

## ANNE BABALAR İÇİN:

'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. Bizler aileler olarak çocuklarımızı korumak ve bilinçlendirmek için neler yapabiliriz?



### 1. Vücudunun Özel Alanlarını Öğretin-İç Çamaşırı Kuralından Bahsedin...

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. Çocuklara kendilerinin de başkalarının özel yerlerine bakamayacakları ve dokunamayacaklarını anlatmamız gerekir. Bunun tek istisnası ihtiyaçları olduğunda yardım amaçlı, canları acıdığı anda sorunu anlamak için anne/baba ve doktor gibi yetişkinlerin mümkünse "çocuktan izin alarak" bakması ve dokunmasıdır.



### 2. İyi Dokunma-Kötü Dokunmadan Bahsedin...

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 ise tanıdığın ama özel bölgelere dokunma izni olmayan kişilerin ya da yabancıların sana sarılması, dokunması ve senin bundan rahatsız olman" şeklinde tanımlayın ve çocuğunuza, "başkalarının onun vücudunun özel kısımlarına bakmasının veya dokunmasının ya da bunu istemensen doğru olmadığı" vurgusunu tekrar tekrar yapın.



### 3. İyi Sırlardan ve Kötü Sırlardan Bahsedin...

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) anlatılmalıdır, denebilir.

Kötü sırlar mesela çocuğu üzen ve endişelendiren bir şey, iyi sır ise örneğin, bir sürpriz doğum günü partisi gibi tanımlanıp, arasındaki farkı çocuğa iyi kavratılmalıdır. 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!

### 4. Başkalarının Yanında Kıyafetini Değiştirmeyin

Çocuğu küçük yaştan itibaren çocukları başkalarının yanında giydirmemek, altlarını değiştirirken bile bir başka odaya götürmek çocuğun mahremiyetine saygıyı gösterir. "Daha küçük" diye düşünerek çocuğu iç

çamaşırına varıncaya kadar başkalarının önünde soyup giydirmek doğru değildir. Ayrıca anne-babanın da çocuğun görmeyeceği bir alandaki giyinip-soyunması da çocuğun bütüncül bir mahremiyet duygusu geliştirmesi açısından önemlidir.

### 5. Banyo Yaptırırken Dikkatli Olun

Özellikle dört-beş yaşından sonra çocuğu iç çamaşırı ile yıkamak, iç çamaşırı çıkarırken ve temizlerken gözleri kısarak ya da başı 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 mahremiyet duygusunun gelişimi açısından güzel olacaktır. Yine kardeşleri dört-beş yaşından sonra birlikte banyoya sokmamak, sokulması zorunlu olan durumlarda ise onları iç çamaşırı ile yıkamak gerekmektedir.

Aynı şekilde Bazı anne babalar, çeşitli nedenlerle ya çocukla birlikte tualete girmekte ya da tualetin kapısını aralık bırakmaktadırlar. Her ne sebeple olursa olsun 4 yaşına gelen bir çocuk tualetin özel bir mekân olduğunu öğrenmeli, tualet ihtiyacını gideren birinin yalnız olması gerektiğini bilmelidir. Bu şekilde özel alana saygı duymayı öğrenen çocuk kendi özelin de saygı duyulmasını öğrenecek ve çevresinden de bunu bekleyecektir. Bu beklentisi gerçekleşmeyen çocuk rahatsızlık duyarsa kendisini istismara karşı koruması daha kolay olur.



### 5. Çocuğun Cinsel Organlarını Sevgi Objesi Yapmayın...

Küçük çocukları cinsel organlarına dokunarak, onları konu yaparak sevmek doğru değildir. Çünkü bu durum, onların özel alanlarının ihlalidir. Çocuk bu

şekilde hem mahremiyetihlaline uğramış olur, hem de başkalarının özel alanlarının kullanılarak onlara şaka yapılabileceği inancını taşır. Ayrıca çocukları cinsel organlarını konu ederek sevmek, onları kendilerini kötü niyetliyabancılardan korumak konusunda etkisiz kılabilir.



### 6.Ebeveynle ve Kardeşle Yataklarını Ayırın...

Bebeğin yatağının anne-baba yatağından ne zaman ayrılacağı tartışmalı bir konudur. Kimi ebeveynlik ekolleri çocuğa dilediği kadar rmü- saade ederken, kimi yaklaşımlar ise daha katı bir yaklaşımla çocuğun odasının ve yatağının ayrılmasını savunmaktadır. Bu konuda genel yaklaşım şu şekildedir: Altı aya kadar çocuk annesi ile yatabilir. Altı aydan sonra ise annesi ile aynı odada yer yatağında ya da beşikte yatabilir. İki yaşla birlikte çocuk yavaş yavaş bağımsızlığını kazanır, bu dönem gelişim olarak da çocuğun odasının ayrılabilceği bir zamandır. Ancak yalnızlık, anneden ayrılma, karanlık gibi konularda aşırı duyarlı ve kaygılı olan çocukların zorla yataklarını ayırmak doğru değildir. Öncesinde var olan kaygılar uzman yardımı ile giderilmeli, sonrasında yatak ayırımına gidilmelidir. Birlikte aynı yatakta yatan kardeşlerin yataklarını ise dört-beş yaşından itibaren ayrılabilir.

### 7.Odanıza İzin Alarak Girmesi Gerektiğini Öğretin...

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

### 8.Televizyondaki Cinsel İçerikli Sahnelere Maruz Bırakmayın

Çocuğun izlediği programlara aileler tarafından dikkat edilmesi, cinsel içerikli şeylerin çocuk tarafından

görülmemesine özen gösterilmesi gerekir. Ancak çocuk bunları görmek zorunda kaldıysa aile “ Bu şekilde davranmak, insanların özel yerlerine dokunmak hiç hoş bir şey değildir.”gibi cümlelerle tepki belli edebilir. Çocuklaranne babalarının başkalarına gösterdikleri tepkilerden de doğruyu yanlış öğrenebilirler. Çocuklar taklit yoluyla öğrendikleri için televizyonda gördüğü sahneleri kardeşleri ya da arkadaşları üzerinde deneyebilirler. Böyle bir durumda aile aşırı tepki göstermeden ( aşırı tepki gören bir çocuk böyle bir şey başına gelirse aileye anlatmaktan korkacaktır.) bunun hoş bir davranış olmadığını söylemelidir.



## CİNSEL İSTİSMAR VE ÇOCUKLARDA MAHREMİYET EĞİTİMİ

Son yıllarda çocuklara yönelik cinsel istismarlar hızla artmaktadır. Bu durumdan çocuğu korumanın en kolay yolu çocuğu bu konuda eğitmektir. Cinsel istismara uğrayan çocuklar sadece kız çocuklar değildir. Erkek çocuklarda bu konuda tehlike altındadır. Çocuklara cinsel saldırıda bulunan kişilerin % 80 i çocuğun tanıdığı birisidir. Çocuğu sadece yabancıardan korumak yeterli değildir. Çocuk tanıdığı kişilere karşı da özeli korumayı öğrenmelidir.

❖ Çocuklara büyüklere mutlaka itaat etmesi gerektiği öğretilmemelidir. Büyüklere söylediğini ne olursa olsun yapması gerektiğini düşünene çocuk taciz durumu karşısında da kendisini isteneni yapmak zorunda hisseder. Çocuğa kendini rahatsız ve güvensiz hissettiği durumlara karşı itiraz etmesi gerektiği öğretilmelidir.

## ÇOCUĞUNUZA ÖĞRETİNİ!

- 1) Vücudumuzda özel yerler bulunur. Bu yerler iç çamaşırının kapattığı yerlerdir.
- 2) Birisi özel bölgemize baktığında ya da dokunduğunda ne yapacağımızı bilmeliyiz. Çocuğunuz ne yapması gerektiğini aşağıdaki ifadelerle anlatabilirsiniz:
  - Söyleyebileceğin en sert ve ciddi bir şekilde ‘hayır’ de.
  - Oradan hemen uzaklaş ve güvenli bir yere gitmeye çalış.
  - Güvendiğin bir büyüğe söyle.
  - Büyüklere seni dinleyip bu konuda bir şeyler yapana kadar söylemeye devam et.
- 3) Birisi özel yerlerine baktığında ya da dokunduğunda büyüklerine anlatmaman için sana yalan söyleyebilir: “Bu bizim sırrımız; sana inanmazlar; annen baban seni sevmez; sana para veririm oyuncak alırım”. En sık kullanılan bu tip yalanlarla ilgili çocuklarınızla konuşun. Çocuğunuz hiçbir şartta onu sevmekten ve korumaktan vazgeçmeyeceğinizi bilsin.

## FARKINDA OL!

\* Her ekonomik düzeyden ve her kültürel gruptan gelen çocuklar, cinsel istismara maruz kalabilir. Çocukların görünüşü ya da davranışı istismara sebep olmaz.

\*İstismarın olduğu yer, genellikle ev, mahalle, okul, ev ile okul arasındaki yol gibi çocuğun içinde bulunduğu yakın çevredir. Çocuklar bu konuda eğitilmelidir. Çocuk bağıarak yardım istemeyi, koşarak kaçmayı öğrenmelidir.