

7. Adım: Ebeveynle ve Kardeşle Yatakları Ayırmak

Altı aya kadar çocuk annesi ile yatabilir. Altı aydan sonra ise annesi ile aynı odada yer yatağında ya da beşikte yatabilir. İki yaşla birlikte çocuk yavaş yavaş bağımsızlığını kazanır ve kendi başına yemek yemeye, yolda kendi başına yürümek istemeye başlar. Bu dönem gelişim olarak da çocuğun odasının ayrılabilceği bir zamandır. Ancak yalnızlık, anneden ayrılma, karanlık gibi konularda aşırı duyarlı ve kaygılı olan çocukların zorla yataklarını ayırmak doğru değildir. Öncesinde var olan kaygılar uzman yardımı ile giderilmeli, sonrasında yatak ayırma gidilmelidir. Birlikte aynı yatakta yatan kardeşlerin yataklarını ise dört-beş yaşından itibaren ayrılabilir.

8. Adım: Kız ve Erkek Çocukların Odalarını Ayırma

Kız ve erkek kardeşlerin ilköğretim dönemiyle birlikte odaları ayrılmalıdır. Çünkü beraber buldukları odada, giyinip soyunurken, yatarken, temizlenirken birbirlerinin özel alanını ihlal edebilirler. Ayrıca çocukların iç çamaşırlarının belki de özel eşyalarının (günlük vb.) bulunduğu bir özel alan da gerekebilir. Bu alanın farklı odalarda olması daha doğru olacaktır. Yer darlığı gibi sebeplerle bu konu ertelenmemelidir. Gerekirse diğer bir odada bir köşe oluşturularak çözüm bulunmalıdır. 'Onlar kardeş bir sorun olmaz' diye düşünmek kadar, bu konuda aşırı kaygılı davranıp endişelerimizi çocuklara hissettirmek de sakıncalıdır.

9. Adım: 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. Örneğin bir televizyon sahnesinde arkadaşlarının mahrem alanına şaka amaçlı dokunan kişiye seslice kızılabilir. "İnsanların özel yerlerine dokunulmaz" gibi cümlelerle tepki belli edilebilir. Böylece çocuk anne-babanın tepkilerini modelleyerek mahremiyet ihlallerine karşı duyarlı hale gelir. Çünkü çocuklar anne-babaların kendilerine değil de başkalarına verdikleri tepkiler yoluyla daha kolay öğrenmektedirler.

Mahremiyet eğitimi alan çocuklar kendi özel alanını bilir, bu alanını korur ve başkalarının özel alanlarına da saygı gösterir, kendilerinin ve başkalarının da özel alanını korumayı öğrenerek daha sağlıklı bireyler olabilirler.

NOT: Mahremiyet Eğitimi ile ilgili daha detaylı bilgi edinmek için Besni Rehberlik ve Araştırma Merkezi'ne başvurabilirsiniz.



VELİ BİLGİLENDİRME BROŞÜRÜ

Özellikle son yıllarda çocuklara yönelik şiddet ve cinsel istismarlar korkunç boyutlara ulaştı. Neredeyse her gün haber bültenlerinde, sosyal medyada farklı yaş gruplarından birçok çocuğun ve ailenin yaşadığı korku dolu deneyimleri duyar olduk.

Bu durum hepimizi endişelendirdiği ve alarına geçirdiği gibi, çocuklarımızı bilinçlendirme konusunda neler yapabiliriz sorusunu da gündeme getirmektedir.

Peki bizler aileler olarak çocuklarımızı korumak ve bilinçlendirmek konusunda neler yapabiliriz?



1. Adım: Özel Alan Tanımlama

Çocuğun kendi mahremini, özel alanını koruyabilmesi için öncelikle bu alanı çocuğa tanımlamak gerekir. Vücudun kişiye özel olan bölgeleri, bu bölgelerin gizlenmesi gerektiği çocuğa iki yaşından itibaren yavaş yavaş anlatılabilir. Ayrıca bu alanın başkalarından gizlenmesi, anne-baba ve doktorlar dışında bu bölgeye kimsenin dokunmaması gerektiği çocuğa öğretilmelidir.

Çocuk için tanımlanan özel alan aynı zamanda anne-babanın da özel alanıdır. Çocuk anne-babasının bu alanları görmek istediğinde aile izin vermemeli, bu alanların kişiye özel olduğunu belirtmeli ve kimseye gösterilemeyeceğini anlatmalıdır. Çocuğa özel bölgeler ancak o sorduğunda onun anlayacağı dille ve yumuşakça anlatılmalı ya da bir uzmandan yardım alınmalıdır.

2. Adım: 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. Çünkü bu oda anne-babanın özel alanıdır ve özel alanlara girişte izin alınır. Çocuğun odasına girerken kapısının çalınması çocuğa iyi bir model oluşturacaktır. Odaya izinsiz girdiğinde çocuğa, "Odamızda giyiniyor olabiliriz, bu yüzden kapı kapalı ise tıklatıp izin alarak içeri girmelisin şeklinde" açıklama yapılabilir.

3. Adım: Tuvaletin Kapısını Kapalı Tutması Gerektiğini Öğretme

Çocukların iki yaşında tuvalet alışkanlığını kazanması, en geç dört yaşında tuvalet sonrası temizliklerini yapmayı öğrenmesi beklenir. Anne-baba bu dönemleri dikkate alıp çocuğa tuvalet eğitimi verebilir ve eğitimin bir parçası olarak tuvalette yalnız olunması, başkalarının göreceği şekilde tuvaletini yapmaması gerektiği çocuğa anlatılabilir. Anne-baba belirlediği bu kurala kendisi uyarsa, çocuğun bu kuralı öğrenmesi daha kolay olacaktır. Çocuk oturak (lazımlık) kullanıyorsa, bu oturak evin ortak kullanım alanlarına konmamalı, tuvalet ya da banyoda kullanılmalıdır.

4. Adım: Çocuğun Özel Alanlarına Saygılı Olma

"Daha küçük" diye düşünerek çocuğu iç çamaşırına varıncaya kadar başkalarının önünde soyup giydirmek doğru değildir. 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 mahremiyet duygusunun gelişimi açısından güzel olacaktır. Yine kardeşleri dört-beş yaşından sonra birlikte banyoya sokmamak, sokulması zorunlu olan durumlarda ise onları iç çamaşırını ile yıkamak gerekmektedir. Tabi ki anne-babanın da çocuğun görmeyeceği bir alanda giyinip-soyunması da çocuğun bütüncül bir mahremiyet duygusu geliştirmesi açısından önemlidir.

5. Adım: Çocuğun Özel Bölgelerini Sevgi Objesi Yapmama

Küçük çocukları özel bölgelerine dokunarak, onları konu yaparak sevmek doğru değildir. Çünkü bu durum, onların özel alanlarının ihlalidir. Çocuk bu şekilde hem mahremiyet ihlaline uğramış olur, hem de başkalarının özel alanlarının kullanılarak onlara şaka yapılabileceği inancını taşır. Ayrıca çocukları özel bölgelerini konu ederek sevmek, onları kendilerini kötü niyetli yabancılardan korumak konusunda etkisiz kılabilir. Çocuk, bir başkası özel alanına dokunmak istediğinde bunun iyi mi yoksa kötü mü olduğunun ayrımını yapamayabilir. Bu sebeple bezlemek, pişik kremi sürmek ve temizlemek durumlarında bile abartıya kaçmamak, aşırı baskı uygulayarak silmemek, çocuğun özel bölgeleriyle oynamamak daha doğrudur.

6. Adım: İlk Okulla Birlikte Özel Mekan Tanımlama

İlkokul dönemi ile birlikte çocuklar için evde bir çekmece ya da sepet belirlenip, çocuğa özel eşyalarını buraya koyabileceği söylenebilir. İlk başlarda çocuklar buraya gerekli gereksiz birçok şeyi koyabilir, ancak zamanla daha seçici davranacaklardır. Onun bu özel alanını anne-babanın izin alarak kullanması çocuğun özel alan düşüncesini pekiştirir. Ergenlik dönemi ile birlikte gençler, kilidi olan daha güvenli özel alanlar talep edebilirler. Ergenler yalnız kalmak isteyebilirler, çocukluk dönemine göre daha utangaç olabilir. Vücudunu anne-babasından gizlemek isteyebilir. Onların bu taleplerini normal karşılamak, özel alanlarına izinsiz girmemek vb. daha doğru bir davranıştır.