, doğaldır. Onların merakla karışık bu doğal süreçlerine biz anne babaların farklı anlam yüklemesi, kaygıyı arttırmaktan başka bir işe yaramaz.
- Evin içerisinde özel alanların varlığını hissettirin. Yatak odası, banyo ve tuvalet gibi yerlerde kapıların çalınması, izinsiz çocuğun odasına girilmemesi ve bu konuda başta ebeveynin model olması gerekmektedir.
- Çocuğa sormadan ona sarılmak, öpmek, özel bölgelerine dokunarak sevmek, aşkım bitanem gibi kelimeler kullanarak seslenmek, yabancılarla konuşması ve temasa geçmesi konusunda zorlamak(kucağına vermek), çocukları dudaktan öpmek, başkalarının yanında iç çamaşırlarını değiştirmek, çocuğun yanında giyinip soyunmak... çocuğun cinsel kimlik gelişimi ve bedeninin dokunulmazlığını zedeleyen tutumlardır.

1)Özel Bölgeleri Tanımlama-"Dokunulması Yasak Olan Yerlerim" Refleksi:

ÖZEL BÖLGELERİMİZ



“Atlet ve şortumuzun, mayomuzun kapattığı yerlerimiz bizim özel yerlerimizdir.” açıklaması yapılabilir.

Vücudun kişiye özel olan bölgeleri, bu bölgelerin gizlenmesi gerektiği çocuğa iki yaşından itibaren yavaş yavaş anlatılabilir. Bu alanın başkalarından gizlenmesi ve anne-baba ve doktorlar dışında bu bölgeye kimsenin dokunmaması gerektiği çocuğa öğretilmelidir. Ayrıca yabancı kişilerin vücutlarına dokunamayacağına, dokundukları takdirde kimden ve nasıl yardım isteyebileceklerini de anlatmak gerekir.

2) İyi Dokunma – Kötü Dokunma:

Çocuklar, uygun ve uygunsuz bedensel temasın farkını her zaman ayırt edemeyebilirler.

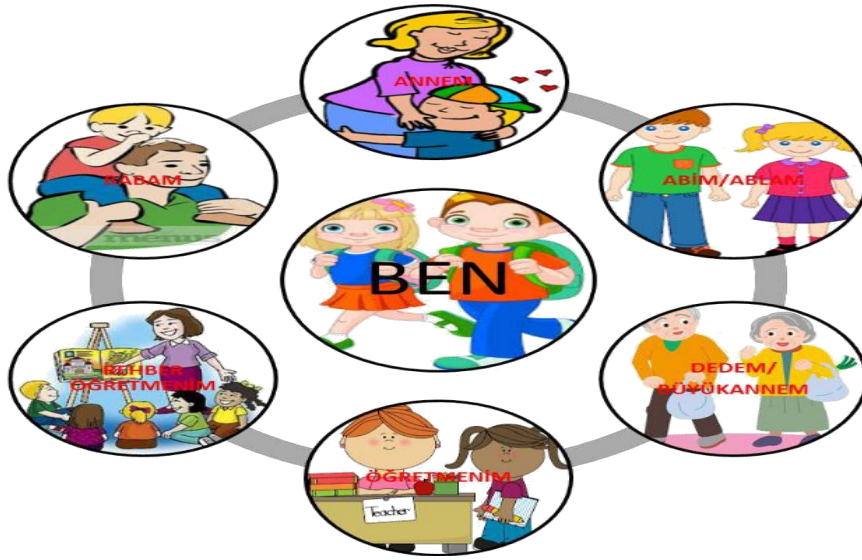
İyi dokunmayı; annenin babanın sana sarılması seni öpmesi ve senin bundan rahatsızlık duymaman, **kötü dokunma** ise tanıdığın ama özel bölgelere dokunma izni olmayan kişilerin ya da yabancıların sana sarılması, dokunması ve senin bundan rahatsız olman” şekliyle tanımlayın ve çocuğunuza, “başkalarının onun vücudunun özel kısımlarına bakmasının veya dokunmasının ya da bunu istemesinin doğru olmadığı” vurgusunu tekrar tekrar yapın.



3) İyi Sırlar- Kötü Sırlar:

Gizlilik, cinsel istismar yapan kişilerin en sık başvurdukları taktiklerden biridir. Çocukları endişelendiren, rahatsız eden, onları ürküten ya da üzen tüm sırlar kötü sırdır ve saklanmamalıdır; tam tersi güvenilir bir yetişkine (anne-babaya, öğretmene, polise, doktora) anlatılmalıdır denebilir. Aileler çocukları kötü sırları kendileriyle paylaşması için teşvik etmelidir. Ama kötü sırlar paylaşıldığında endişeyle çocuğa sert tepki verilmemelidir. Çünkü çocuk sizin tepkilerinizden çekinip başına gelen üzücü olayları sizinle paylaşmayabilir!

GÜVEN ÇEMBERİ



4) Başkalarının Yanında Kıyafet Değiştirilmemesi:

"Daha küçük" diye düşünerek çocuğu iç çamaşırına varıncaya kadar başkalarının önünde soyup giydirmek doğru değildir. Ayrıca anne-babanın da çocuğun görmeyeceği bir alanda giyinip-soyunması da çocuğun bütüncül bir mahremiyet duygusu geliştirmesi açısından önemlidir

5) Banyo Yaptırırken:

Temizlerken ya da kıyafetlerini değiştirirken gözleri kısıyarak ya da başı hafif yana çevirerek özel alanlara saygı gösterdiğimizi hissettirmek çocuklarda mahremiyet duygusunun gelişmesine katkı sağlayacaktır.

Yedi yaşından sonra banyoda çocukların kendi mahrem alanlarını kendi temizlemelerine fırsat tanımak da hem sorumluluk hem mahremiyet duygusunun gelişimi açısından güzel olacaktır.

6) Çocukların Cinsel Organını Sergi Objesi Yapmaması

Küçük çocukları cinsel organlarına dokunarak, onları konu yaparak sevmek doğru değildir. Bu durum, onların özel alanlarının ihlalidir. Çocuk bu şekilde başkalarının özel alanlarının kullanılarak onlara şaka yapılabileceği inancını taşır. Ayrıca çocukları cinsel organlarını konu ederek sevmek, onları kendilerini kötü niyetli yabancılardan korumak konusunda etkisiz kılabilir.

7) Ebeveynle ve Kardeşle Yatakları Ayırmak

2 yaşla birlikte çocuk yavaş yavaş bağımsızlığını kazanır ve kendi başına yemek yemeye, yolda kendi başına yürümek istemeye başlar. Bu dönem gelişim olarak da çocuğun odasının ayrılabilceği bir zamandır. Kız ve erkek çocukların odaları, evin fiziksel imkanları yeterliyse ilkökul dönemiyle birlikte ayrılmaları yerinde olacaktır.

8) Odanıza İzin Alarak Girmesi Gerektiğini Öğretme

Çocuklara dört-beş yaştan itibaren anne-babanın odası kapalı ise odaya kapıyı çalarak ve izin alarak girmesi gerektiği öğretilmelidir. Çocuğun odasına girerken kapısının çalınması çocuğa iyi bir model oluşturacaktır.

9) Televizyondaki Sahneler

Çocuklar bu dönemde daha çok taklit yoluyla öğrendikleri için televizyondaki gördüğü sahneleri arkadaşlarının üzerinde deneyebilir. İzlenen TV programlarının içeriğine dikkat etmek gereklidir. Çocuğunun TV'deki sahneyi taklit ettiğini gören anne, çocuğuna aşırı tepki göstermeden, gülmeden bunun hoş bir davranış olmadığını söyleyebilir. Çocuklar anne-babaların kendilerine değil de başkalarına verdikleri tepkiler yoluyla da davranışları öğrenir. Örneğin bir televizyon sahnesinde arkadaşlarının özel alanına şaka amaçlı dokunan kişiye aile seslice kızılabilir. "İnsanların özel yerlerine dokunulması hoş bir davranış değildir" gibi cümleler kurulabilir, böylelikle çocuğumuzda özel alan kavramı pekişecektir.



- ▶ Çocukların, sevdikleri bir insandan gelse bile, bir öpücüğü veya bedensel teması reddetme hakları vardır.
- ▶ Çocuğunuz size bu konuyla ilgili bir şeyler söylediğinde, hele de tanıdığınız kişilerden bahsediyorsa, uyduruyor yalan söylüyor diye düşünmeyin. Cinsel taciz vakalarının büyük çoğunluğunda suçlu kimse; yakın çevremiz - tanıdığımız insanların arasından çıkar.
- ▶ Bazı durumlarda fail bir yabancıdır. Çocuğunuza yabancılarla temasla ilgili basit kuralları öğretin: "asla bir yabancıнын arabasına binme!", "asla bir yabancıdan hediye kabul etme!"
- ▶ Çocuklar yaşları gereği soyut düşünemediğinden kendi yaşamadığı, görmediği, daha önce karşılaşmadığı bir olayı gerçekliğe çok yakın olarak tasvir edemez. Zaman zaman her çocuk hayali şeyler uydurur fakat burada önemli nokta; tarif ettiği şeyin detayı ve gerçeğe benzerliğidir. Örneğin; her çocuk cinsel organları bilir fakat bir kız çocuğu, resimlerinde erkek cinsel organı çok detaylı çiziyorsa bu durum bizi düşündürmelidir!
- ▶ Küçük çocukların, kendilerini tanıyan bir kişi tarafından istismar edildiklerini anlamaları özellikle zordur. İstismarcıların çocuğun güvenini kazanmak için onlara uyguladıkları hazırlama sürecini asla aklınızdan çıkarmayın. Çocukların, kendilerine hediyeler veren, onlar dan bazı konuları sır olarak saklamalarını isteyen veya onlarla yalnız başına vakit geçirmek isteyen kişilerle ilgili olarak ebeveynlerini bilgilendirmeleri evde bir kural haline gelmelidir

YARARLANILAN KAYNAKLAR:

- Duygu Çalışır. *Cinsel Eğitim & Çocukluktan Ergenliğe.*
- Ali Çankırılı. *Anne Ben Nereden Geldim.*
- Yaşam Yanardağ Çelik. *Çocuklar İçin Cinsel Eğitim Öyküleri*

KAYNAK KİTAP ÖNERİLERİ

- ❖ Peter Mayle, "Ben Nereden Geldim?" Sistem Yayıncılık
- ❖ Yard. Doç. Dr. Necla Tuzcuoğlu Yard. Doç. Dr. Semai Tuzcuoğlu "Anne, Ben Nasıl Doğdum?"
- ❖ Beni de Bedenimi de Seviyorum , Rayka Kumru
- ❖ Kızlar, Oğlanlar ve Beden Bilimi , Meg Hickling
- ❖ Bedenim Bana Ait , Pro Familia
- ❖ Anne Ben Nereden Geldim? , Ali Çankırılı
- ❖ Sır Versen Saklar Mısın? , Jennifer Moore Mallinos

- ❖ Kiko ve El
Ben Nereden geldim? Miniklerin Dünyası , Sergi Camara & Teresa Herrero
 - ❖ Anne Bu Ne? , Jülide sevim
 - ❖ Çocuklar İçin Cinsel Eğitim Öyküleri , Yaşam Yanardağ Çelik
Cinsel Eğitim Öyküleri (Yaşam Yanardağ Çelik
-
- ✓ Youtube veya başka kanallardan bu konuda video **İZLETİLME MELİ X** ,inceleme fırsatı buldum .Çocukların yaş düzeyine uygun olmadığı fikrine ulaştım. Okulumuzun yayınlarını takip edebilirsiniz bu anlamda.

 - ✓ Okulumuzun Aile Rehberliği **dijital panosu**,okulumuzun **sitesi** ve **EBA** 'dan gelişmeleri takip edebilirsiniz.

Hicran GÖRGÜN

Psikolojik Danışman ve Rehber Öğretmen

GÖLYAKA ANAOKULU

Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Servisi

