

ŞEHİT POLİS HAYRETTİN
ŞİŞMAN İLKOKULU



PSİKOLOJİK DANIŞMA VE REHBERLİK SERVİSİ

VELİ BÜLTENİ

MAHREMİYET EĞİTİMİ

Veli Bülteni: ' Mahremiyet Eğitimi '

Özellikle son yıllarda çocuklara yönelik şiddet ve cinsel suiistimler korkunç boyutlara ulaştı. 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:

"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"**

- ✓ Vücudun kişiye özel olan bölgeleri, bu bölgelerin gizlenmesi gerektiği çocuğa iki yaşından itibaren yavaş yavaş anlatılabilir.
- ✓ Bu bilincin kazandırılması için dört yaşından itibaren çocukların özel bölgelerine temas azaltılmalıdır.
- ✓ Bu özel alanlara çocuğun izni olmadan hiç kimsenin dokunmaması gerekir.
- ✓ Eş, dost ve akrabalar tarafından çocuk, özel bölgelerine dokunularak, öperek, vurarak sevilmemelidir.



✚ **'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. Anne-babalar, çocukları 4 yaşına gelmeye başladığı andan itibaren çocuklarına vücudunun 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.

✚ **'İzin Verirsem Dokunabilirsin' Bilinci**

Çocuk kendi bedeni üzerinde söz hakkına sahip olduğunu bilmelidir. Bu bilincin oluşturulması için anne babanın, çocuğuyla ilgilenirken veya severken izin alması etkili olacaktır. Ebeveynlerin çocuklarını öperken "Seni öpebilir miyim?" diye izin istemeleri gibi. Çocuğun bedenine izinsiz dokunulması çocukların kendi bedenlerini koruma refleksini kıracağı unutulmamalıdır.

✚ **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 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 hem sorumluluk hem mahremiyet duygusunun gelişimi açısından etkili olacaktır.

✚ **Cocukların Cinsel Organını Sevgi Objesi Yapmama**

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

Çocuğun cinsel organlarını şaka konusu yapmak, göstermesini istemek, onlara dokunmaya çalışmak çocuğun cinsel kimlik gelişimi açısından oldukça sakıncalıdır.

✚ **'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 mekân 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 alışmalıdır.



✚ **"Vücutum Görünmemeli" Hissi**

Çocuk, hatırlayabildiği en küçük yaşlardan itibaren kendisini genital bölgeleri giyinik olarak hatırlamalıdır. Özellikle dört yaşından itibaren çocuklar çıplak 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.

✚ **"Özel Alan İhlallerine Tepkinizi Belli Etme"**

Çocukla birlikte dışarıda gezerken veya televizyon izlerken aniden karşımıza mahremiyet ihlali içeren sahneler ve durumlar çıkabilir. Bu gibi durumlarda çocuğa bir şey demeden onun duyacağı şekilde mahremiyet ihlali yapan kişiye tepki belli edilebilir. Çünkü çocuklar anne-babaların kendilerine değil de başkalarına verdikleri tepkiler yoluyla daha kolay öğrenmektedirler.

ÇOCUKLARIMIZI KORUYABİLMEK VE BİLİNÇLENDİRMEK İÇİN;

❖ **"Televizyon ve İnternette Mahremiyet Sınırları"**

Çocuğumuzun, televizyonda ya da internette kavrayamayacağı düzeyde bir durumla karşılaşması sağlıklı ruhi gelişimine ciddi bir sekte vurur.

Bu nedenle; çocuklarımıza gelişimsel düzeylerine uygun programlar izlettirmeli, bu konuda seçici olmalı ve televizyonu doğru izleme alışkanlıklarını edinmelerini sağlamalıyız.

Çocuğumuzun her gün internet ve bilgisayar kullanımına ayırdığı vakti belirleyerek takibini yapmalı ve çocuğumuzun bu konuda bizim uyarımız olmadan kendi kendini kontrol etme bilinci kazanmasına gayret etmeliyiz.

Bilgisayarı ortak kullanım alanlarına koymak suretiyle, çocuğumuzun bilgisayar ve internet kullanma alışkanlığını daha kolay kontrol altında tutabiliriz

Güvenli internet kullanımı konusunda yanda belirtilen durumları mutlaka çocuğunuzla paylaşın.



❖ **Çocuklarınıza Vücutlarında Özel Alanlarının Olduğunu Öğretin.**

Çocuklarımıza vücudunda kendine ait özel bölgeleri olduğunu, bu bölgelerin özel sadece ona ait olduğunu, gizlemesi gerektiğini öğretin.

❖ **Cocuklarınıza İYİ-KÖTÜ DOKUNMA'yı Öğretin.**



İyi Dokunma: Kişiyi mutlu eden, kızdırmayan, üzmeyen, rahatsız etmeyen dokunmalar iyi dokunmadır. Annenin babanın sana sarılması, okuldan eve gelince annenin-babanın seni öpmesi şeklinde örnekler çoğaltılabilir.

Kötü Dokunma: Kişiyi rahatsız eden, canını acıtan, üzen, kızdıran, utanmana neden olan dokunmalar kötü dokunmalardır. Eğer birisi istemediğin halde sana dokunuyorsa bu kötü bir dokunmadır.



❖ **Hayır Deme Hakları Olduğunu Öğretin.**

Çocuklarınıza kendilerini rahatsız hissettirecek sarılma, öpme ya da başka türlü bir dokunmayı reddedebilme hakları olduklarını öğretin. Çocuklarımızın vücutları ile ilgili hakları olduğunu bilmeleri önemlidir.

❖ **Cocuğunuza Birisinin Özel Yerlerine Bakması Veya Dokunması Durumunda Ne Yapması Gerektiğini Öğretin.**

Böyle bir durumla karşılaştıklarında çocuklarımızın anlatmaması için söylenebilecek yalanlar (bu bizim aramızda, sana inanmazlar, Annen ve baban seni sevmez, sana para veririm, sana oyuncak alırım gibi) ile ilgili konuşmalıyız.

Cocuklarımıza böyle bir durumla karşılaştıklarında ne yapmaları gerektiğini bu mesajlarla öğretebiliriz.

1. Söyleyebileceğin en ciddi ve sert biçimde **“HAYIR”** de.
2. Oradan uzaklaş ve güvenli bir yere gitmeye çalış.
3. Güvendiğin bir büyüğün seni dinleyip bir şeyler yapana kadar da **“SÖYLEMEYE DEVAM ET”**.

Şehit Polis Hayrettin Şişman İlkokulu Psikolojik Danışma ve Rehberlik Servisi

- Bu ve bunun gibi eğitim içeriklerine okulumuzun sitesini ziyaret ederek ulaşabilirsiniz.
- Okulumuzun web sitesi: <https://sphsilkokul.meb.k12.tr/>