



Mahremiyet Eğitimi, İhmal ve İstismardan Korunma

Korozo İlkokulu Rehberlik Servisi

Hatice Dönmez
Psikolojik Danışman

SUNU İÇERİĞİ

- Mahremiyet Eğitimi
- Mahremiyet Eğitimi Verirken Dikkat Edilmesi Gereken Kurallar
- Çocuk İstismarı
- Çocuk İstismarın Belirtileri
- Çocukları Koruyabilmek İçin Yapılması Gerekenler

Nedir bu “mahremiyet eğitimi”?

Mahremiyet eğitimi 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.

- Mahremiyet eğitimi, en kolay olarak 4 – 7 yaş arasında anne-baba tarafından verilir.
- Çocukların ruhsal ve cinsel açıdan korunmaları adına mahremiyet eğitimi almış olmaları çok önemlidir.
- Mahremiyet eğitimi almış olan bir çocuk, başına gelen herhangi olumsuz bir olayda olayı tam anlamıyla idrak edemese de; bir şeylerin yanlış ve ters olduğunu fark edecektir. Dolayısıyla kendini alarma geçirecektir.



Mahremiyet Eğitimi Verilirken Dikkat Edilmesi Gereken Noktalar

1. Özel Alan Tanımlama

- Özel olan bölgeler, bu bölgelerin gizlenmesi gerektiği çocuğa iki yaşından itibaren yavaş yavaş anlatılabilir.
- Özel alanın başkalarından gizlenmesi ve anne-baba, doktorlar dışında bu bölgeye kimsenin dokunmaması gerektiği çocuğa öğretilmelidir.

- Çocuk için tanımlanan özel alan aynı zamanda anne-babanın da özel alanıdır.
- Çocuk cinsel organlar ile ilgili sorular sorduğunda, anne baba bu açıklamaları kendi bedenleri üzerinden yapmamalıdır.
- Resimli kitaplar/kuklalar üzerinden veya çocuğun kendi bedeni üzerinden anlatım yapılmalıdır.

- “Özel alan” kavramının çocukta oluşabilmesi için, çocuklar yürümeye başladıkları andan itibaren, çırılçıplak olarak ortaya bırakılmamalıdır.
- Özellikle 4 yaşından itibaren, çocuklar çırılçıplak olarak evde veya ev dışında bulunmamalıdır.

2. Çocuğa “İzin verirsem dokunabilirsin” Bilincini Öğretme

- Çocuk, kendi rızası dışında ve rahatsız olduğu bir temasla karşılaştığında, “hayır” diyebilmelidir.
- Bu bilincin oluşabilmesi için, ebeveynlerin de zorla çocuğa dokunmamaları, sıkıştırmamaları, özellikle de öpme, okşama gibi sevgi gösterilerinde bulunmamaları gerekir.



- Çocuğu öpmek istediğinizde “Seni öpebilir miyim?” diye iznini istemek onda hem güven hissinin oluşmasını sağlayacak, hem de istenmeyen bir durumla karşılaştığında çocuk reddedebilmeyi öğrenecektir.

- 4 yaşından itibaren çocukların bedenine yapılacak her türlü müdahalede ebeveynler çocuklarının onayını almalıdırlar.



- Çocuk zamanla kendisinden izin alınmadan bedenine yapılacak müdahaleleri hisseder ve rahatsız olur.

3. Odanıza İzin Alarak Girmesi Gerektiğini Öğretme

- Çocuklara dört-beş yaştan itibaren anne babanın odası kapalı ise odaya kapıyı çalarak ve izin alarak girmesi gerektiği öğretilmelidir.
- Bu davranışın çocukta oluşabilmesi için, anne babalar da çocuğun odasına “özel alan”ına girerken ondan izin isteyerek girmelidir.

4. Tuvaletin Kapısını Kapalı Tutması Gerektiğini Öğretme

- Tuvalet gereksinimini gerçekleştirmek mahrem bir şeydir ve bu durumun da bir “özel alan” olduğu çocuğa gösterilerek öğretilmelidir.
- Ebeveynler de bu konuda çocuğa doğru model olarak durumun pekişmesini kolaylaştırabilirler.

5. Çocuğun Özel Alanlarına Saygılı Olma

- Anne-babaların çocukları herkesin görebileceği bir şekilde soyup giydirmemeleri gereklidir. Mutlaka başka bir odaya geçerek bunun yapılması gerekir.
- Bebeklik döneminden itibaren alt değiştirmenin dahi ortalıkta yapılmasından ziyade, farklı bir odaya geçilerek yapılması, çocukta mahremiyet duygusunun gelişmesini sağlar.

6. Çocuğun Cinsel Organlarını Sevgi Objesi Yapmama

- Çocukların cinsel bölgelerinin yetişkinler tarafından sevgi nesnesi haline getirilmemesidir. Bu alanların öpülerek, okşanarak sevilmemesi, herkes içinde gösterilerek çocuğun rencide edilmemesi “mahremiyet” duygusunun gelişimi için çok önemlidir.

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

7. Çocuğa “fiziksel baskıya direnme refleksi”ni Öğretmek

- Küçük yaştaki çocuklar kendi güçsüzlüklerini ve çaresizliklerini büyüklerin gücünü keşfettikçe anlarlar.
- Anne- babalar ve akrabalar bu yüzden, çocuklarına olan sevgi gösterileri sırasında çocuklara kendi güçsüzlüklerini hissettirecek kadar büyük ve orantısız güç kullanmaktan kaçınmalıdırlar.

- Anne- babalar, çocuğuna kendisine güç, zorlama uygulandığında karşılık vermesi gerektiğini öğretmelidir.



- Bunun için de bazen çocuğun istemediği bazı durumlarda gösterdiği tepki, güç gösterisi ile kırılmamalı, çocuğun direncinin işe yaradığı bizzat yaşayarak ona gösterilmelidir.

8. İlkokulla Birlikte Özel Mekan Tanımlama

- İlkokul dönemi ile birlikte çocuklar için evde bir çekmece ya da sepet belirlenip, çocuğa özel eşyalarını buraya koyabileceği söylenebilir.
- Onun bu özel alanını anne-babanın izin alarak kullanması çocuğun özel alan düşüncesini pekiştirir.

9. Kız ve Erkek Çocukların Odalarını Ayırma

- Kız ve erkek kardeşlerin odalarının evin fiziksel imkanları yeterliyse ilkököl dönemiyle birlikte ayrılması yerinde olacaktır.
- ‘Onlar kardeş bir sorun olmaz’ diye düşünmek kadar, bu konuda aşırı kaygılı davranıp endişelerimizi çocuklara hissettirmek de sakıncalıdır.

10. Özel Alan İhlallerine Tepkinizi Belli Etme

- Çocukla birlikte dışarıda gezerken veya televizyon izlerken aniden karşımıza mahremiyet ihlali içeren sahneler ve durumlar çıkabilir.
- “İnsanların özel yerlerine dokunulmaz” gibi cümlelerle tepki belli edilebilir.
- Böylece çocuk anne-babanın tepkilerini modelleyerek mahremiyet ihlallerine karşı duyarlı hale gelir.

- Çocuklar anne-babaların kendilerine değil de başkalarına verdikleri tepkiler yoluyla daha kolay öğrenmektedirler.
- Mahremiyet eğitimini alan çocuklar kendi özel alanını bilir, bu alanını korur ve başkalarının özel alanlarına da saygı gösterir.



- Cinsel tacizlerin arttığı günümüzde çocukları korumanın ilk adımı onlara mahremiyet eğitimi vermektir.

**Çocuk İstismarı
ve
Çocuklarımızı
Koruyabilmek**

Çocuk istismarı nedir?

0-18 yaş grubundaki çocuğun;

- ✓ Sağlığını,
- ✓ Fiziksel gelişimini,
- ✓ Psiko-sosyal gelişimini

bilerek veya bilmeyerek olumsuz etkileyen her türlü harekete “ÇOCUK İSTİSMARI” denir.

İstismar çeşitleri nelerdir?

- Fiziksel istismar
- Duygusal istismar
- Ekonomik istismar
- Cinsel istismar

CİNSEL İSTİSMAR

Bir kişinin, çocuğa yönelik cinsel haz duyma amacıyla;

- *Cinsel organlarına dokunması ve/veya dokundurtması,*
- *Tecavüz etmesi,*
- *Teşhircilik yapması,*
- *Cinsel uyarı ve doyum için kullanılması,*
- *Fuhuşa zorlanması,*
- *Pornografi gibi türlü suçlarda cinsel obje olarak kullanılması,*
- *Çocuğun yanında Pornografik görüntüler izlenmesi ve izletilmesi.*

Cinsel istismarcı kim olabilir?

- Yetişkin bir erkek,
- Yetişkin bir kadın,
- Yaşıtı,
- Yaş olarak kendinden büyük çocuk,
- Aileden biri de olabilir.

Kimler cinsel istismara uğrar?

Cinsel istimara uğrayanların

%71'i kız,

%29'u erkek

çocuklardır.

Cinsel İstismara Maruz Kalan Çocukların Yaş'a Göre Dağılımları İncelendiğinde;

%30'unun 2-5

%40'ının 6-10

%30'unun 11-17

Yaş grubunda olduğunu görüyoruz.

Cinsel istismar

“Cinsel istismarın mutlaka *şiddet* içermesi gerekmez”

“Cinsel istismarda çocuğun *rızasının* olup olmadığına bakılmaz”



Risk Etmenleri (Çocukla ilgili)



- Yaşının küçük olması
- Bazı ruhsal(zihinsel), fiziksel ve gelişimsel bozukluklarının olması,
- Süreğen tıbbi hastalığının olması,

Risk Etmenleri (Aile ile ilgili)

- Anne-babanın birbiriyle ve/veya çocukla zayıf ilişkilere sahip olması,
- Annenin-babanın koruyucu olmaması,
- Anne-babanın çocukluk döneminde istismara maruz kalması,
- Ailede alkol ya da madde bağımlılığı olması,
- Maddi sıkıntı

- Annenin olmaması veya göz yumması
- Babanın olmaması veya göz yumması
- Ebeveyn olmayışı (ölmesi)
- Ebeveynlerin üvey olma durumu
- Tek odalı evde kalınması
- Aile içi çatışma
- Ana babalık görevini yerine getirmeme
- Ebeveyn çocuk ilişkisinde bozukluk
- Ailenin gelen gideninin çok olması

Cinsel İstismara Maruz Kalan Çocuklarda Görülen Belirtiler

- Cinsel istismara bağlı duygusal ve davranışsal belirtiler yaşa göre değişebilir.



Cinsel İstismara Maruz Kalan Çocuklarda Görülen Belirtiler



0-3 Yaş

•***Davranışsal-fiziksel belirtiler:*** Yeme ve uyku bozuklukları, yabancılardan korkma, anneye aşırı düşkünleşme, üzerini giyip çıkarırken sorun çıkarmaya başlama.

•***Duygusal belirtiler:*** Korku, her şeye ağlama, hırçınlık, ne olup bittiği ile ilgili kafası karışır.



3-6 Yaş

•***Davranışsal-fiziksel belirtiler:*** Bebeklik dönemine geri dönüş (bebek gibi konuşma, parmak emme gibi), içe kapanma, sözel ifadede azalma, anneye daha fazla bağlı olma, tuvaletini altına yapma, yeme ve uyku bozuklukları, cinsel oyun (sık ve devamlı), mastürbasyon yapma.

•***Duygusal belirtiler:*** Ne olup bittiği ile ilgili kafası karışır. Korku, utanma, öfke, suçluluk , çaresizlik, zarara uğrama ve kirlenme duygusu.



6-12 Yaş

•**Davranışsal-fiziksel belirtiler:** Sosyal içe kapanma ve tek başınalık, evden-okuldan kaçma, yeme ve uyku bozuklukları, öğrenme bozukluğu, takıntılı davranışlar ve düşünceler, kendinden küçüklere cinsel istismarda bulunma, durup dururken ağlama, hassaslaşma, karın ve baş ağrıları, huzursuzluk.

•**Duygusal belirtiler:** Korku, utanma, suçluluk, öfke, güvensizlik, depresyon, intihar düşüncesi, kirlenmişlik hissi



13-18 Yaş

•**Davranışsal-fiziksel belirtiler:** Korkularının günlük yaşantısını engelleyecek boyuta gelmesi, bağımlılık yapan maddelere düşkünlük, evden- okuldan kaçma, başkalarını istismar etme, takıntılı düşünce ve davranışlar, duygusal ve fiziksel yakınlıktan kaçınma, yeme bozukluğu , sinirlilik, riskli cinsel davranışlar, süregelen enfeksiyonlar, sosyal içe kapanma, intihar.

•**Duygusal belirtiler:** Öfke, korku, suçluluk, utanma, güvensizlik, çaresizlik, depresyon, intihar düşüncesi, kirlenme duygusu

**Çocuklarımızı
Cinsel İstismardan
Korumak İçin
Neler Yapabiliriz?**

1. Cinsellik konusunda çocuklarınızı bilgilendirin.

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

2. Güvenliklerini sağlamayı öğretin.



- Çocuklara güvende olma hakları olduğunu ve kimsenin bunu ellerinden alamayacağını söyleyin.
- Çocuklarınıza, güvenliklerini korumak için gerekirse kendilerine zarar veren kişiden kaçmak, yüksek sesle bağırmak ve onu tekmelemek gibi bazı kural dışı davranışlarda bulunabileceklerini anlatın.



- İnşaatlarda, boş, terk edilmiş evlerde, bodrumlarda, ailenin bilgisi olmadan oynamaması gerektiğini, ayrıca aileden izinsiz arkadaş ve komşu evlerine gitmemesi gerektiğini öğretin.
- Çevrede kötü insanlar olabileceği ve kandırmak için çeşitli hikayelerle anlatabileceklerini ama buna inanmaması gerektiğini öğretin.
“Annen kaza geçirdi; ben doktorum, seni yanına götüreceğim” vb...



- Sanal ortamlarda tanımadığınız insanlarla arkadaşlık yapmaması gerektiğini öğretin.
- Sanal ortamlarda özel görüntülerini paylaşmaması, tanımadığı kişilerle görüntülü görüşme yapmaması gerektiğini öğretin.
- Çok iyi tanımadığı kişilerle baş başa vakit geçirmemesi gerektiğini öğretin.

- Ailenin haberi olmadan kafelere, internet kafelere oyun salonlarına gitmemesi gerektiğini öğretin.
- Ailenin bilgisi dahilinde gittiğinde de yediklerine ve içtiklerine dikkat etmesi gerektiğini öğretin.
- Tanımadığı ve güvenmediği kişilerden ağrı kesici vs. ilaç alıp içmemesi gerektiğini öğretin.
- Geceleri geç saatte sokakta yalnız başına kalmasına izin vermeyin.

3. Bedenlerini korumayı öğretin.

Çocuklarınıza bedenlerinin kendilerine ait olduğunu, özellikle iç çamaşırları ile kapatılan bölgelerin çok özel bölgeler olduğunu ve kimsenin bu bölgelere bakma veya dokunma hakkının olmadığını anlatın.

...senin denize girerken mayo ile örttüğün bölgelerin özel bölgeleridir.



Çocuğunuza
«İYİ VE KÖTÜ DOKUNMAYI»
anlatın.

İyi Dokunma – Kötü Dokunma



- Çocuğumuza, kimlerin kendisine dokunabileceğine, öpebileceğine ve sarılabileceğine kendisinin karar verme ve “hayır” deme hakkını vermeli, bu hakkının olduğunu bilmesini sağlamalıyız.

- Herhangi birinin uygunsuz bir şekilde dokunması halinde yapabileceklerini öğretmeliyiz.



İyi Dokunma

Sevdiğin kişilerin sarılması ve öpmesi güzel bir şeydir.

- Uyandığında annenin sana sarılması ve öpmesi,
- Babanın iyi geceler dilemek için sarılması ve öpmesi,
- Anneanne ve dedenin ziyarete geldiklerinde kucaklaması ve öpmesi.

Kötü Dokunma



- Kendini rahatsız hissetmene neden olan dokunmalar genellikle kötü dokunmalardır.
- Birisi sana istemediğin bir şekilde dokunduğunda bunu gizlemek zorunda değilsin.
- Kendinin kötü olduğunu düşünme. Kötü olan sen değil, sana kötü bir şekilde dokunan kişidir.
- Bedenin sana aittir. Sen istemiyorsan kimse sana dokunmamalıdır.

Kötü dokunmanın ne olduğunu bilmek ister misin?

- Canını acıtan dokunma kötü dokunmadır.
- Dokunulmasını istemediğin halde sana dokunulursa bu bir kötü dokunmadır.
- Dokunan kişi kendini rahatsız hissetmene neden oluyorsa, bu kötü bir dokunmadır.
- Dokunma seni korkutuyor ve sinirlendiriyorsa bu bir kötü dokunmadır.
- Dokunan kişi bunu hiç kimseye söylememeni istiyorsa bu bir kötü dokunmadır.
- Dokunan kişi bunu başkasına söylersen sana bir zarar vereceğini tehdidinde bulunuyorsa bu bir kötü dokunmadır.

4. Kendilerini korurken ne yapmaları gerektiğini anlatın.

Birisi sana uygunsuz biçimde dokunduğunda:

- «Hayır» de. O kişiye yaptığından hoşlanmadığını, dokunmasını istemediğini söyle.
- Hızla o kişiden uzaklaş. Hoşlanmadığın bir şekilde sana dokunan kişiden kaç. Bir daha bu kişiyle asla yalnız kalma.
- Yardım iste. Çığlık atabilirsin.

- Kendine inan. Sen yanlış bir şey yapmadın.
- Birisi sana uygunsuz bir şekilde dokunursa, olan biteni güvendiğin birine anlat. Tehditlerin seni korkutmasına ve sessiz kalmana neden olmasına izin verme.
- Birisi sana dokunur ve bunu aranızda sır olarak saklamanızı isterse kendine şu soruyu sor:
- «Bu sırrı saklamak beni rahatsız ediyor mu?». *Seni rahatsız eden hiçbir sırrı saklama.*

- Anne-babana, bir akrabana, öğretmenine, doktoruna ya da güvendiğin başka bir yetişkine durumu anlat. Anlattığın kişi sana inanmazsa, güvendiğin bir başka kişiyle konuş, birisi sana inanıp yardım edene kadar vazgeçme.
- Tehdit veya istismarda bulunan kişiden uzak durmak için elinden geleni yap. Kendini rahatsız veya güvensiz hissetmene sebep olacak biçimde sana dokunan kişi ile yalnız kalma.

'Hayır' diyebilme yöntemleri

HAYIR	"Hayır", "Hayır teşekkürler" "Hayır olmaz"
MAZERET BİLDİRME	"Hayır teşekkürler, sigara dumanından çok rahatsız oluyorum, beni öksürtüyor."
ATLATMA	"Hayır, teşekkürler, şimdi değil."
KONUYU DEĞİŞTİRMEK	"Hayır teşekkürler, ben bir bardak su alabilir miyim?"
HAYIR TEKRARI	"Hayır içmiyorum. Hayır teşekkürler."
YÜRÜYÜP GİTMEK/ ORTAMDAN SAKINMAK	"Hayır" de ve ortamı terk et.

5. Sizden yardım istemesine olanak verin.

- Onlara sizinle her türlü sorunu paylaşabileceği inancını yerleştirin. Çocuğunuz size güvendiği takdirde yaşadıklarınızı sizinle paylaşır.
- Etkili aile içi iletişim işinizi kolaylaştıracaktır.





- 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 bunu geri çevirmeyin. Çocuklar bu konularda çok nadir yalan söylerler.

Bu bilgileri çocuğa verirken çok dikkatli olmamız gerekmektedir;

- Çünkü panik havasında sıkça yapılan hatırlatmalarla verilen bilgiler çocukları insanlardan korkan, her Şeye Őüpheyle bakan saplantılı kişilikler haline getirebilmektedir.



Eğer,

riskleri önceden fark
edebilir ve önleyebilirsek



onu gerçekten
korumuş oluruz!

Cinsel istismara uğrayan çocuklarda şunlardan bazıları görülebilir:

- Cinsel nitelik taşıyan her şeye karşı olağan dışı bir ilgi gösterme veya bunlardan olağan dışı biçimde kaçınma
- Belli kişi ya da yerlere karşı belirgin bir korku sergileme
- Kendisine herhangi birinin dokunup dokunmadığı sorulduğunda beklenmedik ya da olağandışı bir cevap alma

- Fiziksel muayenelerden olağandışı biçimde ürkme ve kaçınma
- Uyku sorunları veya kabus görme
- Depresyon veya arkadaşlarından ya da ailesinden uzaklaşma
- Başka çocukları cinsel aktivitelerde bulunmaya sevk etme teşebbüsleri
- Bedenlerinin kirli ya da hasarlı olduğuna dair ifadeler veya genital bölgelerinde bir sorun olduğü korkusu

- Okula gitmeyi reddetme
- Mesane ya da bağırsak kontrolünü aniden yitirme
- Suça yönelme veya davranım bozuklukları
- Ketumluk
- Resimlerinde, oyunlarında, hayallerinde cinsel tacize ilişkin unsurlar
- Olağandışı saldırganlık
- İntihar davranışı