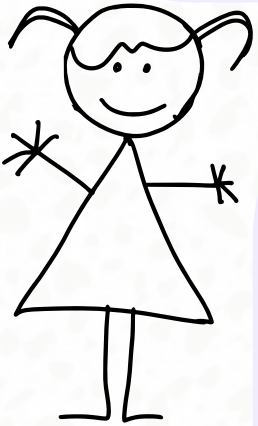


# AHMET OBALI ANAOKULU ARALIK AYI REHBERLİK BÜLTENİ

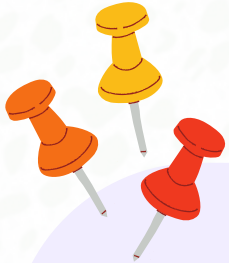
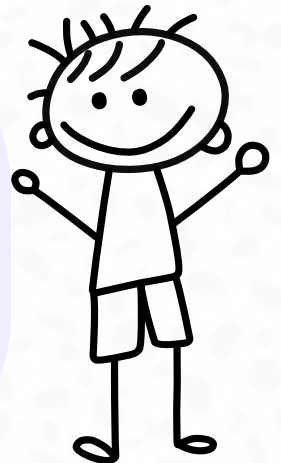
## OKUL ÖNCESİ DÖNEMDE MAHREMİYET EĞİTİMİ

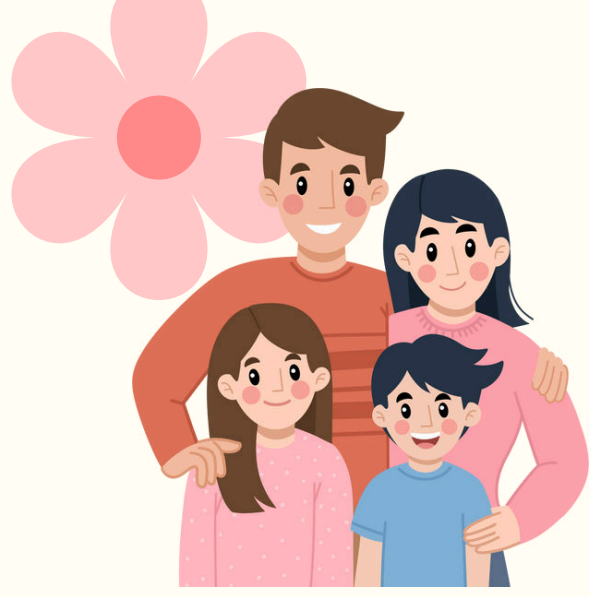


### MAHREMİYET EĞİTİMİ NEDİR?

"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."

21. yüzyılda teknolojinin etkisinin artmasıyla beraber insanların mahremiyet algısı değişmiştir. Mahremiyet eğitimiyle okul öncesi dönemde çocuğun fiziksel özelliklerini fark etmesi, karşı cins ile olan farklılıklarını ve iyi-kötü dokunuşları bilmesi hedeflenir.

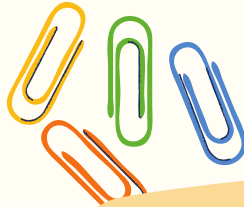




## PEKİ ANNE BABA OLARAK MAHREMİYET EĞİTİMİNİ NASIL VERMELİYİZ?

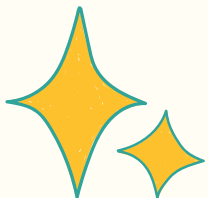
### Özel Alanı Tanımlama-"Dokunulması yasak olan yerlerim" Refleksi

Vücudun kişiye özel olan bölgeleri, bu bölgelerin gizlenmesi gerektiği çocuğa iki yaşından itibaren yavaş yavaş anlatılabilir. Bu alanın başkalarından gizlenmesi ve 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 alanlarını görmek istediğinde aile izin vermemeli, bu alanların kişiye özel olduğunu belirtmeli ve kimseye gösterilemeyeceğini anlatmalıdır.



Çocukta "özel alan" kavramının oluşabilmesi için, 3 yaşından itibaren çocuklar çıplak olarak evde veya ev dışında bulunmamalıdır. Çocukları küçük yaştan itibaren başkalarının yanında giydirmemek, altlarını değiştirirken bile bir başka odaya götürmek onların mahremiyetine saygıyı gösterir.

Sağlıklı bir mahremiyet duygusu açısından çocuğun başkalarının önünde kıyafetlerini çıkarmaması, giyinip soyunmaması gerektiği çocuğa zaman zaman hatırlatılmalıdır. Tabi ki anne-babanın da çocuğun görmeyeceği bir alanda giyinip-soyunması da çocuğun bütüncül bir mahremiyet duygusu geliştirmesi açısından önemlidir.



## ÇOCUKLARIN YATAK VE ODALARININ AYRILMASI

Çocuklar 2 yaşla birlikte yavaş yavaş bağımsızlığını kazanır ve kendi başına yemek yemeye, yolda kendi başına yürümek istemeye başlar. Bu dönem gelişim olarak da çocuğun odasının ayrılacağı bir zamandır. Ancak yalnızlık, anneden ayrılma, karanlık gibi konularda aşırı duyarlı ve kaygılı olan çocuklar için uzman yardımı ile yatak ayırımına gidilmelidir. Birlikte aynı yatakta yatan kardeşlerin yatakları 4-5 yaşından itibaren ayrılabilir. Kız ve erkek kardeşlerin odaları ilkököl dönemiyle birlikte ayrılmalıdır.

Anne- babaların çocuğu yataklarına almaları ve bunu alışkanlık haline getirmeleri de yanlış bir davranıştır. Anne-baba ile aynı yatağı paylaşmaya alışan çocuklarda bağımlılık duygusu devam etmekte ve kişilik gelişimleri gecikmektedir. Aile bireylerinden her birinin kendisine ait bir odası varsa, çocuk daha başlangıçta, kendi hareket özgürlüğünün nerede bittiğini ve başkalarının hareket özgürlüğünün nerede başladığını kavrayarak, başka bir insanın ve onun mahremiyetinin ne olduğunu anlamaya başlar.

## "İZİN VERİRSEM KABUL EDİLİRSİN" BİLİNCİ

Çocuklara okul öncesi dönemde tuvalet, banyo, yatak odaları gibi özel alanlara girerken izin alınması gerektiği öğretilmelidir. Anne- baba zaman zaman çocuğa "Bizim odamıza girerken izin almalısın; çünkü içeride giyiniyor ya da soyunuyor olabiliriz veya yalnız kalmak, dinlenmek isteyebiliriz." diye hatırlatmada bulunmalıdır. Çocuğun bu davranışını pekiştirmesi için, anne-baba da çocuk 4 yaşına girdiğinden itibaren odasına girerken izin almalıdır.

Özellikle anne-baba, çocuğun odasına girdiğinde onun çıplak vücudu ile karşılaştığında özür dileyip kapıyı kapatmalıdır. Bu davranış kalıbı hem çocuğun kişiliğine saygıyı, hem de çocuğun rahatsız olduğu bir durumda itiraz edebilme becerisi kazandırılması açısından önemlidir.



## Tuvalet ve Banyoda Mahremiyet

Anne-babaların çocuklarıyla birlikte banyo yapmaları ya da tuvalete girdiklerinde tuvaletin kapısını aralık bırakmaları da mahremiyet eğitimi açısından yanlış davranışlar arasındadır. Çocuklar 4-5 yaşından sonra banyo yaparken anne, baba ya da kardeşlerle birlikte değil, sadece çocuğu banyo yaptırmak ve banyo sırasında iç çamaşırı ile yıkamak, çocuklarda mahremiyet duygusunun gelişmesine katkı sağlayacaktır.

Çocuklar 4 yaşından itibaren tuvalet ihtiyacının yalnız başına giderilmesi gereken bir durum olduğunu öğrenmelidirler. Bunu öğretecek olan da anne babalardır.



4 yaşından küçük olan ve lazımlık kullanan çocuklar için de anne-babanın bu lazımlığı tuvalet ya da banyoya koymaları daha uygun olacaktır. Banyo ve tuvaleti kullanacak olan çocuğa bu yerlere girmeden önce muhakkak kapıyı çalması gerektiği de öğretilmelidir. Tüm bunlara dikkat edilirse, çocuk tuvalet ve banyonun özel bir mekân olduğunu anlayacaktır.

**Mahremiyet eğitimi verilirken çocuğun suçluluk duygusu hissetmesine sebep olacak "ayıp" kavramını kullanmaktan kaçınılmalıdır.**

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 sözcüklere dikkat edilmelidir.

## Eşlerin Birbirlerine Karşı Gösterdikleri Sevgi Sözcükleri ve Davranışları

Eşlerin birbirlerine sevgi göstermeleri, çocukların sevgi dolu bir ortamda, kendilerini mutlu hissetmelerini sağlayacaktır. Ancak eşlerin birbirine cinsel içerikli şakalar yapmamaları, çocuklarını dudaklarından öpmemeleri önem arz etmektedir. 4 yaşındaki çocuğun yanında anne-babanın uygun olmayan sözler kullanıp, çocuğuna bunu yapmaması gerektiğini söylemesi de hiç etkili olmayacaktır. Zira çocuk böyle bir durumda büyüklerinin bu davranışlarına anlam veremeyecek, kafası karışacak ve onlara karşı güveni de azalacaktır.



## “Hayır” Diyebilme Becerisi Kazandırma

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.



## Çocuklarınızı Dudaktan Öpmeyin!

Ebeveyni tarafından dudaktan öpülen çocuk, başkalarının da kendisini dudaktan öpmesinde bir sakınca görmeyebilir.



## Çocuğa İyi ve Kötü Dokunma Arasındaki Farkın Öğretilmesi

Çocuklara özel bölgelerini anlatırken iç çamaşırı kuralından da yararlanabilir. İç çamaşırı giydiğimiz yerlerin özel bölgelerimiz olduğunu, bir başkasının özel bölgelerimize bakmasının, dokunmasının doğru olmadığını anlatmalıyız. Anlatırken iyi dokunma-kötü dokunma kavramlarını mutlaka vurgulamalıyız. İyi dokunma ile ilgili olarak; “Seni mutlu eden, kızdırmayan, üzmeyen, rahatsız etmeyen dokunmalar iyi dokunmadır” şeklinde bir açıklama yapılabilir. Annenin-babanın sana sarılması, okuldan eve gelince annenin- babanın seni öpmesi iyi dokunmadır, şeklinde örnekler çoğaltılabilir. Burada vurgulanması gereken iyi dokunmalarda mutlu olduğumuz, acı çekmediğimizdir. Anne-babalar, çocuklarına, bazı büyüklerin (doktorlar, bakıcılar, anne ve babalar gibi) çocuklara dokunmak zorunda kalabileceğini; ancak en ufak bir rahatsızlık hissettiklerinde “Hayır” demeleri gerektiğini açıklamalıdır. Kötü dokunma ile ilgili olarak; “Seni rahatsız eden, canını acıtan, üzen, kızdıran, utanmana neden olan dokunmalar kötü dokunmalardır.” şeklinde açıklanabilir

