



Çocuklarda Mahremiyet Eğitimi

Psikolojik Danışman
Beyza Türkmen

MAHREMİYET EĞİTİMİ



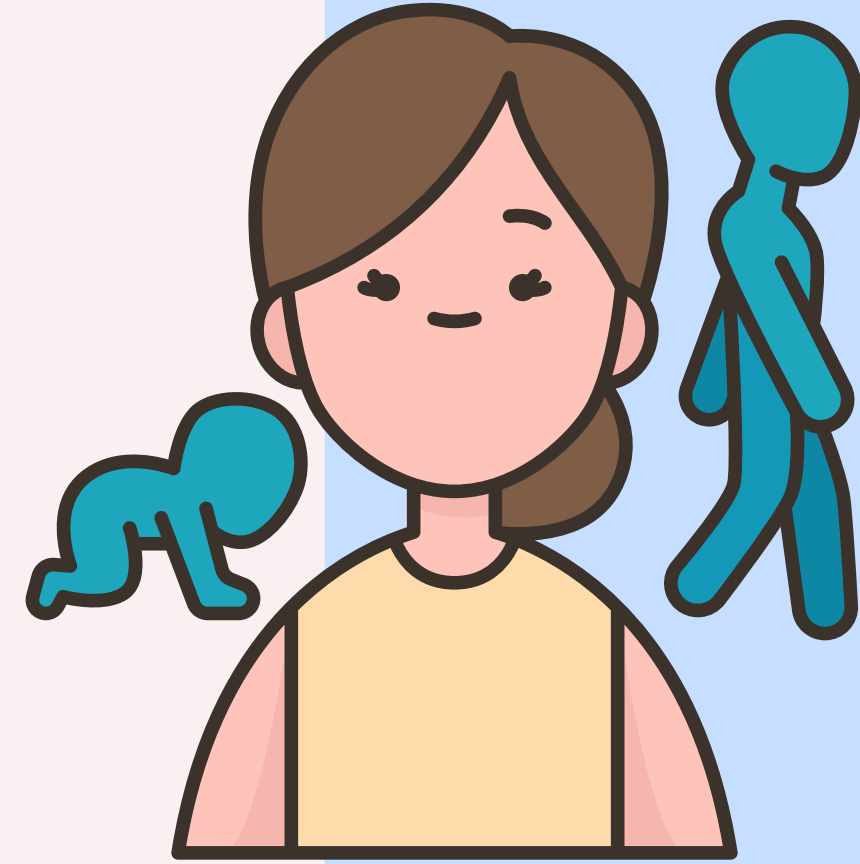
- Anne-baba olarak çocukların yaşantılarındaki pek çok soruyu rahatça yanıtlarken cinsellik ile ilgili soruyu aynı rahatlıkla ve doğallıkta yanıtlayamama durumu ile sıklıkla karşı karşıya kalabilirsiniz.
- Merak çocuk için olağan bir süreçtir. Bu merakın en doğru ve dolaysız şekilde giderilmesi çocuğun gelişiminde çok önemlidir.
- Çocuğunuzla güven duygusuna dayalı bir ilişki kurmaya çalışın. Çocuğunuza verilecek cinsel eğitimde sabırlı ve hoşgörülü olmak, endişeye kapılmamak onun seviyesine inmek, olası değişik söz ve davranışlar karşısında rahat olup anlamaya ve dinlemeye çalışmak güven duygusunu pekiştirecektir.

Cinsel gelişim evreleri

•Çocuğun ilk cinsel duygusu yıkama ve altının değiştirilmesi sırasında ortaya çıkmaya başlar. Erkek çocukları 8.ay kız çocukları ise 10-12.ay itibariyle genital organlarını keşfederler. Kimi zaman tesadüfi dokunuşlarla başlayan haz duygusu ile davranış tekrarlanır.

•**BEBEKLİK (0-3 YAŞ):**
Bebekler cinsel organları keşfetmekten ve dokunmakla oluşan histen hoşlanırlar. Cinsiyet rolü özdeşim süreci başlar.

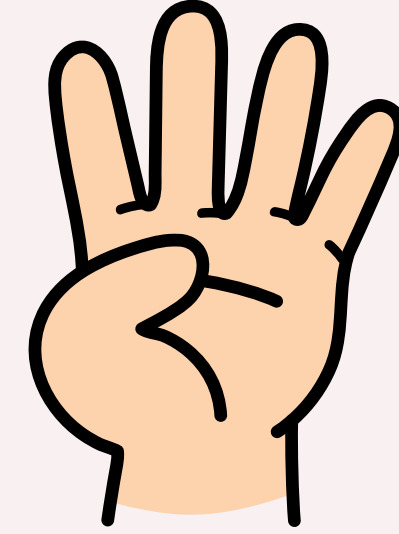
•**ÇOCUKLUK (3-10 YAŞ):**
Çocuklar kendilerine keyif vermeyi ve başkaları ile cinsel oyunları deneyimlerler. Cinsel kelime hazinesi genişler. Bu yaştaki çocuklar cinsiyet rolleri de dahil olmak üzere yetişkinlerin cinsel davranışlarını izler.



Cinsel Gelişim

•4 Yaş Çocukların Cinsel Gelişim Özellikleri:

- Kız ve erkek bedenindeki farklılıkları öğrenmeye çalışır.
- Kendi bedenine ve yetişkinlerin bedenine dokunmak isteme, özel bölgelerini incelemek isteme davranışı görülebilir.
- Kıyafetlerini çıkarıp çıplak kalmak isteyebilir.
- Doğumla ilgili sorular sorabilir.
- Özel bölgelerini başkalarına göstermek isteyebilir.
- Banyo ve tuvalette ailesini görmek isteyebilir.

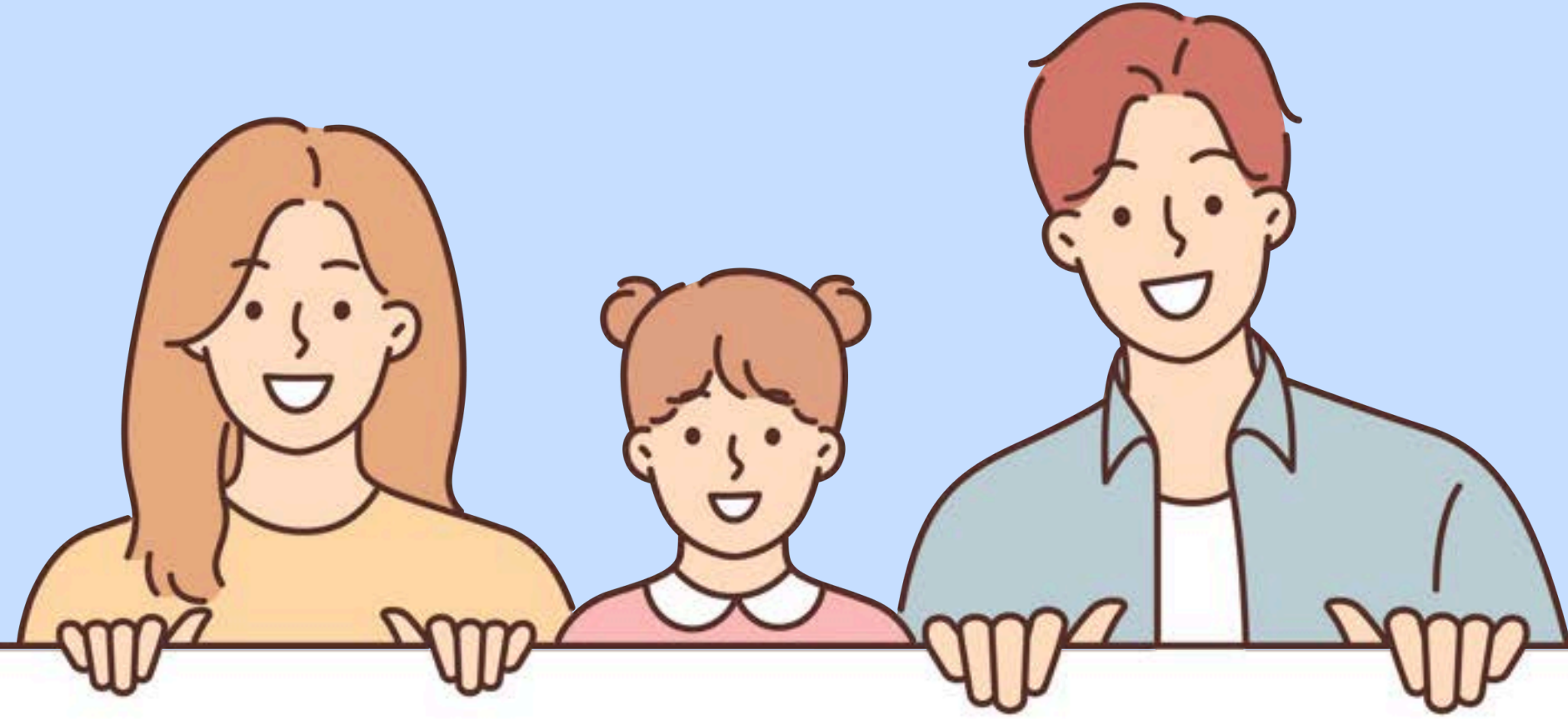


Cinsel Gelişim

•5 Yaş Çocukların Cinsel Gelişim Özellikleri:

- Vücudun özel bölgelerini dile getiren kelimeler kullanabilir.
- Birbirlerinin bedenlerini inceleme isteği gözlemlenebilir.
- Sosyalleşmenin artması ile sevgi-evlenme kavramlarından bahsedebilir.
- Birbirlerine dokunma, öpme isteği duyabilir.
- Karşı cinse özgü davranışlar sergileyebilir.
- Özel alanlar netleşmeye başlar. Bu nedenle banyo yaparken, giyinirken ya da soyunurken utanma davranışı gözlemlenebilir.
- Oyunlarda ilk tercihi kendi cinsiyetinden arkadaşlarıdır.



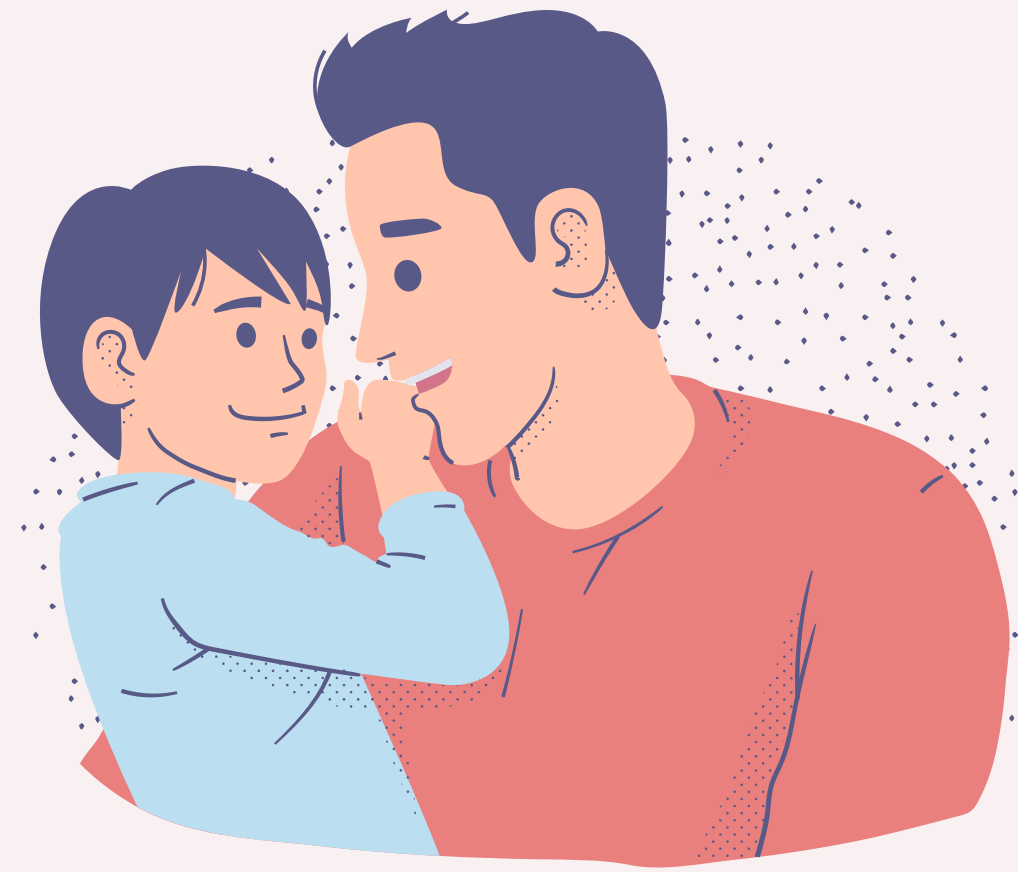


MAHREMİYET NE ZAMAN ANLATILMALI?

- En uygun zaman çocuktan cinsellik ile ilgili sorular gelmeye başladığı zamandır.
- Sorular genellikle "Ben nereden geldim?" ya da bir kardeş bekleniyorsa "Kardeşim nasıl oldu?" gibi sorulardır.
- Ancak çocuğun soru sormaması merak etmediği anlamına gelmez yalnızca konuşmak için uygun fırsatlar yaratılmamıştır.

MAHREMİYET NASIL ANLATILMALI?

- Okul öncesi dönemde, çocuğun kendi fiziksel özelliklerini, karşı cins ile olan farklılıklarını, bedensel sınırları, iyi ve kötü dokunuşları öğretmek amaçlanır. Bunları öğretmek için en uygun zaman çocuktan cinsellik ile ilgili sorular gelmeye başladığı zamandır. Sorular genellikle “Ben nereden geldim?” ya da bir kardeş bekleniyorsa “Kardeşim nasıl oldu?” gibi sorulardır. Bu tarz sorularda karıncaları, leylekleri örneklendirerek yanıt vermek doğru olmayacaktır. Burada önemli olan çocuğun merakını giderecek düzeyde yanıtlar vermektir.
- Mahremiyet kavramı öğretilirken suçluluk duymasını sağlayacak “ayıp” kelimesinden uzak durulmalıdır. Çocuğa model olmak, mahremiyeti örnekler ile kavramasını sağlamaktır. Çocuğun bir başkasının göğsünü ellemesi, kendi ya da karşı cins arkadaşının cinsel organına bakması tamamen merak içeriklidir.
- Banyonun ve yatak odasının özel alanlarımız olduğunu kapıların kapatılması gerektiğini ve içeri girmek istendiğinde kapıların çalınması, yanıt için beklenmesi gerektiği öğretilmelidir. Davranışın kalıcılığını sağlamak için ebeveynlerin de çocukların özel alanlarına girerken aynı davranışta bulunmaları gerekmektedir.



MAHREMİYET NASIL ANLATILMALI?

- Öpülmekten hoşlanmayan bir çocuğu öpmek ya da ona sormadan davranışı sergilemek özel alanını ihlal etmektir.
- Çocuğa bedeninin kendisine ait olduğu ve bedeni ile ilgili konularda karar vereceği küçük yaşlarda öğretilmelidir.
- Çocukla birlikte banyo yapılmasının veya tuvalet ihtiyacının giderilmesinin bırakmak için en uygun zaman çocuğun çıplaklığa aşırı ilgi duyduğu zamandır. (Genel olarak 2 yaşından itibaren karşı cinsten çocukların yanında çıplak olmamaya özen gösterdiğinde, çocuk kişisel gizliliği öğrenir ve sosyal durumlarda yapılabilecek/yapılamayacaklar hakkında bilgi sahibi olur.)
- Çocuklarda cinsel gelişim başladığı andan itibaren 'iç çamaşırı kuralı' devreye girmelidir.
- Bedenin özel bölgeleri çocuğa açıklanmalıdır. Bu özel bölgelere anne-baba, doktor ve öğretmeninden başkasının dokunmaması ve görmemesi gerektiği anlatılmalıdır, onun da aynı şekilde başka arkadaşlarının izni olmadan bedenlerine dokunmaması söylenmelidir.
- Hoşlanmadığı bir dokunuşta / öpüşte "HAYIR" istemiyorum demesi öğretilmelidir.
- Çocukların iyi sır-kötü sır kavramını öğrenmeleri sağlanmalıdır. İyi sırların mutluluk veren sürprizler; kötü sırların mutsuz eden, rahatsızlık veren davranışlar olduğu açıklanmalıdır.
- Çocukların tanımadıkları yetişkinler tarafından öpülmesi, kucaklanması konusunda zorlama yapılmamalıdır.



EBEVEYNLERE ÖNERİLER

- Çocuklara cinsellik anlatılırken sadece bedensel bir durum gibi anlatılmamalı. "Sevgi" kelimesi de dahil edilmelidir.
- Çocuğa anne-babanın özel bölgelerine dokunması konusunda izin verilmemelidir.
- Çocuklar dudaktan öpülmemelidir. (Cinselliği çağrıştırdığı için çocuğun kafasının karışmasına ve gelişimini olumsuz etkilemesine neden olabilir, anne babası tarafından dudağından öpülen çocuk, başkasının da kendisini dudaktan öpmesinde bir sakınca görmeyebilir.)
- Çocuklar yaşıtları ile cinsel içerikli oyunlar oynadığında tedirgin olunmamalıdır, bu yalnızca meraktan kaynaklanan bir oyundur.
- Çocuklar soru sorduğunda tam olarak neyi kastettiği iyice anlaşılmalıdır. Sorusu mutlaka yanıtlanmalı ancak gelişim seviyesine uygun kısa ve net cümleler olmalıdır.
- Soru sorduğunda sorular geçiştirilmemeli, sorduğu sorudan dolayı yargılanmamalı ya da "Aaa bu çok ayıp, sonra öğrenirsin" gibi cümleler kullanılmamalıdır. Unutmayın ki merak ettiği soruların yanıtlarını anne ve babalardan öğrenemezse güvenilir olmayan kaynaklardan öğrenmeye çalışacaktır.



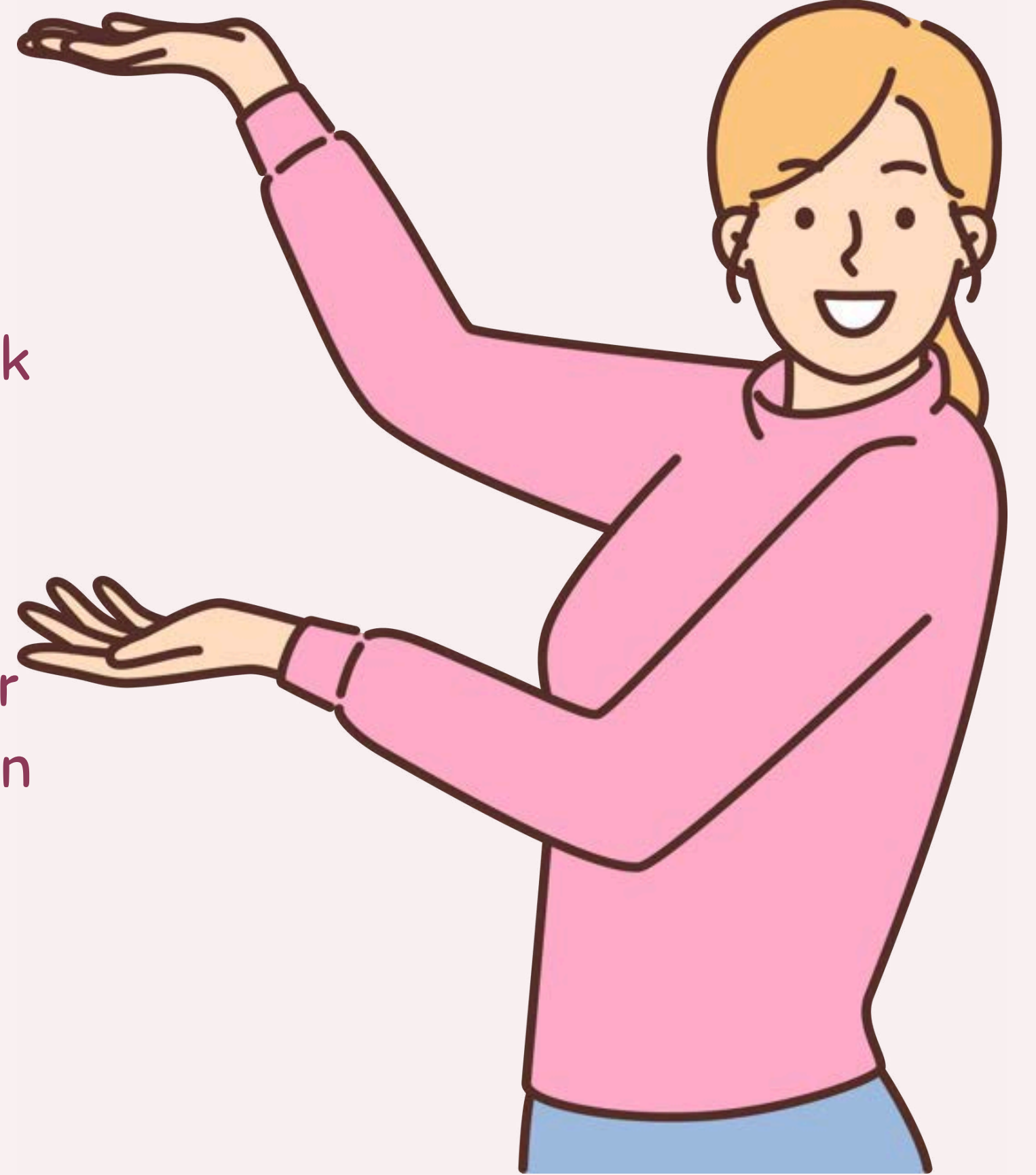
EBEVEYNLERE ÖNERİLER

- Çocuk soru sorduğunda ebeveynlerin cevap vermeden önce biraz konuşması sağlanmalıdır. “Sen ne düşünüyorsun?” diye sormak ne bildiğini öğrenmek için iyi bir fırsattır.
- Anne baba cevabı biliyor ancak nasıl açıklayacağı konusunda tereddüt ediyorsa, dürüstçe “Anlayabileceğin şekilde yanıt vermek için biraz düşünmek istiyorum. Bu konuyu yarın seninle tekrar konuşalım.” demeli ve çocuğun sorusunu en kısa zamanda cevaplamalıdır.
- Resimli kitaplardan yararlanılabilirsiniz.
- Mahremiyet eğitiminde kız çocuklara anne, erkek çocuklara baba tarafından verilmesi düşüncesi doğru değildir. Çocuk kime soru soruyorsa o ebeveynin yanıtlaması gerekir



EBEVEYNLERE ÖNERİLER

- 3 yaş sonrasında çocuklar cinsiyet ayrımını fark etmeye başlar. Bir kız çocuğu bir erkeğin cinsel organını gördüğünde kendininkinden neden farklı ya da eksik olduğunu sorabilir. Bu tarz sorular ile karşılaşıldığında ebeveynlerin çocuklarına "sen kız olarak o da erkek olarak doğdunuz ve senin de onun da hiçbir eksikliğiniz yok." demesi yeterlidir.
- "Ben nasıl dünyaya geldim?" sorusu ile karşılaştığınızda bebekler için annelerin karınlarında özel bir yer vardır, her bebek bu özel yerde bir süre durur ve dünyaya gelmek için hazırlanır gibi yanıtlar verilebilir.
- Çocuklara isimleri ile seslenmek onun için çok önemlidir. Aşkım, birtanem gibi kelimeler kullanmayınız.



Çocuklarınız için eğitici videolar:

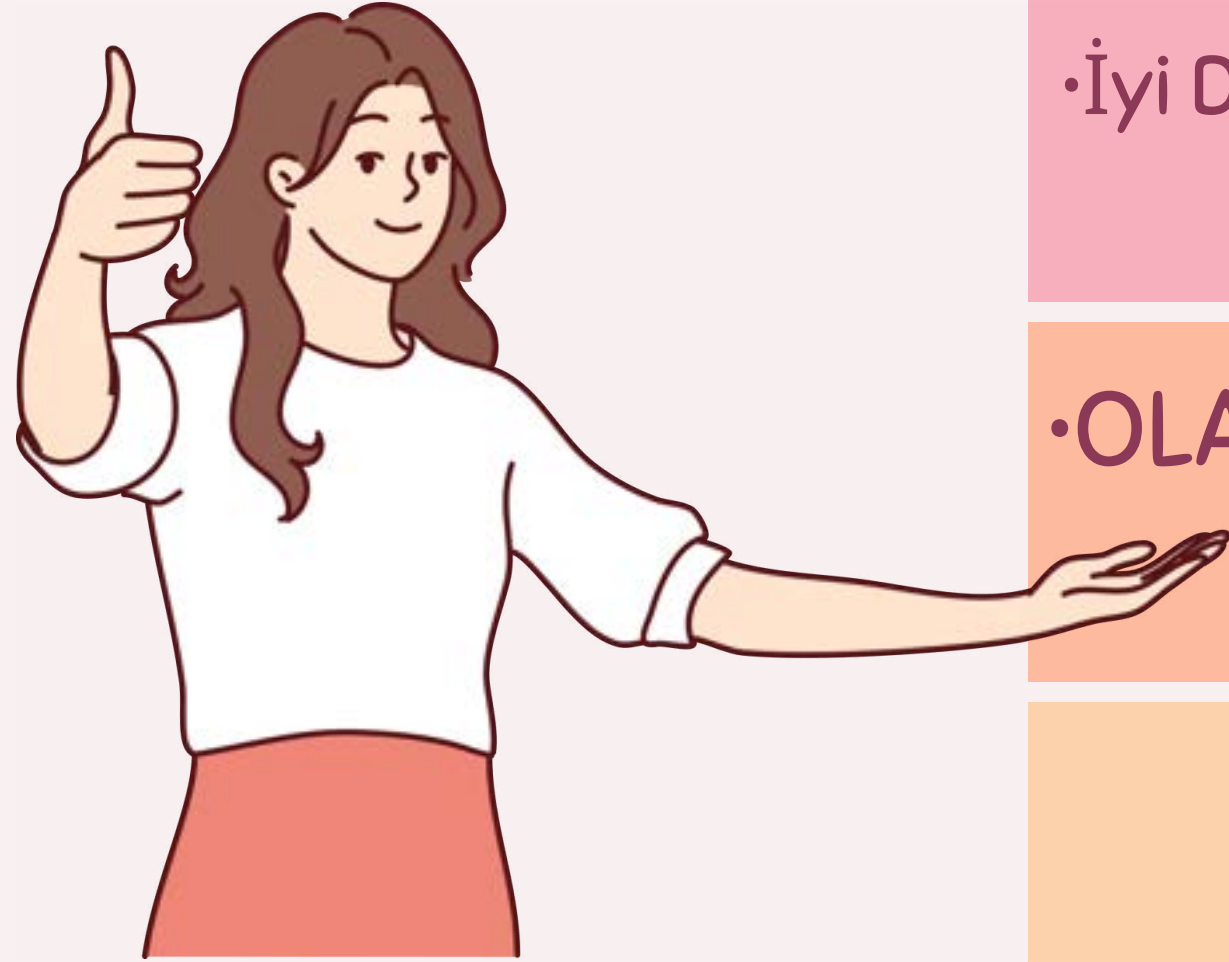


<https://www.youtube.com/watch?v=Le22G2V0sTE> KİKO İLE İÇ ÇAMAŞIRI KURALI

• <https://www.youtube.com/watch?v=E2QZNRtcf9w> ÇOCUKLAR İÇİN ONAY

<https://www.youtube.com/watch?v=mYi-02E3Cjs> BEDENİM BANA AİT

Çocuklarınızla birlikte yapabileceğiniz etkinlik kitapları;



•Cinsel İstismarı Önleme Etkinlik Kitabı, Uzman Gelişim Psikolođu Ayşe Başak ERK

•İyi Dokunuşlar, Kötü Dokunuşlar Kitapçığı, Uzman Gelişim Psikolođu Ayşe Başak ERK

•OLA ile OnbeşDakika: Çocuk İstismarı Güvenlik Aktiviteleri, Onlineanne.com

•HADİ KONUŞALIM, BEDEN SINIRLARI, RIZA GÖSTERMEK&SAYGI DUYMAK: JAYNENN SANDERS, İGLOO YAYINEVİ

YARARLANABİLECEK KİTAP LİSTESİ



- Beni de Bedenimi de Seviyorum –Ebeveyn Çocuk Kitap Seti–Rayka Kumru
- Ben Nereden Geldim, Peter Mayle, Sistem Yayıncılık
- Bana Neler Oluyor?, Peter Mayle, Sistem Yayıncılık
- Çocuklar İçin Cinsel Eğitim Öyküleri, Yaşam Yanardağ Çelik, Net Çocuk Yayınları
- Burcu ve Berk’le Cinselliği Keşfediyoruz, Defne Ongun Müminoğlu, Pegem.Net
- Meraklı Sorulara Doğru Yanıtlar: Kızlar Erkekler Pantolonlar Etekler, İsmihan Artan, Kök Yayıncılık
- Bedenim Bana Ait, Gergedan Yayınları
- Kırmızı Çizgi, Samar Mahfouz Barraaj, Erdem Çocuk Yayınları,
- Bu Beden Benim, Pedagog Ayşen Oy, Mandolin Yayınları,
- Elif Asla Yabancılarla Gitmez, Liane Schneider , İş Bankası Yayınları,
- Çağlar Tanımadığı İnsanlarla Bir Yere Gitmez, Christian Tielman, İş Bankası Yayınları
- Sır Versem Saklar Mısın?, Jennifer Moore Mallinos, Redhouse Kidz Yayınları