

B.Ü AVNİ AKYOL ÜMİT VAKFI ANAOKULU REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMA SERVİSİ VELİ BÜLTENİ

MAHREMİYET

Mahremiyet geniş anlamıyla; çocuğun kendi ve başkalarının özel alanının farkında olması, buna göre kendi sınırlarını çizebilmesi ve ileride kendisine yönelik yapılabilecek ihlal, fiziksel ve duygusal istismara karşı kendini koruyabilmesi için var olan donanımını ortaya koyabilmesidir.

Mahremiyet konusunda bir çok uzman tarafından farklı tanımlar yapılmıştır. Tanımlardaki ortak noktalara bakacak olursak, mahremiyet eğitimi sayesinde bireylerin kendi özel alanlarının farkında olup korumasının yanında diğerlerinin özel alanlarına saygı göstermesi vurgulanan noktalardan biridir. Bir başka nokta ise bireyin kendi bedeni hakkında söz sahibi olduğunu kavraması açısından mahremiyet eğitimi önem taşımaktadır. Mahremiyet eğitimi aynı zamanda kişinin sağlıklı kişilik gelişimine de zemin hazırlamaktadır.

Mahremiyet eğitimi verilirken dikkat edilmesi gereken bazı noktalar bulunmaktadır. Pedagog Adem Güneş mahremiyet eğitiminin temel ilkelerini 11 kategoride değerlendirmiştir. Bunlar;

Mahremiyet eğitimi yasaklar üzerine kurmamak,
Çocuk ve gençlere kişisel sınırlarını öğretmek,
Mahremiyet eğitimi sevgi üzerine inşa etmek,
İzin alma eğitimi vermek,
Bedenlerin kişiye özel olduğunu öğretmek,
Çocuğun cinsel içerikli soruların yaşına uygun şekilde cevaplamak,
Mahremiyet eğitimi karşılıklı güven temeli üzerine kurmak,
Giyim konusunda sınırları öğretmek,
Beğenilme arzusu yerine ihtiyaç odaklı giyinmek,
Karşı cinsle ilişkiler konusunda hassas olmak,
Teknoloji kullanımını sınırlandırmaktır.

Mahremiyet Eğitimi

Çocuklar olumsuz duyguları, rahatsız edici bakış ve dokunuşları, ses tonunu kısaca tehdit ve tehlike ifade eden mesajları kolayca tanır. Ancak aile içerisinde, güven alanında yaşamını sürdüren çocuk eğitim almaksızın dış dünyaya açıldığında fark ettiği bu olumsuz duyguları isimlendirmekte zorlanır. Çocuk kendisine zarar vereni sevmez, onu gördüğünde huzursuzluk gösterir. Ama bu duygunun nedenlerini anlatmakta güçlük çeker. Ailenin vereceği mahremiyet eğitimi çocuğa bu duyguları nasıl ifade edeceğini de öğretir. Ailenin paylaştığı bu bilgiler bir tehditle karşılaştığında da ailesine güvenle her şeyi anlatabileceğini çocuğa hissettirir.

Mahremiyet eğitimi küçük yaşlarda ailede verilmeye başlanıp daha sonra öğretmenlerce devam ettirilen bir eğitimidir. Çocuğun ruhsal ve cinsel açıdan korunması için fazlasıyla önem taşımaktadır.

Bu eğitim çocuğun kendini nasıl ve neden koruması gerektiğini öğrenmesi için oldukça önemlidir. Aileler çoğunlukla çocuklara mahremiyet eğitimi vermekte zorlanmakta veya bunun için erken olduğunu düşünmektedir. Cinsellikle ilgili sorular cevaplanırken aileler sessiz kalma, konuyu değiştirme veya jest ve mimiklerle çocuğa "yanlış bir soru sordum" duygusunu yaşatmaktadır.

Oysa taciz, istismar ve benzeri çocuklarımızın asla karşılaşmasını istemeyeceğimiz durumlardan çocuklarımızı koruyabilmenin ilk yolu onlara eğitim vermektir. Çocuk alacağı mahremiyet eğitimi ile vücudunun özel bölgelerini öğrenecektir. Çocuk eğitim sonrası vücudunu nasıl koruyacağını, tehlikelerle nasıl başa çıkacağını öğrenebilecektir.

Ebeveynlerin Rolü

Çocuğun gelişimi içerisinde mahremiyetini zedeleyen ilk davranışlardan biri, tuvalet eğitimi verilmeden önce birçok kişi tarafından bebeğin altının değiştirilmesi, bunun görülmesi ve bebeğin özel bölgelerinin sevme aracı haline getirilmesidir. Bu durum aslında çocukları 3 yaşında veya sonrasında tuvalet eğitimiyle birlikte rahatsız etmeye başlar fakat çocuklar bir süre sonra bu duruma alışırlar ve ileride olası bir sınır ihlaline karşı tepkisiz kalmayı seçebilirler. Bu dönemde yapılması gereken ise bebeklik döneminde sadece bakım veren bir iki kişinin alt değiştirme işlemini görmesine, bebeğin özel bölgesini oyun aracı haline getirilmemesine dikkat etmek; tuvalet eğitimi sürecinde ve sonrasında ise çocuğun lazımlık kullanırken ortalıkta değil kendi alanında olmasını, ilerleyen süreçte ise tuvalet ve temizleme işlemlerini annesi bile yanında olmadan ya da görmeden kendi halledebilmesini sağlamaktır. Ayrıca sevmek için dudaktan öpme gibi uygun olmayan davranışlara girilmemelidir. Böylelikle çocuklar, ilerleyen dönemde hem kendi bedenini koruyacak hem de başkalarının bedenine yönelik ihlallere girmeyecektir. Şunu da belirtmek gerekir ki; bizim toplumumuzda yaygın olarak var olan, büyüklerin de yer aldığı geniş ailelerde büyüyen çocuklar, mahremiyeti zedeleyen davranışlara daha çok maruz kalabilmeleri olasıdır. Ebeveynler bu durumda kendileriyle birlikte yakınlarının davranışlarına da dikkat etmeleri gerekir. Çocukların mahremiyet duygusunu kazanmaları için ebeveynlerinin bilinçlenmesi gerektiği kadar devamlı birlikte olduğu yakın çevrenin de mahremiyet eğitime yönelik olarak kendi davranışlarını düzenleyebilmelidirler.

Özel alan ve sınır algısından biraz bahsederseniz; özel alan ve kişisel sınır, çocuktan yetişkine her bireyin kendi bedeni çevresinde her insanın giremeyeceği bölümü ifade eder. Bu çocuklarda 25- 45 cm 'lik bir alana denk gelmekte ve insanın gelişim evrelerinde ilk çocukluk döneminden itibaren oluşmaktadır. Çocuklar, 0-3 yaş arasında bilmeseler de ileriki yaşlarda özel alan ve sınırlarını öğrenebilirler, bu türlü ihlallerde rahatsızlık duymaya başlarlar. Örneğin bazı çocuklar yeni tanıştığı bir yetişkinin hemen sarılmasını, öpmesini istemezler ya da tuvaleti sırasında görülmekten ya da izlenmekten rahatsızlık duyarlar. Zorla öpmek isteyen, sarılmak isteyen ve kendine çekmeye çalışan insanlara karşı da kendi tepkilerini ortaya koyarlar. Bizlere düşen de, çocuklarda gelişen bu hissiyatı ve hassasiyeti birtakım davranışlarla desteklemektir. Hatta çocukların iletişim dilinin oyun olduğunu düşünürsek, bu konuyla alakalı çeşitli oyunlar da oynanabilir. Mesela, belli bir süre içerisinde kollar açık olarak birbirine değmeden hareket edebilme oyunu oynanabilir, ayrıca çocuğun kıyafetini ortalıkta değil kendi odasında değiştirmesi sağlanabilir ve evde herkesin odasına (özel alanına) kapı tıklanarak girilmesi öğretilir. Bu tür uygulamalar ve oyunlarla, çocuklarda var olan mahremiyet duygusu uygun bir şekilde desteklenmiş olacaktır.

Nasıl Anlatılmalı?

- 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. Ancak çocuğun soru sormaması merak etmediği anlamına gelmez yalnızca konuşmak için uygun fırsatlar yaratılmamıştır.
- 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.
- Öpmek ve öpülmek de çocuğun istek ve izniyle olmalıdır. Çocuğa "hadi amcanı, teyzeni öp" veya "hadi izin ver de öpsünler seni" gibi baskı yapılmamalıdır. Çocuk bir başkasını öpmek istiyorsa kendi rızası ve isteğiyle öpmelidir. Aynı şekilde aile bireyleri dahil olmak üzere çocuk öpülürken çocuktan izin istenmelidir. Çocuk çocuğun hoşlanmadığı şekillerde sevilmemeli, öpülmemelidir.
- 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.)

- Çocuklar özel bölgelerini kimlerin görebileceği noktasında da bilgilendirilmelidir. “Anne-babadan başka kimseye gösterme!” denildiğinde çocuk doktoruna ya da üzerine kaçırdığında öğretmene de müsaade etmeyecektir. Çocuğa bu özel bölgelere anne-baba, doktor ve öğretmeninden başkasının dokunmaması ve görmemesi gerektiği anlatılmalıdır. Çocuğun bakımıyla doğrudan ilgilenen anne-baba dışında bir yakın varsa o kişi de bu listede katılmalıdır.
- 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.

Ebeveynlere Öneriler

- 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.
- 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 yararlanılabilir.
- Mahremiyet eğitiminde kız çocuklara anne, erkek çocuklara baba tarafından verilmesi düşüncesi doğru değildir. Çocuk kime soru soruyorsa o ebeveynin yanıtlanması 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 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.

ESRA AYDOĞDU

Psikolojik Danışman ve Rehber
Öğretmen