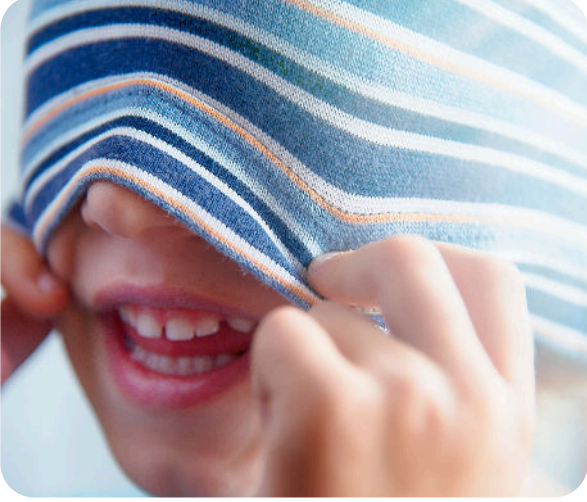


MAHREMIYET EĞİTİMİ

- NEDİR?
- NASIL VERİLİR?

ARALIK 2024



► İLK KURAL: ÖZSAYGI VE BEDEN FARKINDALIĞI

Çocuklarımızın kendini korumayı öğrenmesini hepimiz isteriz. Bunun için onlara iyi ve kötü dokunuşları anlatır vücudumuzdaki özel bölümleri öğretiriz. Bunlar tabii ki önemlidir ve çocuğun bir şeylerin ters gittiğini anlamasına katkı sağlar ancak en temelde verilmesi gereken şey özsaygı ve beden farkındalığıdır. Doğumdan itibaren tutarlı şekilde verilecek mahremiyet eğitimi çocuğun bedenine saygı duyulmasıyla başlar.

► NASIL BAŞLARIM?

Çocuğunuz doğduğu günden itibaren onun bedenine saygı göstererek başlayabilirsiniz. Öncelikli olarak bez değiştirme ve emzirme zamanlarınızın size özel olduğunu anlaması için baş başa olacağınız bir odaya geçmeniz önerilir. Bez değişimi, üst değiştirme gibi işleri hep belli kişilerin yapması önemlidir. Bedeninine ona ait olduğunu ve değerli olduğunu hissettirmek için izin almadan dokunmamalı ve öpmemelisiniz.



► İYİ ÖRNEK OL!

Çocuğunuzun beden algısını içselleştirebilmesi için öncelikle sizin kendi bedeninize saygı gösterdiğinizizi görmesi gerekir. Dolayısıyla siz de Çocuğunuzun yanında giyinip soyunmamalı, onunla birlikte banyoya girmemeli ve evinizde dahi mahremiyetinize özen göstermelisiniz. Bu küçük ama önemli adımlar doğduğu günden itibaren çocuğunuza insan bedeninin kıymetini anlatacak ve çocuk çıplaklığı normalleştirmeyecektir.

ASLA YAPILMAMASI GEREKENLER ...

- Çocuklarınızı dudaklarından öpmeyin.
- Başkalarının yanında üstünü değiştirmeyin.
- Çocuğunuzun severken özel bölgelerine dokunmayın, öpmeyin.
- Çocuğunuzun vücudu hakkında şakalar yapmayın.
- Çocuğunuzun bedeni hakkındaki kararlarına saygı duyun. Hayır dediği şeyleri yapmayın.
- Öpücük veya kucaklaşma için asla rüşvet vermeyin.

► HAYIR DEMEYİ VE BAĞIRMAYI ÖĞRETİN

Çocuğunuzun bedenine yönelik izinsiz her türlü müdahalenin yanlış olduğu bilincini kazanmasını sağlayın. Çocuğunuza "Hayır!" demeyi öğretin, zaman zaman sebebini açıklayarak sizde "Hayır!" diyerek çocuğunuza model olun ve çocuğunuz "Hayır!" dediğinde buna saygı duyduğunuzu gösterin. Ayrıca cinsel yönden kötüye kullanıma ya da kendisine zorla dokunmaya kalkışan, bir yere götürmeye çalışan birisi ile karşılaştıklarında "yüksek sesle bağırımları" gerektiğini öğretin.



► ÇOCUĞUNUZU DINLEYİN

Çocuğunuz rahatsız olduğu bir durum, olay ya da kişiden söz ettiğinde ya da bunu ima edip belirli bir kişi, duygu veya mekândan uzaklaşmak istediğinde bu durumu dikkatle araştırın. Çocuğunuz rahatsız hissettiği bir durumu ifade ettiğinde duygularını hafife almayın. Rahatsız olduğu durumları ve kişileri sizinle paylaşabilmesi için onu cesaretlendirip, iyi bir dinleyici olarak yargılamadan anlamaya çalışın ve destekleyici olun.



► İNTERNET KULLANIMINI DENETLEYİN

Çocuğumuzu teknolojiye tamamen uzak tutmasak da kullanımını sınırlandırmak ve mutlaka ne yaptığını takip etmek önemlidir. Telefon, tablet veya bilgisayarı kullanırken sizin yanınızda olması bile zararlı içerikten sakınmasına katkı sağlar. Çocuğunuzun oynadığı oyunlarda bile artık istismara uğrayabileceğini aklınızdan çıkarmayın. Bu yüzden tüm yazışmaları ve içerikleri mutlaka takip edin. Unutmayın telefon ve tablet bir oyuncak değildir. Ucu bucağı olmayan farklı dünyaya açılan bir kapıdır. Bu nedenle Çocuğunuz evde odada otururken bile olumsuz içerikle karşılaşabilir veya istismara uğrayabilir.

ÖZBAKIM BECERİSİ KAZANDIRMAK!

- Çocuklarınıza tuvalete, banyoya giderken, tuvalet kâğıdı kullanırken kendi bedenlerinin bakım gerektiren bölgelerine kendilerinin bakmalarını öğretin. Bu konuda baskıcı değil destekleyici bir yol izleyin ve çocuklarınızın bunu yapabilecek hazırbuluşluğu ve olgunlaşması olup olmadığını dikkate alın. Böylece diğer yetişkin ve çocukların yardımına bağımlı olmazlar.
- Çocuğunuzun yıkarken veya tuvalet sonrası temizliğine yardımcı olurken mutlaka sizin sadece yardımcı olduğunuzu yeterli beceriyi kazandığında onun da herkes gibi bu işleri kendisinin yapacağını hatırlatın.

KİTAP ÖNERİLERİ



ANNE BABALARA 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.
- 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.
- 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.
- 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 eksiğiniz 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, bir tanem gibi kelimeler kullanmayınız.