

CANDAROĞULLARI ANAOKULU



# VELİ MAHREMİYET EĞİTİMİ

AYŞE CAN  
UZMAN PSİKOLOJİK DANIŞMAN



# ÇOCUK KİMDİR?



## YASALARA GÖRE;

- Daha genç bir yaşta yetişkin sayılma dışında, 18 yaşın altındaki her insan çocuk sayılır.

# Çocuklarda Mahremiyet Eğitimi Nasıl Olmalı?

- Özellikle son yıllarda çocuklara yönelik şiddet ve cinsel suiistimaller korkunç boyutlara ulaştı. Neredeyse her gün haber bültenlerinde, sosyal medyada farklı yaş gruplarından birçok çocuğun ve ailenin yaşadığı korku dolu deneyimleri 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?



# Mahremiyet Eğitimi Nedir?

“Mahremiyet eğitimi, çocukların kendisinin ve diğer insanların özelinin/özel alanının farkına varması, sosyal hayatın içinde kendi özel alanını koruması, diğer insanların özeline saygı duyması, kendisi ile çevresi arasında sağlıklı sınırlar koyması gibi bilgileri içerir.”



# Özel Alanı Tanımlama-"Dokunulması yasak olan yerlerim" refleksi



- 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.
- Cinsel organlar çocuk sorduğunda anne-baba üzerinden değil, çocuğun kendi cinsel organları ya da kitaplar üzerinden öğretilmelidir.
- Çocuklar dört yaşından itibaren vücutlarının belli bölgelerine dokunulmasından rahatsızlık duymaya başlamalıdır.
- Özellikle genital bölgelere dokunulması çocukta ani tepkiye neden olmalıdır.
- Bu bilincin kazandırılması için dört yaşından itibaren çocukların genital bölgelerine temas azaltılmalıdır.
- Eş, dost ve akrabalar tarafından çocuk, cinsel organlarına dokunularak, öperek, vurarak sevilmemelidir.

# Çocuğun Başkalarının Önünde Kıyafetinin Değiştirilmemesi

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



# Çocuğu Banyo yaptırırken...

- Özellikle dört-beş yaşından sonra iç çamaşırını çıkarırken ve temizlerken gözleri kısıyarak ya da başını hafif yana çevirerek o alana 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. Anne babanın da çocuklarını banyo yaptırırken ölçülü bir kıyafetleri olması gerekmektedir.



# Çocukların Cinsel Organını Sevgi Objesi Yapmama

- Küçük çocukları cinsel organlarına dokunarak, onları konu yaparak sevmek doğru değildir. Çünkü 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.
- Çocuk, bir başkası özel alanına dokunmak istediğinde bunun iyi mi yoksa kötü mü olduğunun ayrımını yapamayabilir.
- Çocuğun cinsel organlarını şaka konusu yapmak, göstermesini istemek, onlara dokunmaya çalışmak çocuğun cinsel kimlik gelişimi açısından oldukça sakıncalıdır.





# Çocuğun Anne Babayla Yatağının Ayrılması

- 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 ayrılabilieceği bir zamandır. Ancak ekstra bazı durumlar olabilir. Genel olarak 4 yaşına kadar bu sorun çözülmelidir. Çocuğun anne babasının özel ilişkisine şahit olması sakıncalıdır.





# 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.

# Televizyondaki Sahneler

- Örneğin bir televizyon sahnesinde arkadaşlarının özel alanına şaka amaçlı dokunan kişiye seslice kızılabilir. “İnsanların özel yerlerine dokunulması hoş bir davranış değildir” gibi cümlelerle tepki belli edilebilir. Çünkü çocuklar anne-babaların kendilerine değil de başkalarına verdikleri tepkiler yoluyla daha kolay öğrenmektedirler.
- 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.

# "İzin verirsem dokunabilirsin " bilinci

- Bu bilincin oluşturulması için anne baba, çocuğunun vücudunu hoyratça kullanmaktan kaçınmalıdır. Ebeveynlerin çocuklarını öperken "Seni öpebilir miyim?" diye izin istemeleri bu bilincin oluşmasında etkilidir. Çocuğun güçsüz bedeninin, herkes tarafından izinsiz kullanılmasının çocukların kendi bedenlerini koruma refleksini kıracağı unutulmamalıdır.



# " Bedenim bana aittir " bilinci

- Daha bebekliğinden itibaren kendisini rahatlıkla yetişkinlerin eline bırakan bebeğin ilerleyen yıllarda kendi bedeninin farkına varması ve çevresindeki yetişkinlerden ayrı bir birey olduğunu hissetmesi gerekir.
- Kendi bedeninin kendisine ait olduđu hissini kazanamayan ve kendi bedeni üzerinde başkalarının bir řeyler yapabileceđini dūřünen çocuk rahatlıkla taciz tuzađına dūřebilmektedir.
- Anne-babalar, çocukları 4 yaşına gelmeye başladığı andan itibaren çocuklarına vūcudunun kendisine ait olduğu bilincini vermelidir. Bu bilincin oluşturulmasında en temel faktör anne-babaların çocuklarının bedenleri ile yapacakları tasarruflarda çocuklarının onayını alma yönünde eğilim göstermektir.
- Örneğin, terlemiş bir çocuğun atleti izin alınmadan aniden çıkartılmamalı, altını ıslatmış bir çocuğun pantolonu kızgınlıkla ve öfkeyle değil, çocuktan izin alınarak çıkartılmalıdır. Çocuk zamanla kendisinden izin alınmadan bedenine yapılacak müdahaleleri hisseder ve rahatsız olur.

# "Fiziksel baskıya direnme" refleksi

- Küçük yaştaki çocuklar kendi güçsüzlüklerini ve çaresizliklerini büyüklerin gücünü keşfettikçe anlarlar.
- Anne-babalar ve akrabalar, çocuklarına olan sevgi gösterileri sırasında çocuklara kendi güçsüzlüklerini hissettirecek kadar büyük ve orantısız güç kullanmaktan kaçınmalıdırlar.
- Anne-babalar, çocuğuna kendisine güç uygulandığında karşılık verilmesi gerektiğini öğretmelidirler.
- Bunun için bazen çocuğun istemediği bazı durumlarda gösterdiği tepki, güç gösterisi ile kırılmamalı, çocuğun direncinin işe yaradığı bizzat yaşayarak gösterilmelidir.

# "Vücudum görünmemeli" hissi

- Çocuklar yürümeye başladığı andan itibaren, çırılçıplak olarak ortada bırakılmamalıdır. Çocuk, hatırlayabildiği en küçük yaşlardan itibaren kendisini genital bölgeleri giyinik olarak hatırlamalıdır.
- Özellikle dört yaşından itibaren çocuklar çırılçıplak olarak ev içinde veya ev dışında bulunmamalı, giysilerini kendisinin giyip çıkartmasına izin verilmelidir.
- Kendisini başkalarının yanında çıplak olarak görmeye alışkın olmayan bir çocuk, elbisesinin birileri tarafından çıkartılmasından ciddi rahatsızlık duyacaktır.

# "Tuvalette benden başkası olmamalı" bilinci

- Bazı anne babalar, çeşitli nedenlerle ya çocukları ile birlikte tuvalete girmekte veya tuvaletin kapısını aralık bırakmaktadır.
- Bu davranış çocuğun temel davranış refleksi kazanmasına engel olmaktadır.
- Her ne sebeple olursa olsun dört yaşına gelen bir çocuk, tuvaletin "özel" bir mekan olduğunu öğrenmeli, tuvalet ihtiyacını gideren birisinin başkaları tarafından görülmesinin uygun olmayacağını bilmelidir.
- Çocuk genital bölgelerinin görülmesinden rahatsızlık duymamaya, kendisini tuvalette iken gören birisine tepki vermemeye alışmamalıdır.



# "Soyunma ve giyinmede yalnızlık" ilkesi

- Çocuğun dört yaşından itibaren genital bölgelerinin başkaları tarafından görülmesinden adım adım uzaklaşması gerekir. Bu bağlamda çocukların elbiseleri herkesin içerisinde değiştirilmemelidir.
- Çocuklar mümkünse elbiselerini kendileri ve kimsenin görmediği bir ortamda değiştirmelidir.
- Eğer çocuk kendisi elbiselerini değiştiremiyorsa, anne ile ayrı bir odaya gidilerek elbiseler değiştirilmelidir.

# "İzin verirsem kabul edilirsin" ilkesi

- Anne için çocuk ne kadar büyürse büyüsün çocuktur. O yüzden anne, çocuğunun odasına girerken izin alınması gerektiğini düşünmez.
- Ancak, çocuk dört yaşına girdiğinden itibaren "izin verirsem kabul edilirsin" ilkesi hayata geçirilmelidir.
- Anne-baba, çocuğun odasına girerken izin istemeli, her şeye rağmen onun çıplak vücudu ile karşılaştığında özür dilenip kapı kapatılmalıdır.
- Bu davranış kalıbı hem çocuğun kişiliğine saygıyı, hem de çocuğun rahatsız olduğu bir durumda itiraz edebilme becerisi kazandırılması açısından önemlidir.

- Çocuklarda genellikle 2 ile 6 yaşları arasında ortaya çıkan, çocuğun cinsel organıyla oynaması durumudur. Bu süreçte çocuklar kendilerini tanımaya yönelik davranışlar sergiler, cinsiyeti, çocuğun kendi bedenini tanıma davranışıdır.
- Erken yaşta ve yoğun olarak yaşanması pek çok ebeveyn için kafa karıştırıcı olabilmekte ve endişe yaratmaktadır.

# **“Çocukta cinsellik yoktur!” kanısı yaygındır. Halbuki gelişimin her aşamasında cinsellik vardır.**

- Bebekler ahtları açıldığında bacaklarını keyifle birbirine sürter, elleri genital bölgeye ulaşabilir hale geldiğinde keyifle dokunur. Bütün vücudu kaplayan deri, birinci yaş içinde (gelişimin hiçbir aşamasında olmadığı kadar) çok duyarlıdır. Bebeklerin görme, işitme gibi duyuları henüz çok zayıftır; etraflarında olup bitenleri daha ziyade derileri ile algılar. Tensel temas haz verir.
- 3 yaş civarında cinsel merak artar. Çocuklar anne-babaları tuvalette ya da banyodayken içeri girmeye çalışır.

- Çocuğun dikkatini dış dünyaya çevirmesini sağlarsak (yani yaşantısını zenginleştirirsek ve olumlu bir duygusal atmosferi paylaşırsak) çocuk takılı olmaz. Takılı oluşun sadece iki nedeni var: (1) Uyarıcı eksikliği, (2) duygusal açlık.

- Önce uyarın eksikliğinden söz edelim: Çocuklar olgunlaştıkça, dünyalarının çeşitlenmesi, zenginleşmesi gerekir. Uyarıları suya benzetebiliriz. Azı yetersizdir, çoğu da sel gibi yıkıcıdır. Yani çocuklara gereksinim duydukları ölçüde uyarın sunulmalıdır.
- Uyarın eksikliği bir de uyku öncesinde yaşanabilir. Artık öğlen uykusuna gereksinimi kalmayan bir çocuğu zorla uyutmaya çalıştığımızda; ya da uykuya dalma güçlüğü olan bir çocuk akşamları uyku öncesinde yatağında uzun uzun sağa sola dönüp durduğunda, dünyası yoksullaşmış demektir.
- Belki bir süre, yanına onu da dinlendirmek üzere aldığı pelüş oyuncuğı veya yorganının ucu ile oyalanacaktır.

# Anne-Babalar Neler Yapabilir?

- Çocuğumuzun genital bölgesiyle gereğinden fazla ilgilediğini düşündüğümüzde, durumun farkında değilmiş gibi davranarak, ilgisini başka bir yöne çekmek için birlikte bir oyun oynayabiliriz; onu kucağımıza alıp, bol resimli bir kitaba bakabiliriz; hikaye anlatabiliriz; parmak oyunu oynayabiliriz.
- Cezalandırıcı, yargılayıcı ayıplayıcı ifadeler veya tavırlardan kaçının.
- Kızmayın, öfkelenmeyin veya onu suçlu hissettirmemeye çalışın.
- Başkalarının önünde yapmasının görenleri rahatsız edebileceğini öğrenmesini sağlayın.
- Aşırı noktalar vardığını düşünüyorsanız ve gerekirse ilgisini değiştirebilecek aktiviteleri özendirmeyi deneyin.
- Çocuğun yakın çevresini bilgilendirmek ve gerektiğinde desteğini almaktan çekinmeyin.