



Düzce Rehberlik ve Araştırma Merkezi

Çocuklara Mahremiyet Bilinci Kazandırma

Mahrem, başkalarına söylenmeyen, gizli; mahremiyet ise gizlilik anlamına gelmektedir.

Mahremiyet geçmişten günümüze kadar insanlığın her döneminde ve her toplumda karşılaştıkları anlam açısından aynı toplumda aileler arasında bile değişiklik gösterebilen esnek bir kavramdır. Bundan dolayı mahremiyet eğitimi evde başlar, okulda desteklenir.



Mahremiyet kişileri ilgilendiren psikolojik bir ihtiyaç olmakla beraber, aynı zamanda toplumsal yaşamı derinden ve yakından ilgilendiren toplumsal bir husustur.

Bireyde oluşan sağlıklı mahremiyet bilinci hem bireyin psikolojik iyilik halinin sağlanmasında hem de toplumsal yaşamın sağlıklı temeller üzerinde inşa edilmesinde önemli bir adım olarak karşımıza çıkmaktadır.

Kişinin kendi özel alanının farkında olma ve mahremiyetini koruyabilme becerisi, çok küçük yaşlardan itibaren çocuğa verilen mahremiyet bilinciyle sağlıklı bir şekilde kazandırılabilir. Kişinin fiziksel, duygusal, psikolojik, bilişsel ve sosyal olarak sağlıklı bir bütünlük içinde olabilmesinde mahremiyet bilinci önemli rol oynar. Kişinin mahremiyetini koruyamaması durumunda ise fiziksel, duygusal, psikolojik, bilişsel ve sosyal açıdan ciddi problemler yaşanabilmektedir. Bu sebeple mahremiyet bilincinin oluşmasına yönelik çalışmalar sosyal açıdan sağlıklı bireylerin yetişmesinde büyük önem arz etmektedir.

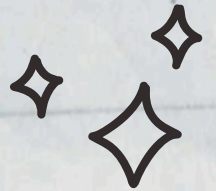


Mahremiyet eğitiminin sadece belli yönergeler, uygulamalar ve mesajlarla verilmesi ve kendini korumak üzerinden anlatılması, çocuklarda istenen mahremiyet bilincini kazandırılmasında yetersiz kalmaktadır. Çünkü bu şekilde verilen eğitim ile sürekli bir tehlikenin varlığı akılda tutulmuş olur. Dolayısıyla, çocukta kaygı halinin oluşmasına neden olabilir. Mahremiyet bilinci ile istenen ise; kaygı halini oluşturmadan, güçlü ve gücünün farkında olan, kendisi hakkında karar verebilme ve sınırlarını belirleyebilme becerisi olan, güçlüklerle baş etme becerileri gelişmiş, diğer insanların sınırlarına saygılı ve gelişime açık bireylerin yetişmesidir.

Bu sebeple; mahremiyet bilincinin oluşturulmasında özelini ve özel alanını koruma, diğer insanların özel alanlarına dikkat etme yönünde bilgilendirme yoluyla verilecek mesajlarla birlikte gelişim alanlarının ve dönemlerinin gerektirdiği becerilerin geliştirebilmesi için diğer psikoloji yaklaşımlarının da ele alınması gerekmektedir. Bu bağlamda mahremiyet eğitiminin temelinde yatan hususlara baktığımızda, çocukların gelişim alanlarında etkisi olan pek çok psikoloji kuramının çocukta mahremiyet olgusu gelişiminde büyük öneme sahip olduğunu görürüz.

Güvenli bağlanmayı Kurabilmek
Öz Şefkat
Psikolojik Sağlık
Algılanan Sosyal Destek
Sınır Koyma Becerisi
Ebeveyn/Bakım veren Tutumları
gibi önemli noktalar Mahremiyet
eğitiminin göz ardı edilmemesi
gereken noktalarıdır.

**PEKİ ANNE
VE BABA
OLARAK BU
EĞİTİMİ
NASIL
VERMELİYİM
?**





GELİŞİM DÖNEMLERİNE GÖRE MAHREMİYET EĞİTİMİ



Ebeveynin mahremiyet eğitiminin sağlıklı bir şekilde verilebilmesi için öncelikle yeterli bilgi ve donanıma sahip olması gerekmektedir. Ebeveynler çocuklarının pek çok sorusunu rahatça yanıtlarken mahremiyet alanı ile ilgili sorulara cevap vermekte zorlanabilirler. Sorduğu sorunun cevabı ebeveyn tarafından bilinmiyorsa "Bilmiyorum ama beraber öğrenelim." demelidir.

Sorduğu soruyu nasıl açıklayacağını bilmiyorsanız "Sana şu an nasıl açıklayacağımı bilmiyorum. Senin anlayacağın şekilde anlatabilmem için zamana ihtiyacım var. En kısa zamanda sorunu yanıtlayacağım." şeklinde cevap vererek araştırabilir ya da alanın uzmanına danışabilirsiniz. Bu gibi durumlarda çocuğunuzun ruhsal ve kimlik gelişimlerini desteklemek amacıyla çocuğunuzun sorularını çekinmeden yaşına uygun bir şekilde cevaplandırmalısınız.

Bebeklik Döneminde Mahremiyet Eğitimi (0-2 Yaş)

Bebeğe mahremiyet eğitiminin verilmesi mümkün olmasa da mahremiyetine saygı duyarak bebeğe karşı bakım verenlerin uygun yaklaşımı ve davranışları ile mahremiyet bilinci kazandırılmaya başlanmıştır.

Bu sebeple bebeklik döneminde çocukla mümkün olduğu kadar aynı bakım verenin ilgilenmesi ve fiziksel, duygusal ve psikolojik ihtiyaçlarını karşılayarak tutarlı bir ilişki kurması çocuğun güvenli bağlanma tarzı oluşturmaya katkı sağlayacaktır.

Güvensiz bağlanma tarzlarına (saplantılı, kayıtsız, korkulu, kaygılı) sahip bireyler "hayır" diyebilme becerilerinin geliştirilmesinde sıkıntı yaşayabilmekte ve sağlıklı bağlanma örüntüleri kişilerin mahremiyet gelişimini de olumsuz yönde etkileyebilmektedir.





Bu dönemde çocuğa “hayır” deme becerisi kazandırmak mümkün olmamakla birlikte çocuğa güçlü olduğunu, istek ve taleplerinin önemli olduğunu hissettirmek çocuğun istemediği durumlarda hayır diyebilmesini

destekleyecek ve aslında doğuştan var olan hayır deme becerisini de işlevsel kılacaktır. Bunun için çocuğun talebini ifade etmesine izin vererek,

isteklerinin gelişimsel düzeyine uygun bir şekilde karşılanması, uygun değerlendirilmeyenler için alternatif sunularak çocuğun ilgisinin başka yöne

çekilmesi önemlidir. Aynı zamanda çocuğun kendisini güçlü hissetmesini sağlamak ve desteklemek için çocuklar için en etkili iletişim yöntemi olan oyundan destek alınabilir.

Çocukla oynanacak tutma, itme, kovalama, yakalama gibi davranışları içeren

hareketli oyunlarda örneğin, bilerek yere düşmek çocuğu hem eğlendirecek

hem de gücün onda olduğunu hissettirecektir. Aynı şekilde oyun oynarken onun istediği ve yönlendirdiği şekilde oynamak, çocuğa sözünün yetişkinler

üzerinde bir etkisinin olduğunu gösterecek ve gücünün olduğunu fark ettirecektir. Böylelikle nitelikli zaman geçirmek için de güzel bir fırsat oluşacaktır.

Bu dönemde, çocuğun karşılanması gereken ihtiyaçlarının (alt değiştirme, tuvalet eğitimi, banyo yaptırma vb.), çocuğa yönelik davranışların (sarılma, öpme vb) yani çocuğun özel alanına yönelik yapılan müdahalelerin uygun ortamda, uygun şekilde yapılmaması çocukların mahremiyete ilişkin algılarının olumsuz etkilenmesine ve özel alanlarını korumasında sorun yaşamasına neden olacaktır.

Alt bezlemenin yapıldığı bu dönemde çocuğun bu ihtiyacı aynı kişi tarafından karşılanmalı ve ortamda çocuk ile çocuğun bakımını üstlenen kişi dışında başka kimse bulunmamalıdır. Sürekli değişen kişilerle çocuğun ihtiyacı giderilmemelidir. Çocuğun bezinin değiştirilmesini istememesi durumunda çocuğun dikkatini sevdiği bir şeye yönlendirerek veya bir oyun geliştirerek çocuğu zorlamadan altının açılması, değiştirilmesi önemlidir.

Bebekleri banyo yaptırırken sadece bakım verenle bebeğin bulunduğu kapalı bir alanda, mümkün oldukça sürekli olarak hep aynı bakım verenle birlikte olunması gerekir. Bu dönemde sergilemiş olduğumuz tutumlar ile çocuğun mahrem alanlar ve gizlilik konusunda ileride geliştireceği farkındalığın ilk adımları atılmış olur.



Banyo gibi havuza veya denize girerken de mahrem bölgelerinin örtülü olmasına, çocuklara özel havuz ve deniz için uygun kıyafetlerin giydirilmesine ve çocukların çıplak fotoğraflarının çekilmemesine özen gösterilmesi gerekmektedir.



Çocukların birbirlerinin mahrem bölgelerini fark etmeyecekleri düşünülse de çocukların bir arada yıkanması çocuklar açısından sakıncalıdır. Her çocuğun özel olarak tek başına yıkanması, banyo öncesi ve sonrası tek başına soyunup giydirilmesi önemli olup çocuklar için buna yönelik özel alan oluşturulması gerekmektedir.

Tuvalet alışkanlığı kazandırılırken, çocuğun diğer çocukların ya da yetişkinlerin içinde olmaması, özel alanda bu alışkanlığın teşvik edilmesi ve bu sürecin tuvalet ya da banyoda yönetilmesi gerekmektedir.

Mahremiyetin iç genişliği, huzur ve sakinlik hali olduğu dikkate alındığında, çocuğa bakım veren kişilerin çocuk ile iletişimde hassas ve özenli olması, özellikle sakin ve huzur veren yetişkin tavrının her zaman muhafaza edilmeye çalışılması, yüksek sesle emir/talimat içeren cümleler ile çocuğa sert bir söylemle yaklaşılması önemlidir.

Çocukları çaresiz kalacak şekilde tutmak, sarılmak, zorlamak çocuğun kendini koruyabilme becerisini olumsuz etkiler. Çocuğu pasif konumda savunmasız bırakacak durumlardan kesinlikle kaçınılması ve çocuğun isteklerinin dikkate alınması gerekmektedir.

Bebekleri severken de belli sınırların olması önemlidir. Dudaktan öpme, özel bölgelere dokunma gibi davranışların yapılmaması gerekir. Aynı şekilde yetişkinlerin de davranışlarında dikkatli olması önemlidir. Çocuklar yetişkinleri gözlemleyerek davranışlarını şekillendirir ve kendisine rol model olarak alabilir. Dolayısıyla bakım veren kişinin mahremiyetine dikkat etmesi çocuğun mahremiyet eğitimini doğrudan etkilemektedir.

Çocuklara "yaramaz, aptal, huysuz, uyuşuk, tembel" gibi sıfatlarla seslenilmesi, çocuğa sevgi ifade eden sıfatlar dışında bir etiketleme yapılması, sıfat ya da ad takılması çocuğu rahatsız edici davranışlar olup bunların yapılmamasına dikkat edilmesi gerekmektedir.

Bu dönemde çocukla iletişimin "zıtlaşmak-inatlaşmak" yerine "uyum ve bol seçenek sunma" yöntemleri şeklinde olması, baskı ve zorlama ile çocuğa yaklaşmak yerine, çocuğun dikkatini istenilen yöne doğru yönlendirmenin tercih edilmesi sürecin sağlıklı yürütülmesi açısından önemli olacaktır.



Okul Öncesi Döneminde Mahremiyet Eğitimi (3-6 Yaş)

Bu dönemde çocuğa kendi kararlarını alması konusunda destek olunmalı, kendi seçimlerini yapma konusunda fırsat sunularak çocuğun özgüveni geliştirilmelidir. Çocuğa yemek yedirirken, kıyafet giydirirken, birlikte bir şeyler yaparken mutlaka seçenekler sunulmalıdır. Örneğin çorba mı içmek istersin, fasulye mi yemek istersin? Kahvaltıda yumurta mı haşlayalım, peynirli sandviç mi hazırlayalım? Şu pembe kazağını mı giymek istersin, bu sarı gömleğini mi giymek istersin? şeklinde sorular sorulabilir. Bu tür seçenekler sunulan çocuk, seçenekler arasından kendi tercihlerini yapmanın özgüvenini kazanmaya başlayacaktır. Seçenekler sunmak çocuğa seçim yapabileceğine ilişkin özgürlüğünü pekiştirir.

Tercih imkânı sunulmayan,

tercihlerine saygı duyulmayan, baskı, zorlama, emir, talimat ile iş yaptırılan çocuklarda özgüven zedelenmesi yaşanabilmektedir. Özgüveni olumsuz yönde etkilenen, kendi fikrini beyan edemeyen ve yetişkinlerden çekinmesi nedeniyle kendisine her söyleneni yapan çocukların mahremiyeti ihlal edildiğinde kendilerini korumaları mümkün olamamaktadır.

Bu dönemde ayıp, günah, yasak gibi kavramlar çocukta korku ve suçluluk duymaya neden olabileceğinden mahremiyet eğitimi ile ilgili öğretiler korkutucu ve kaygılandırıcı ifadeler içermemelidir. Öncelikli olarak çocuğa, istenilen davranışlar ifade edilmelidir. Çocuğun özgüvenine zarar vermemeye özen gösterilmeli, kullanılan sözcükler dikkat edilmelidir.

Çocuğun görmek istemediği veya rahatsız olduğu kişilerin bulunduğu ortama mümkün olduğu ölçüde çocuğu zorla götürmemek gerekir. Çocuğun istemediği insanlarla iletişim kurmak zorunda olmadığını bilmesi önemlidir. Özellikle gözlemci ve sakin çocukların girdiği ortamda bir süre kendisini güvende hissetmesi gerektiği, sonra yavaş yavaş ortama uyum sağlayacağı gerçeğini bilmek önemlidir. Çocuğa iletişim kurması yönünde baskı kurulmamalı ve ismini söylemek, sorulan soruya cevap vermek gibi durumlara zorlanmamalıdır.



Mahremiyet bilinci kazandırılmasında çocukta aidiyet duygusunun ve mülkiyet kavramının gelişmesi önemlidir. Bu bağlamda çocuğun yaşadığı ortamda kendine ait bir alanının veya odasının olması çocuğun kendini yaşadığı ortama ait hissetmesini sağlayacak ve mülkiyet kavramının gelişmesine yardımcı olacaktır.

Çocukların aynı cinsiyette olsalar bile aynı yatakta uyumamaları gerekir. Bu durum, çocuğa uygun bir şekilde, rahat edebilmesi ve kaliteli güzel bir uyku uyuyabilmesi için gerekli olduğu nazikçe anlatılmalıdır. Ayrıca, koşulların elverişli olması halinde çocuklar için ayrı odalar oluşturulması sağlanmalıdır.

Bakım verenlerin iletişim esnasında çocukları aktif olarak dinlemeleri önemlidir. İhtiyacı olduğu her an bakım vereniyle konuşabileceğini, kendini güvende hissederek rahat bir şekilde ifade edebileceğini bilmesi için çocuğa fırsat verilmesi gerekmektedir. Çocuk bakım vereniyle konuşmaya geldiğinde çocuğun duygularını anlayarak çocuğu yargılamadan ve mümkün olduğu ölçüde fiziksel olarak ona dönük bir pozisyonda iletişim kurmak gerekmektedir.

Böylelikle, çocuk her koşulda kendisinin dinlendiğinin farkında olur ve yaşadıklarını anlatma konusunda kendini daha rahat hisseder.

Çocuğun duygularına saygı duymamak, hissettikleri karşısında çocuğu yargılamak ve çocuğa kızmak çocuğun özgürlük alanını sınırlamaktadır. Çocuk öfke hissedebilir ve bunu uygun şekilde yansıtmayı henüz bilmediği için çocuğa öfkesini ifade ettiğinde kızmak doğru değildir. O hissiyatını bir süre yaşamasına müsaade edilerek, devam etmesi halinde çocuğun dikkatini başka yöne çekerek öfkesiyle baş etmesi konusunda desteklenebilir. Aynı şekilde bazı durumlarda korku hissedebilir, sözgelişi salıncağa binerken korku duyabilir ve binmek istemeyebilir. Çocuğun bu duygusunu kabul etmek, duygusunu fark ettiğinizi ona hissettirmek önemlidir. Çocuğa empatik geri bildirimle duygusunun fark edildiği ve anlaşıldığı ifade edilebilir, istediği zaman yapabileceği konusunda cesaretlendirilebilir.



Bu gelişim döneminde çocuğun daha farklı ortamlarda bulunabilmesi sebebiyle yabancı insanlarla eski dönemlere nazaran daha fazla iletişim kurmak durumunda kalacaktır. Ancak kendisine bakım verebilecek, kendisinin özel ihtiyaçlarını giderebilecek insanları tek başına ayırt etmede zorluk yaşayabilmektedirler. Bu sebeple çocuğa güvenli kişilerin tanıtılması önemlidir. Ayrıca bu dönemde daha çok özel alanları, bedeninin dokunulmazlığı ve sınırları konularına vurgu yaparak çocuğa mahremiyet bilincinin kazandırılması daha faydalı olacaktır. Bununla birlikte, yabancı bir kişi ile çocuğu tuvalete gönderme, toplu taşımada yabancı kişinin kucağına verme, yabancı kişilerin üstünü değiştirmesi durumlarına izin verilmemelidir.



Çocuk, istemediği davranış karşısında "hayır" dediğinde çocuğun bu tepkisini kabul etmek ve "hayır" dediği şeyler için evet demesi yönünde zorlamamak önemlidir. Çocuğa kendi sınırlarını koruma ve başkalarının sınırlarına saygı göstermesi yönünde rehberlik edilmesi gerekmektedir. Uygun olmayan bir durumla karşılaştığında bunu ebeveynlerine rahatlıkla anlatabilmesi konusunda güvence verilmelidir. Çocuğun rahatsız hissettiği bir durumu ebeveyni ile paylaşması halinde de çocuğu yargılamadan, anlaşıldığını ve kabul gördüğünü hissettirerek verilen güvenceye uygun olarak davranılması gerekmektedir.

Çocuğa yaş ve gelişim dönemine uygun şekilde mahremiyet bilincinin kazandırılmasının yanı sıra bu dönemde çocuğa özel alanların, özel alanlara hangi durumlarda kimlerin dokunabileceğinin, özel alanlarına yönelik istenmeyen bir dokunuş sonrası ne yapabileceğinin anlatılması gerekmektedir. Çocuklarla bu konuyu konuşmaya yönelik aşağıda yer alan örnek cümlelerden faydalanılabilir.



Şimdi seninle vücudumuzun özel alanları ile ilgili konuşalım. Vücudunun özel alanları nelerdir? Bana söyleyebilir misin?

şeklinde konuyu açıp çocuktan özel alanlarını göstermesi veya söylemesi beklenir. Çocuk göstermekte veya söylemekte sıkıntı yaşıyorsa biz ona gösterebilir ve anlatabiliriz. Cinsel organların adlarının benzetme sözcüklerle değil gerçek adlarıyla tanıtılması önemlidir.

Daha sonra çocuğa "Peki bu bölgelere kimler dokunabilir?" diye sorulur. Çocuğun kimse dokunamaz cevabı vermesi beklenir. Ama bu cevap gelmezse, "Bu bölgelere senden başka kimse dokunamaz." şeklinde cevap verilir.

Ancak bazı durumlar vardır ki senin de iznin alınarak bazı kişiler bu bölgelerine dokunabilir. Mesela doktora gittiğimizde seni muayene etmek için doktor dokunabilir. Ben/bakım verenin senin banyo yapmada yardım ederken veya temizliğini yaparken dokunmak durumunda kalabilir(im). Ama bunun dışında başka kimse dokunamaz.

Aynı şekilde sen istemediğin sürece kimse sana sarılamaz ve seni sarılmak için zorlayamaz. Ailenden de olsa, akraban da olsa, arkadaşın da olsa sana sarılmasını istemediğin halde izin vermek zorunda değilsin. Hatta o kişiye daha önce sarılmasına izin vermen de tekrar izin vereceğin anlamına gelmez. Daha önce izin verdiysen bile sonra istemeyebilirsin. Bayram günlerinde veya doğum günü gibi özel günlerde de istemiyorsan sana sarılmasına izin vermek zorunda değilsin. Sana hediye almış olsalar dahi istemiyorsan izin vermezsin.

şeklinde çocuğun kendi bedenine dokunulma konusunda tek söz sahibi olduğu anlatılabilir.

Çocuğa rıza/onay kavramının açık ve net olması konusunda bilgilendirme yapılmalıdır. Sarılma konusunda olduğu gibi diğer hususlarda onayının olup olmamasını net bir şekilde belirtebileceği ve daha önce evet dese bile tekrar evet demek zorunda olmadığı anlatılmalıdır.

Seni birisi öpmek istediğinde veya bir arkadaşın seni bir yere götürmek istediğinde veya bir oyun için bile isteyip istemediğini “evet/hayır” şeklinde söyleyebilirsin. Daha önce evet dediysen kararının değişmesinde problem yok, sonra hayır diyebilirsin. Aynı şekilde başka arkadaşının da kabul edip etmediğini anlamalısın ve sen de onun kararını kabul etmelisin.

Sen istemediğin halde sana dokunulması durumunda ne yapacağını biliyor musun?” diye sorulabilir. Çocuğun cevap vermesi beklenir ve konuşmaya teşvik edilir. “Önce, Hayır! diyerek istemediğini belirtebilirsin ve oradan uzaklaşırsın. Eğer özel bölgelerine dokunmak isterse bağıarak oradan uzaklaşman gerekir. Sonra hemen benim veya annenin/babanın/ (bakım verenin ismi) yanına, biz olmadığımızda güvendiğin biri varsa onun yanına veya kalabalık bir yere koşarak gitmelisin. Sonra gelip olanların hepsini bana anlatabilirsin. Okuldaysan hemen öğretmenine ve okul yöneticilerine anlatabilirsin.

Yukarıda yer alan örnek cümleler ile çocuğa özel bölgelerinin dokunulmazlığı, mahrem bölgelerini koruma, iyi niyetli dokunuş, kötü niyetli dokunuş konusunda bilgilendirme yapılabilir. Çocuk ile bu tarz konular konuşulurken aceleci davranılmamalı, konuyu tek seferde anlatmak yerine çocuğun anlayabileceği şekilde ve doğru zamanda anlatmak tercih edilmelidir. Tek seferde anlatmak yerine parça parça oyun esnasında, sohbet ederken anlatılabilir.

Sabah kalktığına veya akşam yatarken üzerini kendi başına giyebilmesi veya çıkarabilmesi için zamanı geniş tutup, acele etmeden çocuğun kendi işini kendi başına yapabilme becerisini geliştirmesine yardımcı olunmalıdır. Kalabalık ortamlarda da en azından bir kapının, dolabın, masanın arkasında mümkün olduğu ölçüde vücut mahrem alanını koruyacak

şekilde “soyunma ve giyinmede mahremiyetine dikkat etmesi” gerektiği bilinci ortam ve imkân sağlanarak kazandırılmalıdır. Birkaç çocukla veya kardeşi ile aynı odada kalmaları durumunda, çocuklara, tüm kıyafetlerini değiştirecekleri durumlarda banyoyu kullanmaları, odada üst değiştirirken

bakım verenin dışında başka birinin olmamasına dikkat etmesi yönünde önerilerde bulunmalıdır. Anne babanın da bu konuda çocuğa örnek olması

gerekmektedir. Üstünü giyinip soyunurken özel olarak odasında olması, evde giyeceği kıyafetlerde mahremiyet sınırına dikkat etmesi, çocuğun anne babasının mahrem yerlerini görmemesi de çocukta, mahrem yerleri kimsenin göremeyeceği bilinci oluşmasına yardımcı olmaktadır.



İlköğretim Döneminde Mahremiyet Eğitimi (7-12 Yaş)

Bu dönemde bakım veren kişinin çocuğu aktif olarak dinlemesi anahtar tutumdur.

Çocuk her şeyini bakım verenle konuşabileceğinin / paylaşabileceğinin ve bakım vereni tarafından yargılamadan kabul edileceğinin güvenini taşıması gerekir. Bakım verenin / ebeveynin çocuğun arkadaşlarını iyi bilmesi ve çocuğun öğretmeni ile temas halinde olması önemlidir.

Çocuğun bu dönemde diğerlerinin mahremiyetine zarar verebilecek davranışlarda bulunabileceğinden hareketle çocuğun empati kurma becerisine odaklanarak hem kendisinin hem başkasının mahremiyetini koruma noktasında durulmalı ve gerektiğinde örnekler üzerinden sohbet ederek çocukla mahremiyete zarar verebilecek davranışlar birlikte değerlendirilmelidir.

Çocuğun ekran kullanımı/dijital oyun vb. süresi konusunda çocukla anlaşarak birlikte kullanım zamanları belirlenmelidir. Ayrıca çocuklar için uygun olmayan sitelere erişimi sınırlandırılmalıdır. Kişisel bilgilerin internet ortamlarında ne ölçüde paylaşılacağı konusunda çocuk bilgilendirilmelidir.

Özel eşyalarını/çamaşırlarını toplaması ve dolabına yerleştirmesi sorumluluğu çocuğa verilmeli, başkalarının özel eşyalarını kullanmama bilinci kazandırılmalıdır. Çocuğun kendisine ait eşyasında tasarruf edilirken mutlaka çocuktan izin alınmalı, bir eşyası yer değiştirilirken çocuğa bilgi verilmelidir.

Ergenlik belirtileri, hormonal gelişim göz önünde bulundurulmalı ve bu konuda bakım verenler bilinçlendirilmelidir.

Çocuğun şahsi davranışlarındaki sakarlık, kalın ses, aşırı mahcubiyet, aşırı utanma vb. değişiklikler alay konusu yapılmamalıdır.

Çocuğun ihtiyaç duyduğu zamanlarda yalnız kalma isteğine bakım verenlerin saygı göstermesi gerekir. Yaşanılan ortamda çocuğa özel bir alan veya oda oluşturulması, kız ve erkek çocukların yatak odalarının ayrılması konularına dikkat Giysi alınırken

çocuğun yaşına uygun, abartısız seçimlere dikkat edilmelidir. Eve gelen ziyaretçiler izin almadan çocuğun odasına veya özel eşyalarına bakmamalı, önceden haber vermeli ve izin istemelidir. edilmegerekmedir.



Çocuğun cinsellikle ilgili sorularına gelişim dönemine uygun olarak cevap verilmesi önemlidir. Çocuğun sorularının ayıplanarak cevaplanmaması ve konunun kapatılması çocuğun cevabını bulmak için farklı yerlere veya kişilere yönelmesine, tehlikelere maruz kalmasına neden olabilir.

Çocuğun cinsellikle ilgili sorularına, doğal, açık ve yaşına uygun şekilde anlayabileceği cümlelerle cevap verilmelidir. Sorunun dikkatlice dinlenilerek doğru yanıtlar verilmesi ve cevabın, sorduğu kısmını açıklayacak şekilde olması, ilave bilgi içermemesi gerekir. Çocuğun sorularına alay etmeden yumuşak bir ses tonuyla, nazikçe ve şefkatle yaklaşılması önemlidir.



Evde mutlaka kurallar olmalı, bu kurallar çocukla istişare edilerek oluşturulmalı ve takibi yine kendisine bırakılarak belirli aralıklarla çocuklarla yapılan sohbetlerde kuralların uygulanabilirliği istişareye açılmalıdır.

Kararlar alınırken çoğunluktan ziyade herkesin onaylayabileceği ortak bir paydada buluşulmalıdır.

Aile içi sohbetler problem çözme aracıdır. Burada çocuk kendini ifade etme yeteneği kazanır. Çocuk bu sayede aile içi ilişkilerin nasıl yönetileceğini modelleme yoluyla öğrenmiş olur. Evdeki kişilerin ve bakım verenin tutumlarını burada daha net fark eder, kararlarının değer gördüğünü hisseder. Ev içi çatışmalar bu sohbetler vesilesi ile aşılarak azalır. Çocukta sorun çözme becerisi geliştirilmiş olur. Korkutma, baskı, zorlama, dayatma yerine saygı ile sorunların çözülebildiğini yaşayarak öğrenir.

Okumak için eve getirilen kitap, hikâye, masal, dergi ve çeşitli yayınlar titizlikle incelenmeli, çocukların gelişim dönemlerine uygunluğu belirlendikten sonra çocuğun kullanımına sunulmalıdır. Eve getirilen her yayın bir süzgeçten geçirildikten sonra kitaplığa dâhil edilmelidir. Bazı yayınların özellikle çocuklardaki mahremiyet algısında yıkıcı etkisinin olabileceği unutulmamalıdır.

Ortaöğretim Döneminde Mahremiyet Eğitimi (13-18 Yaş)

Dünya Sağlık Örgütü, UNESCO ve Milli Eğitim Bakanlığına göre ergenlik dönemi, bireyin fiziksel, duygusal ve bilişsel olarak değişim sürecinde olduğu, kimlik karmaşası yaşadığı, bakım verenlerle çatışmalar, arkadaşlık ilişkilerinde ve özgüvende çalkalanmalar yaşadığı bir dönemdir (Aynacı, 2020).

Bu dönemin başlangıcında ve bitişinde bireyin sahip olduğu özellikler çeşitli farklılıklar gösterebilir. Bu dönemin başlangıcı ile beraber bireyin çeşitli gelişimsel alanlarında (fiziksel, zihinsel, sosyal, ahlaki vb.) değişim yaşanır.

Ergen, bir yandan dönemin değişim ve gelişmelerine adapte olmaya çalışırken bir yandan da kendinden büyüklerin ondan beklediği görev ve sorumluluklara karşılık vermek için çaba harcar. Sorumluluklarının değiştiğinin farkındadır ve değişen sorumluluk bilincini yönetmeye çalışır. Zaman zaman ailelerinin veya çevresindeki yetişkinlerin kendilerini anlamayacağını düşünerek sahip oldukları problemlerde onlardan yardım istemeyi bırakır ve problemleri kendi başına ya da aile dışındaki kişilerden yardım alarak çözmeye çalışır; böyle bir arayış bazen olumsuz sonuçlara neden olabilir.

Bakım verenlerle çatışma söz konusu olabileceğinden, bakım veren gereğinden fazla çocuğun mahrem alanına girebilir ya da çocuk bakım verenlerle çatışma yaşadığı anda bakım verenin mahremiyetini ihlal edebilir.

Tartışma esnasında ses yükselmesi, öfke anında fiziksel müdahalede bulunmak, birbirlerinin üzerine yürümek bu duruma örnek verilebilir. Bu tür çatışmalardan kaçınmak gerekir.

Bu sebeple ergenin bu dönemde mahremiyetinin zarara uğramaması için etkin olarak dinlenilmesi ve akranlarıyla kıyaslanmaması gerekir. İfade edilecek hususlar doğrudan kendisine izah edildiğinde çatışma olmadan daha sağlıklı bir diyalog kurulmuş olacaktır. Zaman zaman ergenin içerisinde bulunduğu gelişim dönemi göz önünde bulundurulmadan mükemmeliyetçilikle yaklaşmak, yaşından büyük beklentiye girmek, hatalarını ders alsın diye sık sık yüzüne vurmak hem mahremiyete hem de yaşama dair umuduna zarar verir. Bu dönemin başında çok fazla sakarlık, unutkanlık, başka kişilerin davranışlarına özenme durumları görülebilir. Bu durum dalga geçilecek veya yargılanacak konu haline getirilmemelidir. Bu dönemde benzer çatışmaların yoğun olması sebebiyle çocuk ve ebeveynler/bakım veren gerek görülmesi halinde iletişim konusunda uzman kişilerden destek alabilir.

Yaşının ilerlemesi ve çevreye uyumunun artmasıyla birlikte ergen, davranışlarında denge sağlamaya ve yetişkin gibi hareket etmeye başlar. Problem çözme ve baş etme konusunda daha olgun davranması muhtemeldir. Bu dönemde genç, kişisel ve toplumsal birçok tecrübe yaşar. Bu tecrübelerin yaşanması, davranışları daha gerçekçi ve olgun, istekleri ise daha kabul edilebilir hale getirir.

Çocukların problem davranışlarının ergenlik döneminden mi yoksa farklı sebeplerden mi kaynaklandığının iyi analiz edilmesi önemlidir. Ebeveynler/bakım verenler tarafından ergenlik döneminin özelliklerinin bilinmesi çocuğun problem davranışlarının kaynağının daha rahat değerlendirilmesine yardımcı olur. Bu süreçte bakım verenlerin ergenlik dönemi hakkında bilgi sahibi olmaları, bakım verenin çocuğun yanında olması ve bunu ona hissettirmesi, anlattıklarına inanarak onu şefkatli ve kabul eden bir yaklaşımla dinlemesi faydalı olacaktır. Ayrıca çocuğa önceki dönemlere kıyasla daha fazla ancak becerilerine ve gelişim düzeyine uygun olarak sorumluluk verilerek çocuğun güçlendirilmesi ve kendisi hakkında kararlar verebilmesi sağlanması ve doğru karar alma konusunda destek olunması önemlidir.

Ergenlik döneminde çocuklar cinsel gelişimlerinde çok fazla farklılık yaşamaktadırlar. Bu dönemde karşılaştığı ve karşılaşacağı değişimler konusunda ergene doğru bilginin bireysel olarak verilmesi gerekmektedir. Vücuttaki değişim ve gelişmeler, cinsel gelişimi ile ilgili eğitimler uzman kişiler tarafından verilebilir. Mahremiyetin ihlali durumunda, çocuğun bu durumu kime aktarması kime aktarmaması gerektiği konusunda gerekli bilgilendirme yapılmalıdır.

Bu dönemin iki önemli stres kaynağı vardır: Bunlardan birisi hormonal değişimden kaynaklı stres diğeri ise gencin kimlik arayışı, aileden ayrışarak bir birey olarak kendini kanıtlama kaygısından kaynaklı yaşadığı strestir.

İstismara Maruz Kalmış Çocuklarla İletişim Süreci



Çocuğun gelişimine ve sağlığına fiziksel, duygusal, sosyal, bilişsel yönlerden zarar veren her türlü kötü muamele çocuk istismarı olarak ifade edilebilmektedir.

Fiziksel belirtiler:

Vücutta meydana gelen değişiklikler (morluk vb.), baş ağrısı, karın ağrısı, yemek yeme konusunda isteksizlik, alt ıslatma davranışı, gece uykusunda sorun yaşama, genital bölgede ağrı/kızarıklık/şişlik/kanama vb. olarak karşımıza çıkmaktadır.

“
“

Çocuk istismarı fiziksel istismar, duygusal istismar, cinsel istismar, aile içi cinsel istismar, çocukların ticari cinsel sömürüsü olarak çeşitlenmektedir (ASPB, 2018). İstismara maruz kalmış çocuklar yaşadıkları durumu açıklamakta ve ifade etmekte zorlanabilir ve çekinebilirler. İstismara maruz kalmış çocuklar, anlattıktan sonraki sonuçlarından korkma, reddedilme korkusu, istismarcısı tarafından kandırılma, kendini suçlama, ailesini veya yakın çevresini koruma, yaş gereği farkında olmama, engel durumu gibi nedenlerle yaşadıklarını açıklayamayabilirler.

Bu sebeple çocuktaki değişikliklerin farkında olup iyi analiz edebilmek çok önemlidir. İstismar mağduru çocukta ortaya çıkan belirtiler, fiziksel, duygusal sosyal ve davranışsal boyutta ortaya çıkabilmektedir .





Duygusal boyuttaki tepkiler:

Duygu durumundaki ani değişimler, korku, kaygı, olayı kabullenememe/ yok sayma, kendini suçlama, benlik saygısında azalma, öfke, güven kaybı vb. bazılarıdır.

Sosyal Boyuttaki Tepkiler

Hayır deme konusunda zorluk yaşama, ilişkilerde güven sorunu yaşama, sosyal ortamlardan kaçınma/yalnız kalmayı tercih etme, sosyal çevre ve aile ile iletişim kurmaktan kaçınma, değersizlik hissi karşılaşılan belirtiler arasında yer almaktadır.

Davranışsal Boyuttaki Tepkiler

Aşırı temizlenme veya öz bakımını bütünüyle ihmal etme, yaşına göre küçük davranma, abartılı davranışlarda bulunma, daha sert görünme çabası, insanlardan ve bazı mekanlardan uzak durmaya çalışma, saldırgan davranışlarda bulunma, kendine zarar verme davranışında bulunma, alkol ve madde kullanımına yönelme, okulda devamsızlık yapma, sosyal ortamlardan uzak kalma, cinsel eylemlerin çoğalması gibi davranışsal tepkilerle karşılaşabilmektedir.

Çocuğun istismarının öğrenilmesi durumunda öncelikli olarak çocuğa yaklaşımda çok dikkatli olmak gerekir. İstismara maruz kaldığını açıklayan çocuğa inanılması önemlidir. Yapılan araştırmalar çocukların bu konuda çok nadir yalan söylediğini belirtmektedir. Çocukla istismar hakkında konuşma yaparken aşağıdaki hususların dikkate alınması faydalı olacaktır.



Konuşmanın kesintiye uğramayacağı ve çocuğun kendini rahat ve güvende hissedeceği bir ortamda görüşme yapın.

- Çocukla yumuşak bir ses tonu ile konuşun.
- Çocuğa, “ona yardımcı olmak” amacıyla yanında olduğunuzu hissettirin.
 - Aynı hizada ve karşılıklı oturulan bir oturma düzeniniz olsun.
 - Söylediklerine inanın ve onu kabul ettiğinizi hissettirin.
 - Sıcak ve içten bir ilişki ile güvende hissetmesini sağlayın.
 - Aceleci olmadan kendini ifade etmesi için fırsat tanıyın.
 - Yönlendirici soru sormaktan ve yorum yapmaktan kaçının.
- Yaşadıklarını konuşurken duygusal dengeyi kurun. Yoğun duygulardan kaçınmaya özen gösterin. Bununla birlikte konuşulanları sıradanlaştırmayın.
 - Görüşme esnasında tüm ilginiz çocukta olsun.
 - Gerçekleştiremeyeceğiniz vaatlerde bulunmayın.
- Çocuğun size verdiği bilgileri sadece ilgili yerlerle ve kendisine fayda sağlama amacıyla paylaşılacağını ifade edin.
 - Çocuğu, yaşadıklarını arkadaşlarına anlatmaması yönünde bilgilendirin.
 - Çocukla konuşurken fiziksel temas kurmaktan kaçının.
 - Olayı tutanaklaştırırken çocuğun ifade ettiği cümleleri kullanın.
- Adli süreç hakkında çocuğu bilgilendirin. Çocuğun nerelerde yaşadıklarını anlatması gerektiği hakkında bilgi verin. Bu süreçte her zaman yanında olacağınızı ifade edin.
 - Çocuğun da rızasını alarak bir uzmandan destek alın.
- Çocuğu bunaltmadan, özellikle fark ettirmeksizin çocuğun bir süre takip edilmesi önemlidir

Çocuğun istismarının öğrenilmesi durumunda, çocuğun şikayetçi olup olmamasını dikkate almaksızın gerekli tespit ve raporlamanın yapılarak derhal yetkili mercilere bildirilmesi gerekir. Ancak bu sürece çocuğun hazırlanması da gerekir. Onu yüreklendirerek yanında olduğunuzu hissettirerek birlikte süreci yürüteceğinizin anlatılması, kendine güvende hissetmesi gerekir.



Başvuru Merkezleri

**ALO 183 Sosyal Destek
Hattı
ALO 112 Acil Çağrı
Merkezi
En Yakın Kolluk
Kuvvetleri**

Cinsel istismar öyküsü olan çocuklarda mahremiyetine dikkat etme, koruma veya başkasının mahremiyetine karşı saygılı olma konularında yaşanan problemlerin çocuğun yaşamış olduğu travmanın etkisiyle olabilecek problem davranışlar olarak değerlendirilmesi gerekir ve bu davranışların görülmesi normaldir. Bu eğitim içeriğinde mahremiyet bilincine yönelik bahsedilen hususlar koruyucu önleyici yaklaşımları içermekte olup bir müdahale programı değildir. Bu bağlamda istismara uğrayan çocuk için psikososyal destek veya terapi destek sürecine muhakkak başlanması gerekir.

