**ÇOCUKLARDA MAHREMİYET EĞİTİMİ**

**(İyi Dokunuş,Kötü Dokunuş,Bedenimiz Özeldir)**

Çocukların bedenleri ile ilgili merakları,ilgileri ve oyunları vardır.Çocukların bu meraklarının ilgilerinin giderilmesi;bedenlerini korumayı ve başkalarının bedenlerine zarar vermemeyi öğrenmesi önemlidir. Çocuğunuzun yaşına göre aktaracağınız bilginin içeriği ve kullanacağınız dil değişebilir.Unutmamanız gereken bu konuları her çocuğun merak ettiğidir.Çocuklarınız bu bilgileri sizden almazsa başkalarından alacaktır.

Bu bilgileri çocuğa verirken çok dikkatli olmak gerekir. Panik havasında sıkça yapılan hatırlatmalarla verilen bilgiler çocukları insanlardan korkan,her şeye şüpheyle bakan saplantılı kişilikler haline getirebilir.Bu konuyu konuşurken gereksiz uzatmalardan kaçınmak,uygun yeri ve zamanı geldiğinde az ve öz cümleler kullanmak,kitaplardan ya da oyuncaklardan yararlanarak hikayeleştirmek çocuğa normal bir bilgi veriyormuş hissi uyandıracağı için gereksiz gereksiz korku ve endişelere kapılmasını önler.6 ayda bir bu eğitimin verilmesi yararlı olabilir.

**Çocukları Kendilerini Korumaları için Nasıl Güçlendirebiliriz?**

1.Cinsellik Konusunda Çocuklarınızı Bilgilendirin

* Çocuğun muhtemel tacizlere karşı korunabilmesi için sağlıklı bir cinsel bilgiye ve aile içerisinde şartsız sevgiye ihtiyacı vardır.
* Yaşına göre cinsel konuları paylaşmaktan çocuklarınızın sorularını cevaplamaktan çekinmeyin.
* Gelişim dönemlerine uygun bilgiler verin.

2.Güvenliklerini Sağlamayı Öğretin

* Çocuklara güvende olma haklarının olduğunu ve kimsenin bunu ellerinden alamayacağı öğretilmelidir.
* Çocuklarınza güvenliklerini korumak için gerekirse kendilerine zarar veren kişiden kaçmak,yüksek sesle bağırmak ve kendini korumak için eliyle kendinden o kişiyi uzaklaştırmak gibi davranışlarda bulunabileceklerini anlatın.
* Çevrede kötü insanlar olabileceği ve kandırmak için çeşitli hikayeler anlatabileceklerini ama buna inanmaması gerektiğini öğretin.Ben doktorum,Sana şeker alacağım gibi
* İnstagram,Whatsapp ve Facebookta çocuklarınızın özel görüntülerini ,gittiğiniz mekan isimlerini,paylaşmayın.
* Çok iyi tanımadığınız kişilerle çocuklarınızı baş başa bırakmayın.

3.Bedenlerini Korumayı Öğretin

Çocuklarınıza bedenlerinin kendilerine ait olduğunu,özellikle iç çamaşırı ile kapatılan bölgelerin çok özel bölgeler olduğunu ve kimsenin bu bölgelere dokunma hakkının olmadığını anlatın. Dokunulmayı reddetmeyi ve sınırlar koymayı öğretin: Çocuklarınıza bedeninin kendisine ait olduğunu ,ellenmek ya da öpülmek istemiyorsa "hayır" deme hakkının olduğunu öğretin.

İZİN VERİRSEM DOKUNABİLİRSİN BİLİNCİNİ çocuğa kazandırmak gerekir.Çocuk öpülmek istemiyorsa zorlanmamalıdır. ÇOCUKLARIN CİNSEL ORGANLARINI SEVGİ OBJESİ YAPMAM BİLİNCİ Küçük çocukları cinsel organlarına dokunarak sevmek onların özel alanlarının ihlalidir.Çocuk bu şekilde başkalarının özel alanlarının kullanılarak onlara şaka yapılabileceği inancını taşır.Çocuğu bu şekilde sevmek onları kötü niyetli yabancılardan korumak konusunda etkisiz kılabilir. Çocuk,bir başkası özel alanına dokunmak istediğinde bunun iyi mi yoksa kötü mü olduğunun ayrımına varamayabilir.

TUVALETTE BENDEN BAŞKASI OLMAMALI BİLİNCİ 4 yaşına gelmiş bir çocuk tuvaletin özel bir mekan olduğunu ve kendisinden başka kimsenin tuvalette olmaması gerektğini bilmeli ve tuvalet ihtiyacını tek başına giderme becerisini kazanmalıdır.

SOYUNMADA VE GİYİNMEDE YALNIZLIK İLKESİ Çocuğun başkalarının önünde kıyafetlerinin değiştirilmemesi "daha küçük" diye düşünerek çocuğu iç çamaşırına varıncaya kadar başkalarının önünde soyup giydirmek doğru değildir.Anne baba da çocuğun göremeyeceği bir alanda giyinip soyunması mahremiyet açısından önemlidir.

İZİN VERİRSEM KABUL EDİLİRSİN İLKESİ Çocuğun odasına girilirken mutlaka izin alınmalıdır

BANYODA ÇIPLAK OLUNMAMASI BİLİNCİ 3 yaşına kadar çocuklar kadın ve erkek olma hallerini gözlemlerken anne babalarla çıplak banyo yapmasında sakınca yoktur.3 yaşından sonra çocuğun cinsel kimliği oluşmaya başladığı için anne babanın iç çamaşırı ile çocuğun banyo yapmasına yardım etmesinde fayda vardır.

ÇOCUĞUN ANNE BABAYLA YATAĞININ AYRILMASI 2 yaşla birlikte çocuk yavaş yavaş bağımsızlığını kazanır ve kendi başına yemek yemeye yolda kendi başına yürümek istemeye başlayabilir.Bu dönem gelişim olarak da çocuğun odasının ayrılabileceği zamandır.Genel anlamda 4 yaşına kadar bu problem çözülmelidir.Çocuğun anne babasının özel ilişkisine şahit olması sakıncalıdır.

İyi Dokunma Kötü Dokunma

Çocuğunuza ,kimlerin kendisine dokunabileceğine,öpebileceğine ve sarılabileceğine kendisinin karar verme ve "hayır"deme hakkını vermeli ,bu hakkının olduğunu bilmesini sağlamalıyız.Herhangi birinin uygunsuz dokunması halinde yapabileceklerini öğretmeliyiz.Kendini rahatsız hissetmene neden olan dokunmalar genellikle kötü dokunmalardır.Birisi sana istemediğin şekilde dokunduğunda bunu gizlemek zorunda değilsin.Kendinin kötü olduğunu düşünme.Kötü olan sen değil sana kötü şekilde dokunan kişidirBedenin sana aittir.Sen istemiyorsan kimse sana dokunmamalıdır.

4."Hayır" demeyi öğretin

Çocuklara herhangi birisi onları incitmeye kalkarsa hayır demeleri gerektiğini söyleyin.Çünkü birçok çocuğa büyüklerin söylediklerine itaat etmeleri öğretilmiştir.

5.Yardım istemeyi öğretin

Biri onlara rahatsız edici,kötü bir şey yaparsa arkadaşlarından ya da büyüklerinden yardım istemeyi öğretin.(güvendiği kişilerden) Onlara sizinle her türlü sorunu paylaşabileceği inancını yerleştirin. Ona doğru gelmeyen şeyleri size rahatlıkla söyleyebileceğini ifade edin.Bazen çocuklarımızın olayları abarttığını düşünürüz.Ne olursa olsun söylediklerini kulak ardı etmeyin. Çocuğunuza inanın eğer yardım istiyorsa geri çevirmeyin.

6.Her zaman sır saklanmayacağını öğretin.

Çocuklarınıza bazı sırların hiçbir zaman saklanmaması gerektiğini öğretin.

* Hiç kimsenin senin özel yerlerine dokunmaya hakkı yoktur.Hiç kimsenin seni, kendi özel yerlerine dokundurtmaya da hakkı yoktur.Birisinin senden özel yerlerine dokunmanı istemesi ya da seninkilere dokunması saklayacağın bir sır değildir. Anlatmama sözü vermiş olsan bile anlatırsan başına çok kötü şeyler geleceği söylenmiş olsa bile böyle bir şey olursa anlatmalısın.
* Mutlaka söylemelisin.Sır saklaman gerektiği doğrudur ama bu saklanmaması gereken çok kötü bir sırdır.

**ÇOCUKLAR İSTİSMARA UĞRADIĞINDA NEDEN SÖYLEMEZLER?**

* Kendilerine inanılmayacağından korkarlar.
* Başlarının belaya gireceğinden korkarlar.
* İstismarcının tehdidinden korkarlar.
* İstismarcıyı korumak isteyebilir,sevebilir ama yaptıklarını sevmezler.
* Nasıl anlatacağını bilmeyebilirler.
* Cinsel davranışların yanlış olduğunu bilmeyebilirler.
* Anne baba ve diğer yakınlar tarafından başlarına gelen kötülüğe karşı kendilerini koruyamadıkları için suçlanmaktan ve cezalandırılmaktan korkarlar.
* İyi çocukların cinsellikle ilgili sözcüklerin kullanmasının doğru olmadığı söylenmiştir.
* Büyüklerle cinsel konuları konuşmaktan utanırlar,korkarlar.

Seda ÇETİN

Okul Psikolojik Danışmanı ve Rehber Öğretmeni