



Son yıllarda çocuğa yönelik cinsel istismar vakaları büyük bir hızla artmaktadır. Çocukları böyle durumlardan korumanın en iyi yolu onları bu konuda eğitmektir. Çocuklara mahremiyet eğitimi 'ne 2 yaşından itibaren başlanmalıdır. Cinsel istismara uğrayan çocuklar sadece kız çocukları değildir. Erkek çocuklarda bu tehlike altındadır. Çocuğa cinsel istismarda bulunan insanların %80'i çocuğun tanıdığı birisidir. Çocuğu sadece yabancılara karşı korumak yeterli değil, çocukları tanıdığı kişilere karşı da kendini korumayı öğretmeliyiz. Çocuklara mahremiyet eğitiminin verilmesinde aile çok önemlidir, ailenin bu konuda bilinçli olması gerekiyor.

ÇOCUĞA BÜYÜKLERE MUTLAKA İTAAT ETMESİ GEREKTİĞİ ÖĞRETİLMEMELİDİR:

Büyüklerin söylediğini ne olursa olsun yapması gerektiğini düşünen çocuk taciz durumu karşısında da kendisini isteneni yapmak zorunda hisseder. Karşısındaki kendinden büyük olduğu için onun dediğine itiraz etmemesi gerektiğini düşünür. Çocuğa kendini rahatsız ve güvensiz hissettiği durumlara karşı itiraz etmesi gerektiği öğretilmelidir.

Mahremiyet Eğitimi

Çocuk hayır demesini bilmelidir:

Çocuk istemediği şeylere hayır demesini bilmelidir. Hayır demesini bilmek, kişisel sınırların çizilmesi, bu sınırlardan ödün verilmemesi açısından önemlidir. Hoşuna gitmeyen bir şeye hayır diyebilen bir çocuk karşılaşabileceği istismar vakalarına karşı daha korumalı olacaktır. Hayır demek sınır koymaktır. Çocuğunuzun hayır dediği bir şeyi zorla yaptırmaya kalkmayın. Hayır dediği zaman çocuğunuzu zorla öpmeye çalışmayın veya hayır dediği bir yemeği zorla yedirmeyin. Onun "hayır"ına saygı duyun. Çocuk her zaman eş dost akraba tarafından sevilme istemeyebilir ya da onların sevme şekillerinden hoşlanmayabilir. Çocuğun bu tepkisine saygı duyulmalı ve o senin halan teyzen bırak sevsin gibi sözlerle sevilmesi ya da öpülmesi konusunda ısrarcı olmamalıyız.



Çocuğunuz "hayır" deyince ona küsmeyin, bu çocukta "hayır dersem sevilmem, değersiz bir insan olurum" algısı yaratmaktadır. Hayır diyebilme becerisi erken yaşlarda kazanılır ve çocuğu istemediği davranışlardan ve tehlikelerden korur.



Çocuklara mahremiyet eğitimi verirken bunun en önemli parçası çocukta " izin verirsem" bilincini oluşturmaktır. Yani çocuk ancak kendisi izin verirse ona dokunulabileceği bilinciyle yetiştirilmelidir.

Anne- babalar ve diğer büyükler çocuğu öpmeden önce " seni öpebilir miyim?" diye sormalı izin aldıktan sonra öpmelidir. Çocuk hayır derse kesinlikle zorlanmamalı ya da isteği dışında bu davranışlarda bulunulmamalıdır.

İzin vermediği sürece kimsenin kendine yaklaşamayacağı bilinci öncelikle aile içinde oluşturulmalıdır.

Çocuk bedeninin kendisine ait olduğu bilinciyle yetişir ve izinsiz kendisine dokunulamayacağını kavarsa kendisini taciz olaylarına karşı korumayı da bilir. Bunun için çocuğun çevresindeki yetişkinlerden ayrı biri olduğunu bilmesi gerekir. Örneğin, terlemiş bir çocuğun atleti izin alınmadan aniden çıkartılmamalı, altını ıslatan bir çocuğun pantolonu kızgınlıkla değil izin alınarak çıkartılmalıdır. Bu şekilde yetiştirilen bir çocuk zamanla izin alınmadan bedenine yapılan müdahalelerden rahatsız olur.

ÇOCUK KIYAFETLERİNİ KİMSELERİN GÖREMEYECEĞİ BİR ALANDA GIYIP-ÇIKARMALI

Çocuğun iç çamaşırına varılıncaya kadar başkalarının önünde soyup giydirmek doğru değildir. Çocuğun etrafındaki büyüklerin de çocuğun göremeyeceği bir alanda giyinip soyunması da mahremiyet duygusunun gelişmesi açısından önemlidir.

Çocuğu banyo yaptırırken 4 yaşından itibaren çocuğu iç çamaşırı ile yıkamak gerekir. Bu yaştan itibaren çocuğun iç çamaşırını değiştirirken, cinsel bölgesini temizlerken gözlerimizi kısarak ya da başımızı hafifçe yana çevirerek o alana saygı gösterdiğimizi hissettirmek çocuklarda mahremiyet duygusunun gelişmesine katkı sağlayacaktır.

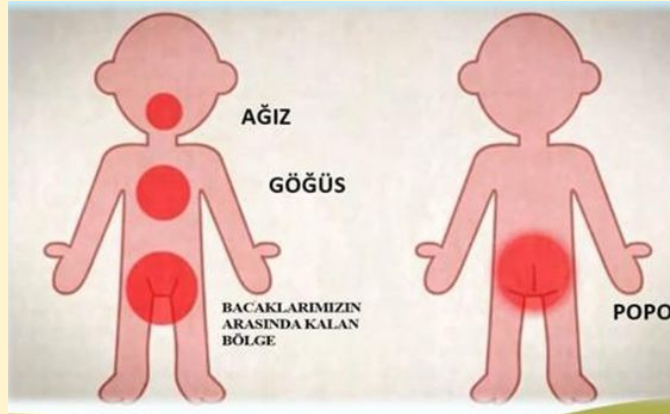


Çocuğun odasına girilirken kapı mutlaka çalınmalı ya da çocuk anne-babanın odasına girerken kapıyı çalması gerektiği anlatılmalıdır.



Çocuklar için evde bir yer belirleyip, çocuğa özel eşyalarını buraya koyabileceğini söyleyebiliriz. Onun bu özel alanını anne-babanın izin alarak kullanması çocuğun özel alan düşüncesini pekiştirir. Çocukların çantalarını açarken, kalemliklerine bakarken, eşyalarını kontrol ederken izin istemeliyiz.

Özel Bölgelerimize Kimse Dokunamaz



Bunların yanı sıra anne babaların çocuklarda taciz ve istismarı engellemede dikkat etmesi gerekenler;

- Çocukların mahrem alanlarına bakılmamalı, gerektiğinde izin istenmeli.
- Evde banyo ve tuvaletin kapısı kapalı tutarak gereksinimler karşılanmalı. Çocuk baba, büyükanne büyükbaba dahi olsa kimseyle tuvalete gönderilmemeli.
- Çocuklar küfür, uygunsuz el hareketleri ve şakaların yapıldığı ortamlardan uzak tutulmalı.
- Çocuğa, hoşlanmadığı durumlarda bağırma, kaçma ve itiraz etme öğretilmeli.



Çocuğun Televizyon veya İnternette izledikleri Kontrol Altında Olmalıdır

Çocuğun izlediği programlara aileler tarafından dikkat edilmesi, cinsel içerikli şeylerin çocuk tarafından görülmemesine özen gösterilmesi gerekir.

Ayrıca çocuğun eline telefon ya da tablet verip internette kontrolsüz olarak gezmesine izin verilmemesi gerekiyor. İnternet ortamında çocuğunuzun psikolojisini olumsuz yönde etkileyebilecek videolar oldukça fazla. Çocuğun izlediği videolar, programlar her zaman kontrol altında olmalıdır.

Ancak çocuk cinsel içerikli şeyleri görmek zorunda kaldıysa aile " Bu şekilde davranmak, insanların özel yerlerine dokunmak hiç hoş bir şey değildir." gibi cümlelerle tepki belli edebilir. Çocuklar anne 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.

İlk olarak cinsel gelişim süreçleri ile ilgili kendimizi bilgilendirmeliyiz. Cinsel eğitime nasıl ve nereden başlayacağınız konusunda uzmanlardan destek almaktan çekinmemelisiniz.

- Ergenlik belirtileri başlamadan önce çocuğunuzla konuşmalı ve bu süreçte gerekirse uygun görsel materyallerden faydalanmalı ya da uzmanlardan destek istemeliyiz. Yaşına ve gelişim düzeyine uygun olarak açıklamalar yapmalıyız. Eksik ya da fazla bilgi vermekten kaçınmalıyız.
- Vücut bölümlerini bilimsel adları ile öğretmeliyiz. Takma isimler kullanmamalıyız.
- Cinsel organların öğretiminde bir kadın ve bir erkek vücudu resmi/maketi üzerinde öğretim yapabiliriz ve cinsiyetine uygun olarak cinsel organının ayrıntıları hakkında bilgi verebiliriz.
- Cinsel organlarının ve vücudunun temizliğinin detaylarını basit ve anlaşılır bir şekilde öğretebilirsiniz, bunun için öykülerden faydalanabilirsiniz.
- Çocuğunuzun içinde bulunduğu gelişim dönemini dikkate alarak, gösterdiği cinsel içerikli davranışlara aşırı tepki vermek yerine uygun şeklini, yerini ve zamanını öğretmeliyiz. Olumsuz davranışa vurgu yapmamalıyız.
- Özel gereksinimli ergenler çoğu zaman mastürbasyonu bilinçli yapmamaktadırlar. Fark ettiğimizde mutlaka çocuğunuzun anlayacağı düzeyde açıklama yapmalı, uygun yer, zaman, uygun, temiz şekilde ve kendine zarar vermeden yapabilmesini sağlamalısınız. Kendine ait özel bir oda ya da banyoda yapabileceğini söyleyebilirsiniz, bu onun özel alan bilgisi için önemlidir.
- Kız çocuklarına adet(regl) dönemi boyunca pedini ne zaman ve nasıl değiştireceği öğretilmelidir.



Cinsellik, zihinsel boyutundan daha çok fizyolojik bir ihtiyaçtır. Bu nedenle nasıl-istisnai durumlar dışında – hemen her bireyin cinselliği ve buna uygun ihtiyaçları varsa, özel gereksinimli bireylerin de bu ihtiyaçları vardır. Sadece bu ihtiyacın giderilmesini öğrenme ve giderme şekilleri farklılık gösterebilmektedir.

Cinsel organların ilk işlevinin boşaltım olduğu unutulmamalıdır. Bir diğer beceri ise **yabancıyı ayırt etmedir**. Özel gereksinimli çocuklarda bu beceri çalışılarak öğretilir. Gerçek nesneyle resimleri eşlemeyi öğrenen çocuğa güvenilecek yetişkin resimleri kullanılarak güvenilecek kişiler "**tanıdık**" kişi olarak öğretilir.

Tanıdık kavramı öğretildikten sonra gizlilik, örtülülük ve dokunulmazlık çalışması başlatılır. **Gizlilik**, bedeninin başkası tarafından görülmemesinin sağlanmasıdır.

Örtülülük, ortamın gerektiği şekilde giyinme ve cinsel organın her zaman örtülü olmasıdır. Dokunulmazlık ise bedeninin başkası tarafından dokunulamaz olmasının öğretilmesidir.



Ergen çocuğa her gün iç çamaşırı da dahil giysilerini değiştirme öğretilmelidir. Giysi değiştirme sırasında daha önce kazandırılan gizlilik, örtülülük ve dokunulmazlık kurallarının uygulandığı kontrol edilmelidir. Bulunulan yere ve mevsim değişikliklerine göre uygun kıyafet seçimi çocukla çalışılmalıdır.



Eğer çocuk için bu eğitime geç kalındıysa ve sürtünme davranışı başladıysa o zaman yapma demek yerine çocuğunuzun dikkatini başka yöne çekmeli ve tuvalete gitme ihtiyacı varsa gitmesini söylemelisiniz. Çok uzun süreler kalmasına izin vermemelisiniz. Çocuk tuvaletten çıktığında üstünü kirletmiş ise bunu yaparken peçete ile silebileceğini ve üstüne gelmemesine dikkat etmesi gerektiğini söyleyebilirsiniz.

EYLÜL						
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

Regl öncesinde anne, ardışık günlere takvim üstünde çiçek çizerek bu günlerde çamaşıra çiçek yapıştırma (ped yapıştırma) etkinliği yapmalıdır.



Ped değişimi konusunda özel gereksinimli çocuklar kuruluğa alıştığı için sabırsız olabilir. Özel gereksinimli çocuklarda görselle destekleme etkili olacaktır. Bir ped resmi üzerindeki emici bölge boyanarak bu bölge dolduğunda değiştirmesi gerektiği öğretilir. Tıbbi olarak günde 4-5 kez değiştirilmelidir. Değişim zamanını algılayamayacak özel gereksinimli ergende görsel ayırt edici kullanılabilir. Anlaması daha zor olan kızlarımız için ped üzerine sıvı dökülerek işaretli alanın dolması sağlanıp, sonrasında pedi katlayarak atma çalışmaları simülasyon uygulamalarıyla çalışılabilir. Gece yatarken arkası geniş ped yerleştirmesi öğretilmelidir.



Gizlilik, örtülülük ve dokunulmazlık sınırlarını ihlal etmemek adına iç çamaşırı taytın üstüne giydirilmelidir. Pedin nasıl yapıştırılacağı ve çıkarılacağı öğretilmelidir. Regl öncesi dönemde günlük ped kullanılması daha uygun olur. Bu döngüyü anlayamayacak kız ergenlere neden açıklanmaksızın sadece beceri eğitimi şeklinde yapılabilir. Ped doğru yerleştirilmeye başlandıktan sonra pedi kendi çamaşırı üzerine yapıştırılması çalışılır. Bu çalışmanın kontrolü, bir gün sonra çocuk çamaşırını değiştirdikten sonra yapmak uygun olur.

Özel gereksinimli çocuklara cinsel konularda eğitim verirken üstü kapalı bir anlatım, gizli kelimeler, yapmacık benzetmeler kullanılmamalıdır. Somut, açık, net, onların yanlış yorumlamasına izin vermeyecek bir anlatım kullanılmalıdır. Zihinsel engelli çocuk ve gençlerin giyim tarzına da dikkat edilmelidir.



Erkek çocuklar için mastürbasyon dönemi başladığında ve aile çocuğa bunu öğretip anlatmadığında çocuk kendi başına tesadüfen öğrenecek ve sonrasında her yerde sürtünme, elini götürme davranışı gösterecektir. Bu yüzden imkan varsa baba imkan yoksa anne erkek çocuğa bu eğitimi vermelidir. Çocuğa bunun normal olduğunu elini götürdüğünde sıvı gelmesinin yanlış bir şey olmadığı anlatılmalıdır. Bunu her yerde yapamayacağını ve sadece tuvalette ya da kendine özel odası varsa odasında yapmasını söylemelisiniz.

Özel gereksinimli çocuklarımızın bir cinselliği olduğunu unutmamalı ve onu, bu ihtiyacın en doğru şekilde giderilmesine hazırlamalıyız. Sağlıkla kalın...