

**ESENTEPE MUMCULAR
İLKOKULU
REHBERLİK SERVİSİ**

VELİ BÜLTENİ

**ÇOCUĞUMU
KORUYORUM**



Kişisel Sınırlar ve Mahremiyet
Eğitimi
Nasıl Verilmelidir?

DEĞERLİ ANNELER, BABALAR,
ÇOCUKLARIN GELİŞİM SÜRECİNDE MAHREMİYET
EĞİTİMİ ÖNEMLİ BİR YER TUTMAKTADIR.OKUL
ÖNCESİ DÖNEMDEN İTİBAREN ÇOCUKLARI KİŞİSEL
SINIRLARI HAKKINDA BİLGİLENDİRMEK ONLARI
HEM BEDENSEL HEM DE RUHSAL AÇIDAN
KORUMANIN ANAHTARIDIR

ÇOCUKLARA "MAHREMİYET EĞİTİMİ" VERİLMESİ ŞARTTIR.

MAHREMİYET EĞİTİMİ, ÇOCUKLARIN KENDİSİNİN VE
DİĞRE İNSANLARIN ÖZEL ALANININ FARKINA VARMA,
SSOSYAL HAYATIN İÇİNDE KENDİ ÖZEL ALANINI
KORUMASI,DİĞRE İNSANLARIN ÖZELİNE SAYGI
DUYMASI, KENDİSİ İLE ÇEVRESİ ARASINDA SAĞLIKLI
SINIRLAR KOYMASI GİBİ BİLGİLERİ İÇERİR.



ÇOĞU EBEVEYN, ÇOCUĞUYLA BU KONUDA NE KONUŞMASI
GEREKTEĞİNİ BİLMEDİĞİNDEN YA DA ERKEN YAŞTA
ÇOCUĞUN KAFASINI KARIŞTIRMaktan KORKTUĞUNDAN
ÇOCUKLA BU KONUDA KONUŞMALAR YAPMAKTRAN
KAÇINMAKTADIR

1.Çocuklarınıza Özel Bölgelerini Anlatın

Çocukların kendilerini koruyabilmeleri için vücudunun özel bölgelerini öğrenmeleri gerekmektedir. Çocuğunuzla konuşurken "ayıp, günah" kavramları yerine "özel" kavramını kullanmaya özen gösterin

"Dudaklarımız, göğüs bölgemiz ve külotumuzun kapattığı yerlerimiz (ön ve arka) bizim özel bölgelerimizdir." şeklinde açıklayabilirsiniz.

Herkesin bir kişisel sınırı olduğunu ve o izin vermedikçe kimsenin onun vücuduna dokunma hakkı olmadığını anlatarak "bedenim bana ait" bilinci geliştirmesine destek olabilirsiniz.

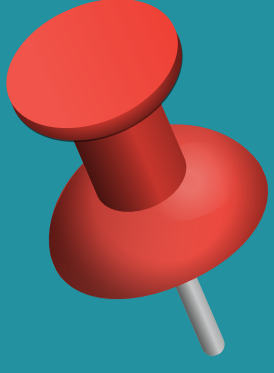
MAHREMİYET GELİŞİMİNİN SİZİN TUTUMLARINIZLA ŞEKİLLENECEĞİNİ UNUTMAYIN!!

Anne-babanın 3-4 yaşından itibaren çocuğuna dokunurken izin alması gerekir. böylelikle çocuk kendisine dokunmak isteyen birisi olduğunda izin bekler, izinsiz dokunuşlarda rahatsızlık hisseder ve kendini savunmaya geçer.

- Anne-babası bile olsanız, çocuğünüzü zorla öpmeyin, izin verirse öpün
- Çocuğunuz eve gelen misafiri öpmediği için ona kızmayın,
- Çocuğün cinsel organını sevgi objesi yapmayın,
- Banyoda ve tuvalette mahremiyete dikkat edin,
- Çocuğün kıyafetlerini başkalarının önünde değiştirmeyin,
- Anne baba olarak çocuğün göremeyeceği bir alanda giyinip soyunun
- İlkokul çağından itibaren çocuklar tuvalet, banyo, giyinme gibi ihtiyaçlarını kendi başına giderebilirler.

2.İyi Dokunma ve Kötü Dokunmanın Ne Olduğunu Anlatın

Onun anlayabileceği örnekler üzerinden sevgi niyetli ve kötü niyetli dokunuşları öğretebilirsiniz. "Annenin sana sarılması, öğretmeninin başını okşaması gibi sana kendini mutlu ve güvende hissettiren dokunuşlar iyi dokunuşlardır. Senin canını acıtan, yapılmasından hoşlanmadığın dokunuşlar kötü dokunuşlardır." gibi..



Çocuğunuz size başka bir yetişkinin kendisine kötü dokunduğunu anlatırsa, "Ne kadar ayıp, bir daha öyle söyleme, o öyle şeyler yapmaz" diyerek çocuğunuzu susturmayın

3.Duyguları Öğretin

Mutluluk, sevinç,güven, rahatlık gibi olumlu duyguların yanında öfke,korku, şaşkınlık,üzüntü,rahatsızlık gibi olumsuz duyguların da olduğunu örnekler üzerinden konuşabilirsiniz.Bazen olumlu bazen olumsuz duygular yaşamamanın normal olduğu ve bu duyguları güvendiği biriyle paylaşabileceğini hatırlatmalısınız.



Çocuklar yaşadıklarınının doğru ya da yanlış olduğunu ancak nasıl hissettiklerini bilirlerse anlayabilirler. o yüzden onlara iyi ve kötü dokunuşun kendilerini nasıl hissettireceğini mutlaka öğretmek gerekir.

4. İyi ve Kötü Sırrın Farkını Öğretin



Genelde çocuklara sır saklamanın önemli bir erdem olduğu öğretilir. Dolayısıyla çocuklar uygun olmayan bir davranışla karşılaştıklarında gammaz olarak anılmak istemedikleri için yaşadıklarının anlatmamayı seçebilirler. Bu sebeple çocuklara bazı sırların hiçbir zaman saklanmaması gerektiği, sırrı saklamamanın onu kötü çocuk yapmayacağı anlatılmalıdır.

"Arkadaşına hediye aldığında sürpriz yapmak için bunu söylememek iyi bir sırdır. Kendini mutsuz, rahatsız, tehdit altında hissettiğin bir durumu saklaman istendiğinde ise bu kötü bir sırdır" vb. şekilde örnekler üzerinden hangi sırların saklanıp hangilerinin saklanmayacağını konuşabilirsiniz.

5. Hayır Demeyi Öğretin

Birçok çocuğa büyüklerin söylediklerine itaat etmeleri öğretilmiştir. Oysa ki "hayır" demek sınır koymaktır. Bazı anne babalar hayır cevabı aldıklarında çocuklarına küser ya da kızarlar. Çocukların hayır cevabına saygı duymak gerekir çünkü onlar "hayır" diyerek kendini korumayı öğrenir.



Çocuğunuza her zaman hayır deme hakkına sahip olduğunu öğretin.

6. Teknolojiyi Bilinçli Kullanmasını Sağlayın

Çocuklar telefon, tablet, bilgisayar kullanırken fiziki olarak yalnız olmasına karşın sanal kullanıcılarından dolayı asla yalnız değildirler.



- Çocuğun ziyaret edebileceği web sitelerini yaşına uygun olarak birlikte belirleyin ve kontrol edin
- Zararlı içerik barındıran web sitelerine karşı filtre yazılımlar kullanın
- Eğitim-öğretim amaçlı internet kullanımı haricinde, vakit geçirme amaçlı internet kullanımını sınırlandırın
- Sosyal medya ve oyunlar üzerinden edindiği arkadaşlar için yaş farkına ve fiziki çevrede teyit edilebilir kişiler olduklarına dikkat edin
- Kişisel bilgilerin sadece kendine özel olduğusanal ortamda paylaşmaması hususunda çocuğunuzu bilgilendirin
- İnternette kötü bir durumla karşılaşması halinde yaşadığı olayı size anlatması gerektiğini belirtin.

7. Kendini Nasıl Koruması Gerektiğini Anlatın

Çocuklara güvenliklerini korumanın onların en temel hakkı olduğunu ve kendilerini korurken neler yapılabileceklerini öğretmek gerekir.



- Kendilerine zarar vermeye kalkan biriyle karşılaştıklarında yüksek sesle bağırmaları ve karşı koymaları gerektiğini anlatın.
- Güvenliklerini korumak için mücadele ederken "vurma, tekme atma" gibi davranışların yanlış olmayacağını öğretin.
- Tenha yerlerde bulunmasının, tanımadığı insanlarla konuşmasının yanlış olduğunu öğretin.
- Yardım ve destek isteme hakkının olduğu, her şeyin üstesinden kendi başına kalkmaya çalışmasının zor olduğu, güvendiği kişilerden destek isteyebileceği mesajını verin.