



MAHREMİYET AİLE BİLGİLENDİRME REHBERİ



Sevgili Veliler,

Çocuklarımızın sağlıklı ve güvenli bir şekilde büyüebilmeleri için mahremiyet eğitimi, günümüzün en önemli konularından biridir. Bu bağlamda hazırladığımız “Mahremiyet Aile Bilgilendirme Rehberi” veliler için kapsamlı bir rehberdir. Çocuklarınızın mahremiyet bilincini geliştirmelerine yardımcı olmanız için hazırlanmıştır.

Rehberimiz, mahremiyet kavramını anlamanıza ve çocuklarınıza etkili bir şekilde aktarabilmenize yönelik pratik bilgiler ve stratejiler sunmaktadır. İçerisinde, mahremiyet eğitiminin temelleri, yolları detaylı bir şekilde ele alınmıştır.

Rehberimiz, size sadece bilgi vermekle kalmayıp, aynı zamanda uygulamalı çözümler sunarak velilik yolunda size destek olacaktır. Unutmayın, çocuklarımıza mahremiyet bilincini kazandırmak, onların güvenli ve mutlu bir şekilde büyümeleri için atılacak önemli bir adımdır.

Keyifli okumalar dileriz!



Mahremiyet

Mahremiyet, Türk Dil Kurumu'na göre "gizlilik" olarak tanımlanan Arapça kökenli bir sözcüktür (TDK, 2024). Mahremiyet daha çok özel yaşam, kişisel bilgiler, alan ve sınır belirleme anlamlarında kullanılmaktadır.

Mahremiyet alanı kişilerin yalnız başına kalabildikleri, başkalarıyla hangi yer, zaman ve koşullarda ne ölçüde ilişki ve iletişim kuracaklarına bizzat kendilerinin karar verebildikleri, başkaları müdahale ettiği oranda saldırıya uğradığını hissettikleri ve kendi hakkı olan bir şeye saldırı olarak yorumladıkları bir alandır. Bu alan başkalarının duymaması istenen özel bilgi, kişinin bedeninde dokunulmaması gereken özel bölgeler, belirli sınırlar dâhilinde girilmesi ve görülmesine izin verilen mekânlar, özelinde kalmasını istediği her türlü duygu durumunu da kapsamı içine almaktadır. Bu nedenle mahremiyet alanı kişinin saklayacak bir şeyi olup olmadığı değil, sakladığı bir şeyi olup olmadığını **düşünmeye hiç mi hiç gerek duymadığı alandır.**

Kişinin kendi mahremiyet alanının farkında olma ve mahremiyetini koruyabilme becerisi, çok küçük yaşlardan itibaren çocuğa verilen mahremiyet bilinciyle sağlıklı bir şekilde kazandırılabilir. Kişinin fiziksel, duygusal, psikolojik, bilişsel ve sosyal olarak sağlıklı bir bütünlük içinde olabilmesinde mahremiyet bilinci önemli rol oynar. Kişinin mahremiyetini koruyamaması durumunda ise **fiziksel, duygusal, psikolojik, bilişsel ve sosyal** açıdan ciddi problemler yaşanabilmektedir.

“ Kişinin kendi mahremiyet alanının farkında olması, diğer insanların mahrem alanlarına karşı saygılı olması bakımından büyük öneme sahiptir. ”

Literatür taraması yaptığımızda genelde karşımıza **bedensel, mekansal** ve **bilgi mahremiyeti** karşımıza çıkmaktadır. Gelişen teknoloji ile bunların arasına **dijital mahremiyet** de girmiştir.

Bedensel mahremiyet, bireyin fiziksel varlığının ve özel alanlarının saygı gösterilmesi gereken bir alanıdır. Bu kavram, bir kişinin bedeninin dokunulmazlığını, vücuduna izinsiz dokunulmamasını ve kişisel sınırlarının başkaları tarafından istismar edilmemesini içerir. Bedensel mahremiyet, kişinin kendi bedeni üzerinde kontrol sahibi olma hakkını ve bu hakka saygı gösterilmesini içerir.

Bilgi mahremiyeti, bir bireyin kişisel bilgilerinin gizliliğini ve güvenliğini koruma hakkıdır. Bu kavram, bir kişinin özel yaşamına ait bilgilerin izinsiz paylaşılması, erişilmemesi ve kullanılmaması gerektiğini vurgular.

Mekansal mahremiyet, bir kişinin fiziksel alanının ve özel mekanlarının gizliliğini ve korunmasını ifade eder. Bu kavram, bir bireyin yaşadığı veya ziyaret ettiği yerlerde, özel alanlarında veya kamusal alanlarda, izinsiz gözetlenmeden, izlenmeden ve rahatsız edilmeden gizlilik içinde olma hakkını içerir. Mekansal mahremiyet, kişinin evi, iş yeri, araba gibi özel mekanlarından tutun da sokaklar, parklar, alışveriş merkezleri gibi kamusal alanlara kadar geniş bir yelpazede değerlendirilir. Bu kavram, kişinin fiziksel sınırlarının ve özel yaşam alanlarının saygı gösterilmesi gerektiğini vurgular.

Dijital Mahremiyet kavramı da kişilerin dijital ortamlarda, nasıl davranacağı, nelerin kimlerle paylaşılıp, nelerin paylaşılmayacağı durumunu ifade eder. Dijital Mahremiyet, gerçek hayattaki mahremiyet kavramının, dijital ortamdaki boyutudur. Nasıl ki fiziksel hayatta gizli kalması gereken, kendimize ait özel alanlarımız var ise, dijital ortamlarda da yalnızca bize ait, özel alanlarımızın olması gerektiğini Dijital Mahremiyet kavramı ile ifade edebiliriz.

Mahremiyet Eğitimi

Mahremiyet eğitimi, cinsel kimlik gelişimi ile çocuğun, kendisinin ve diğer insanların kişisel alanı olduğunu öğrenmesi, bu alana saygı duyması, bedenini tanınması, korumayı öğrenmesi, sağlıklı sınırları bilmesi, kendisi ve karşı cinsle ilgili gelişim farklılıklarını öğrenmesi ve ruhsal gelişimini sağlıklı bir şekilde tamamlayabilmesi için gerekli bilgileri içerir.

Kişinin kendi özel alanının farkında olma ve mahremiyetini koruyabilme becerisi, çok küçük yaşlardan itibaren çocuğa verilen mahremiyet bilinciyle sağlıklı bir şekilde kazandırılabilir. Kişinin fiziksel, duygusal, psikolojik, bilişsel ve sosyal olarak sağlıklı bir bütünlük içinde olabilmesinde **mahremiyet bilinci** önemli rol oynar.

Mahremiyet eğitimini şu metaforla açıklamak isteriz:

Mahremiyet eğitimini uçsuz bucaksız bir okyanusta gemi yolculuğu, çocuğunuzu kendi gemisini kullanmak isteyen sizin yardımcı kaptanınız, ebeveynler olarak siz de baş kaptansınız. Bazen dalgalı sularda bazen sığ sularda geziyorsunuz. Gezindiğiniz suların özelliklerine göre yardımcı kaptanınıza eğitim veriyorsunuz. Bu yolculukta yardımcı kaptan sizin rehberliğinizde sahip olması gereken bilgi ve becerileri kazanıyor. Siz olmasaydınız yardımcı kaptan okyanusta kaybolacak ve istemediği sonuçlarla karşılaşacaktı. Neyse ki siz yeterli bilgi ve donanımınızla bu durumların yaşanmamasını sağlıyorsunuz. İlerde bir gün yardımcı kaptanlıktan baş kaptanlığa geçerek kendi gemisini okyanuslarda güvenli bir şekilde gezindirecek. Metaforumuzdan da anlaşılacağı gibi mahremiyet sonradan öğrenilen bir kavramdır. Bu kavram sosyal ve kültürel yollarla öncelikli olarak **0-6** yaş arasında **anne-babadan** öğrenilmektedir.(Tarhan, 2012a)



Mahremiyet ve Cinsel Eğitim

Toplumda “Mahremiyet” denince akla gelenler cinsellikle ilgilidir. Oysaki mahremiyet cinselliği de içine alan geniş bir kavramdır. Mahremiyet eğitimi sağlıklı ve dengeli bir cinsel eğitimi de kapsar.

Cinsel eğitimin içeriğinde; çocuğun gelişim sureci, yaşayacağı fiziksel ve duygusal gelişmeler, ailesine soracağı sorular ve özellikle kendi cinselliğini tanımlaması yer alır.

Mahremiyet eğitimi ise; cinsel bilgilere ilaveten kendisinin ve başkalarının “zelini” fark etmesi, sosyal hayatta kendi özel alanını koruyabilmesi ve doğru şekilde sınırlar koyabilmesi, diğer insanların sınırlarını farkında olması ve bu sınırlara sayđı duyması gibi konularını içerir.

Mahremiyet eğitimi çocuğun kişilik butnlğnn, ruhsal iyilik halinin ve cinselliğinin korunabilmesi açısından çok önemlidir. Bu eğitimi doğru şekilde verebilmek için anne babanın da yeterli bilgi ve donanıma sahip olması gerekmektedir.



MAHREMİYET EĞİTİMİNDE DİKKAT EDİLECEK NOKTALAR

Mahremiyet eğitimi yıllar süren bir süreçtir. Bu süreçte ebeveynler üstüne düşen sorumlulukları yerine getirmelidir.

Mahremiyet eğitimi anne-baba tarafından evde başlar, okul çağında ise okul bu eğitimi destekler. Mahremiyet eğitimi sadece okula bırakılamaz.

Mahremiyet eğitimi korku ve endişe yaratmadan, günlük yaşamın seyri içinde doğal olarak verilmelidir.

Mahremiyet kavramı öğretilirken suçluluk duymasını sağlayacak “ayıp, günah” kelimelerinden uzak durulmalıdır. Bunlar yerine “Mahrem” kavramı kullanılmalıdır.

Duygu

Mahremiyet eğitimde duygular çok önemlidir. Duygularını yaşayamayan çocuk duygularını yönetemez. Çocukların duygularını yaşamasına izin verilmelidir. Örneğin öfke duygusunu yaşayan çocuğa “sus, yapma, etme vb.” gibi engelleyici ifadelerde bulunulmamalıdır.

Çocuğa “ağlama, korkma, üzülecek bir şey yok, git başka yerde ağla” denilmemelidir. İlişkimizde zorlayıcı duygulara da yer olduğunu hissettirelim. Çocuğu yoğun ve zorlayıcı duygularla tek başına bırakmayalım.

Alt Değişirme

Bebeğin alt değişirme sürekli olarak aynı kişi tarafından gerçekleştirilmelidir. Toplumumuzda genelde bu işlem anneler tarafından gerçekleştirilmektedir. Zorunlu haller dışında bebeğin altını anne değiştirmelidir.

Bebeğin altı değişirme işlemi gizlilik içerisinde yapılmalıdır. Herkesin bulunduğu bir ortamda gerçekleştirilmemelidir.

Alt değişirme işlemlerinde üçüncü kişi bulunmamalıdır. Bu kişi babası, abisi, ablası olsa bile bu davranış doğru olmaz.

Alt değişirme işlemlerinde görev almak isteyen aynı cins kardeşe bez getirme gibi kardeşinin mahremiyetini göremeyeceği görevler verilebilir.

Toplumumuzda “Abla” ya alt değişirme, bebeğin bakımından sorumlu olma gibi görevler yüklenmektedir. Bu görevlerin abla tarafından gerçekleştirilmemesi gerekir. “Ablalar” başrol değil yardımcı roller oynayabilir.

Tuvalet

Çocuk hiçbir zaman tuvalette ebeveynleriyle birlikte olmamalıdır.

Tuvaletin kapısı içerde kim olursa olsun kapalı olmalıdır.

“Lazımlık” kullanırken banyo ya da tuvalette olmasına dikkat edilmelidir.

Çocukta “Tuvalet” in **özel bir mekan** olduğu bilinci oluşturulmalıdır.

Banyo

Çocuğunuzun yanında çıplak olarak bulunmayın.

4 yaşına kadar çocuklar çıplak şekilde anne-baba tarafından banyo yaptırılabilir.

Banyo da daha önceden alt değiştirmede bahsettiğimiz gibi sürekli aynı kişi tarafından banyo yaptırılması gerekir.

Büyük kardeşlere banyo yaptırma görevi vermeyin.

4 yaşından sonra çocuğun genital bölgesini kapatacak şort vb. ile banyo yaptırılmalıdır.

Aynı cinsiyete sahip kardeşler 4 yaşına kadar birlikte banyo yapabilir. 4 yaşından sonra kardeşleri ayrı banyo yaptırmak birey olma, beden ve mekanın özel olması bilincini destekler.

Farklı cinsiyete sahip kardeşler birlikte banyo yaptırılmamalıdır.

Bireysel farklılıklar ile birlikte gelişimsel açıdan 7 yaşından itibaren çocuğun kendi başına banyo yapabilmesi mahremiyet ve cinsel kimlik gelişimi açısından faydalı olur.

Giyinme

Çocuklar yürümeye başladığı andan itibaren, çıplak olarak ortada bırakılmamalıdır. Çocuk, hatırlayabildiği en küçük yaşlardan itibaren kendisini genital bölgeleri giyinik olarak hatırlamalıdır. 3 - 4 yaşından itibaren çocuklar çıplak olarak ev içinde veya ev dışında bulunmamalı, giysilerini kendisinin giyip çıkartmasına izin verilmelidir.

Çocuk giyinme ve soyunmanın gizli bir şekilde gerçekleşmesi gerektiği bilincine sahip olmalıdır.

Çocuğa giyinirken odasında yalnız olmaya dikkat etmesi, kapı ve perdeleri kapalı tutması gerektiği, yabancı insanların yanında giyinip soyunulmaması gerektiği anlatılmalıdır.

Ebeveynler çocuklarının yanında giyinip soyunmamaya dikkat ederek rol model olmalıdırlar. Ayrıca ebeveynler ev içerisinde iç giyim gibi mahrem-özel bölgeleri açığa çıkaran giysilerle gezinmemelidir.

Çocuğunun yanında giyinip soyunmamaya dikkat eden anne-baba, vücudun özel bölgeleri olduğu ve buraların başka kimselere gösterilmemesi gerektiği ilkesini çocuğuna örnek olarak öğretmiş olacaktır.



Yatak ve Oda Ayrımı

2 yaşına kadar çocuklar anneyle birlikte yatabilir. Bu dönemde çocuğun güvenli bağlanması yatak ayrımı için gereklidir. 2 yaşından sonra adım adım yatak ayrımı gerçekleşmelidir. 4 yaşından itibaren de oda ayrımı gerçekleşmelidir. 7 yaş ve sonrasında çocuk oda ve yatağın kendisine ait özel alanlar olduğu bilincine kavuşmalıdır. Farklı cinsiyete sahip kardeşler 4 yaşına kadar aynı yatağı paylaşabilir. 4 yaşından sonra yataklar ayrılmalıdır. 7 yaşına kadar aynı odada farklı yataklarda kalınabilir. 7 yaşından sonra farklı cinsiyete sahip kardeşlerin odaları ayrılmalıdır. Bu yaklaşım kuzen ilişkilerinde de geçerlidir.

Eşlerin Davranışları

Eşlerin birbirlerine sevgi göstermeleri, çocukların sevgi dolu bir ortamda, kendilerini mutlu hissetmelerini sağlayacaktır. Ancak eşler arası sevgi cümlelerinin ve davranışlarının aşırıya kaçması ve cinsel içerikli sözlerin, çocukların yanında rahat bir şekilde ifade edilmesi, mahremiyet duygusuna zarar verecektir. Eşlerin birbirine cinsel içerikli davranışlar gerçekleştirmemelidir.

Sevme

Bebekleri ve çocukları severken de belli sınırların olması önemlidir. Dudaktan öpme, özel bölgelere dokunma gibi davranışların yapılmaması gerekir. Çocuk bir yetişkin tarafından (bu kişilere ebeveynler de dahildir.) sevmek, öpülmek vb. durumları istemiyorsa buna **hayır deme özgürlüğüne** sahip olmalıdır. Hayır diyebilmek çocuk için önemli bir kazanımdır.

Şaka

Toplumumuzda oturmuş şaka kalıpları vardır. Bunları herkes hayatında en az 1 kere duymuştur. "Göster amcana pipini oğlum." gibi cümleler sık karşımıza çıkmaktadır. Bu tür şakalar çocuğunun bedeninin özel olduğu anlamasını engeller. Cinsel organlar "şaka, sevgi" objesi yapılmamalıdır.

Özel Alan Tanımlama

Çocuğun mahremiyetini ve özel alanını koruyabilmesi için öncelikle o alanın çocuğa tanımlanması gerekir. İki yaşından itibaren çocuğunuza yavaş yavaş vücudunun hangi bölgelerinin kendisine özel olduğunu, hangi bölgelerinin gizli tutulması gerektiğini anlatabilirsiniz. Çocuklara bu özel alanın başkalarından saklanması gerektiği ve bu alana kimsenin dokunmaması gerektiği öğretilmelidir. Bu alanlara anne-baba ve anne-baba yanındayken doktorlar dışında bu bölgeye kimsenin dokunmaması gerektiği çocuğa öğretilmelidir. Çocuğa tanımlanan özel alan aynı zamanda ebeveynin de özel alanıdır. Çocuk ebeveynlerinin bu alanları görmesini istiyorsa aile buna izin vermemeli ve bu alanların kimseye gösterilmemesi gerektiğini anlatmalıdır.

Onay

Onay bilinci çocuğun kendi sınırlarını korumasında ve diğer insanların sınırlarına zarar vermemesi açısından büyük öneme sahiptir. Bu bilincin oluşturulması için anne babanın çocuklarına rol model olmalıdır.

“Onay” tıpkı yetişkin bedenler için olduğu gibi çocuk bedenler için de geçerli ve gereklidir. Çünkü çocukların bedenleri de kendilerine ait ve özeldir. Çocuklara bu kavramı açıklamanın en pratik ve samimi yolu şüphesiz bedenlerinin onlara ait olduğunu öncelikle yetişkinler olarak bizlerin kabul etmesidir. Bedenleri ile ilgili kararlarda çocuklara söz hakkı tanımak, varsaymamak, sorular sormak, herhangi bir müdahalede bulunmadan önce sebebini açıklayarak bilgi almasını sağlamak, istemediği davranışlar için zorlamamak, bedeni ile ilgili suçlu hissettirmemek ve utandırmamak; çocuklara “evet bedenimle ilgili kararlar bana ait”, “bedenim değerli ve özel”, “bedenim ve duygularım saygıyı hak ediyor” mesajlarını iletir. Bu mesajlar, çocukların olumlu beden algısı, öz değer ve öz güven duygularını desteklemenin ve onlara başkalarının özel alan ve sınırlarına saygı göstermenin neden önemli olduğunu anlatmanın en güzel ve pratik yoludur.

Çocuklar bedenleri ile ilgili konularda **“hayır”** dediklerinde onlara suçlu ya da kötü hissettirecek tepkiler verilmemelidir. İstemedikleri davranışlara hayır diyebildikleri için onları desteklemeli ve bu tutumu sürdürmelerini sağlamalı. ‘Hayır’ın ardından söyleyebileceğimiz destekleyici cümleler: “Tabi ki.”, “Kararın saygı duyuyorum.”, “İstemediğini açıklıkla ifade ettiğin için teşekkür ederim.”, “O zaman şimdilik bu fikirden vazgeçelim.”, “Tabi ki seni istemediğin bir davranışa zorlamayacağım.”, “Şu an istemediğini anlıyorum. Fikrini değiştirirsen bana söyleyebilirsin.”, “Rahatsız olduğun davranışlara hayır demen çok doğru, bu beni mutlu etti.”, “Seni neyin rahatsız ettiği hakkında konuşmak ister misin?”, “Sana iyi hissettirmeyecek hiçbir davranışa evet demen gerekmiyor.” Bu yaklaşım, bedenlerine yönelik izinsiz her müdahalenin yanlış olduğu bilincini kazanmalarını ve başkalarının mutluluğunun kendi güvenli alanlarından daha önemli olmadığını öğrenmelerini sağlar.



Orantısız Fiziksel Güç

Çocuklar yetişkin vücudunun güç kapasitesi hakkında bilgiye sahip değildir. Çocuklar kendilerinin yetişkinlerle güç bakımından bir farklılık olmadığını düşünebilir. Çocuğun özgüvenini kırmamak ve kendilerini “güçsüz, çaresiz” hissetmesinin önüne geçmek için çocuğa yönelik fiziksel güç kullanmaktan kaçınılmalıdır. Örneğin çocuğu sevmek için havaya atmak gibi durumlar toplumumuzda sıkça uygulanır. Pedagojik açıdan bu durum doğru değildir.

Ayrıca çocuklara istemediği durumlarda nasıl hareket etmesi gerektiğini, kimlerle bu durumu paylaşması gerektiği gibi eğitimleri ebeveynler ve öğretmenler vermelidir. Bizler bu kitapçığımızda bu eğitim için örnek etkinlikler hazırlayarak sunduk.

Cinsel Sorulara Cevap

Çocukların cinsel sorularına cevap vermek çoğu ebeveyn için zordur. Çoğu ebeveyn bu tür sorulara kaçamak cevaplar vererek konuyu değiştirmeye çalışır. Yapılması gereken ise çocuğun gelişim dönemine uygun cevaplar vermektir.

Çocuklar 3-4 yaşından itibaren cinsellik hakkında sorular sormaya başlarlar. Ebeveynler doğru, basit ve ayrıntıya girmeden sorulara net cevaplar vermelidir.

Dijital Mahremiyet

Çocukların kişisel bilgilerini ellerinde bulunduran aktörler çocuklara kolaylıkla ulaşabilmekte ya da fotoğraf ve video gibi görseller ile çocukları istismar edebilmektedirler. Belirtilen nedenlerle ebeveynlerin de çocuklarının fotoğraf, video gibi görsellerini sosyal medya platformları üzerinden paylaşma öncesi olası riskleri göz önünde bulundurmaları, gerekirse paylaştıkları materyallere erişebilecek kişileri kontrol etmeleri önerilebilir. Çocukların sosyal medya profilleri hakkında bakım verenlerin bilgi sahibi olması ve gerektiğinde çocukları karşılaşılabileceği tehlikeler hakkında uyarması gerekmektedir. Örneğin, sosyal medyadaki gizlilik koşulları ve kullanımını çocuğa öğretilmelidir.

Evinizin internet bağlantısı olan tüm cihazlara ebeveyn kontrollerini yükleyin. Çocuğunuzun kullandıkları cihazların gizlilik özelliklerini etkinleştirin. Evdeki diğer hesapların parola korumalı olduğundan emin olun, böylece küçük çocuklar yanlışlıkla onlara erişemez.

Dijital dünyanın içeriklerini kontrol edemesek de bazı önlemler alarak çocuklarımızın yaşayabileceği olumsuz durumların önüne geçebiliriz.

ETKİNLİKLER

Etkinlik No: 1

Etkinlik Adı:

Özel Bölgelerim

Kazanımlar

- Bedenin özel olduğunu bilir.
- Özel bölgelerine kendisi dışındaki kişilerin dokunmaması gerektiğini fark eder.
- Beden sınırlarını korumak için nelere dikkat edeceğini bilir.

Araç Gereç

- Vücut Resimleri
- Boya Kalemleri



Süreç (Uygulama Basamakları)

1. Ebeveynler çocuklarına "Bugün seninle bedenimizi daha yakından tanıyacağız. Her insanın kolu, gözü, saçı vb. var. Bedenimiz bize aittir ve biz izin vermeden hiç kimse bize dokunamaz. Bedenimiz özeldir ve bedenimiz sadece kendimize aittir. Bedenimizde daha da özel bölgeler **dudaklarımız, göğsümüz, popumuz ve bacaklarımızın arasındır.**"

(Resimler üzerinden bölgeler gösterilir.)

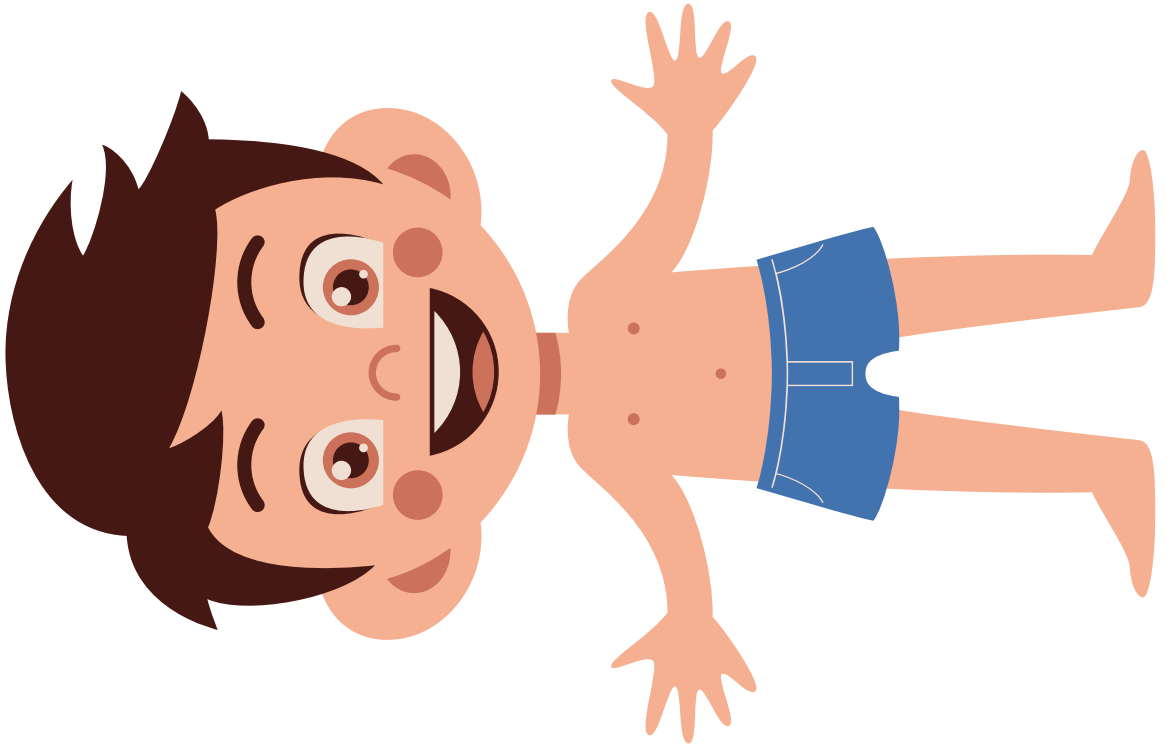
2. "Özel bölgelerimiz daha hassas alanlarımızdır. Özel bölgelerimize izin alsalar dahi kimse dokunamaz. Anne-Babanla birlikte sana banyo, tuvalet, giyinme ve soyunmada yardım etmek için özel bölgelerine senden onay alarak dokunabiliriz. Bu işlemleri tek başına yapabildikten sonra bizlerde özel bölgelerine dokunamayız. Bazen de doktorlar biz senin yanındayken tedavi için özel bölgelerine dokunabilir." der.



3.Ebeveynler boyama kâğıtlarını çocuğa verir ve “Şimdi seninle birlikte elimizdeki resimlere bakalım. Kendi istediğin renkte bir boya al. Resimdeki çocukların özel bölgelerinin üzerini boya.” der.

4.Ebeveyn boyama bittikten sonra, çocuğun resimlerini kontrol eder. Yanlış ya da eksik boyamalara uygun geri bildirim verilir. Geri bildirimlerden sonra “ (Çocuğun Adı) bugünkü etkinliğimizde bedenlerimizin özel bölgelerinin nereler olduğunu, özel bölgelerimize bazı durumlar dışında kimsenin dokunmaması gerektiğini ve beden sınırlarımızı/bedenimizi nasıl koruyacağımızı öğrendik. Artık bu konuda çok daha dikkatli davranacağına inanıyorum.” der.

5. Resimler çocuğun odasına asılabilir. Böylece çocuğun özel bölgelerini bilmesi pekiştirilebilir.



Etkinlik No: 2

Etkinlik Adı:

İYİ-KÖTÜ DOKUNUŞ

Kazanımlar

- İyi- kötü dokunuş arasındaki farkı bilir.
- Kendini koruma becerisi edinir.

Araç Gereç

- İyi dokunuş- kötü dokunuş resimleri



Süreç (Uygulama Basamakları)

1. Ebeveynler “iyi-kötü dokunuş” hakkında bilgi vermeden önce “özel bölgeler” i hatırlatır.
2. Sonra ebeveyn iyi ve kötü dokunuşları açıklar.

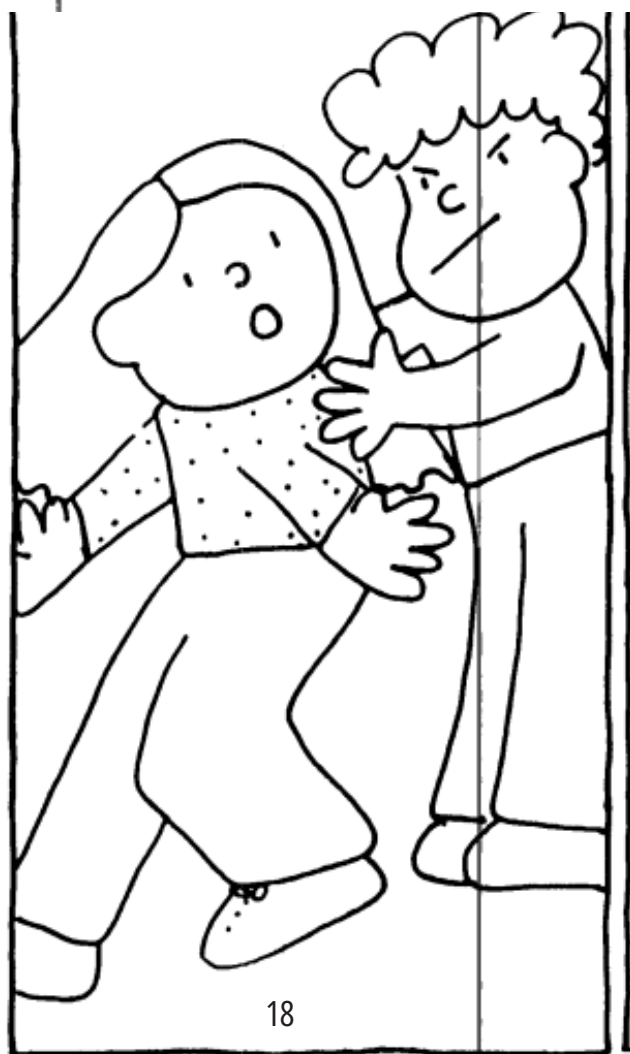
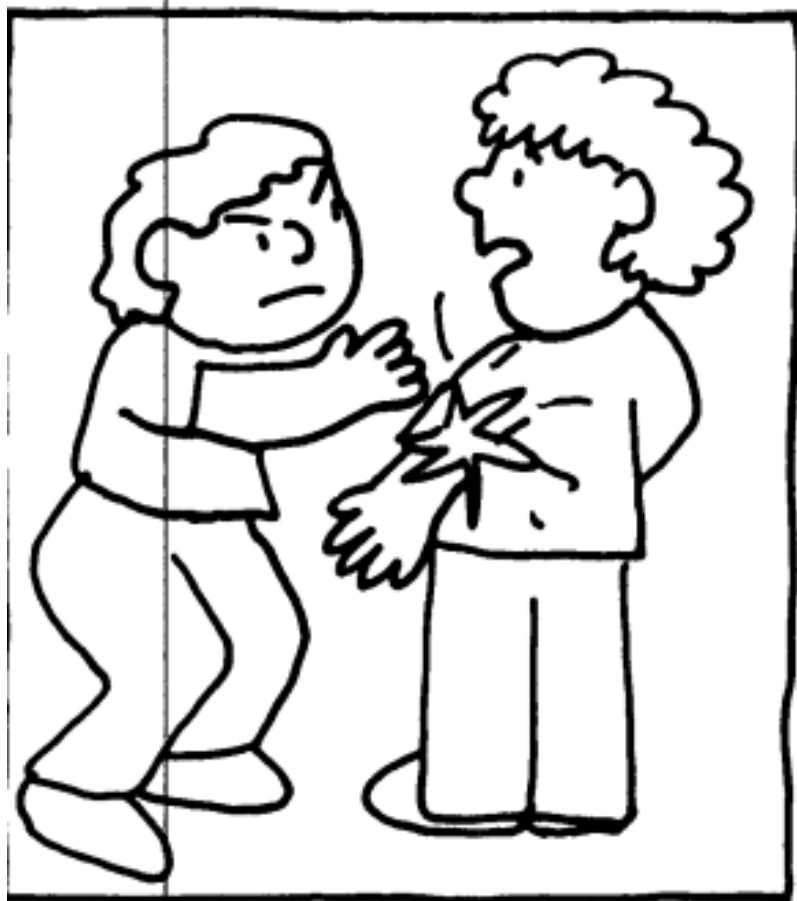
“İyi dokunuşlar, sevgi ve güven veren dokunuşlardır. Örneğin annenin başını okşaması, babanın elini tutarak senle yürümesi gibi.

Kötü dokunuşlar ise seni rahatsız eden, inciten istemediğin dokunuşlardır. Örneğin sen istemediğin halde abinin saçınla oynaması gibi.

3. Ebeveynler "Sana Şimdi bazı resimler göstereceğim. Bana bu resimlerin iyi mi kötü m dokunuş olduğunu söyleyeceksin." açıklamasını yapar ve resimleri çocuğunda tek tek gösterir. Yanıtlara göre ebeveyn geri bildirim yapar.
4. Ebeveyn "Bugün seninle iyi ve kötü dokunuşları ğrendik. Şimdi neler yapmamız gerektiğini ğreneceğiz."
5. " Eğer birisi hoŐlanmadıęın kötü bir dokunuş gerçekleŐtirirse "Hayır, dur" diye bağırmalısın. (Burada Hayır, dur diye bağırma provası yaptırılabilir. Diğer sayfada yer alan hayır diyen ocuk resmi gösterilir.) Eğer kötü davranıŐı devam ettirip seni rahatsız etmeye devam ederse oradan hemen uzaklaŐmalısın. Sonra bu durumu güvendiğin birilerine anlatmalısın. Annene, babana, öğretmenine ve polise anlatabilirsin. Unutma bedenin sana ait, kimse senin istemediğin bir Őeyler yapma hakkına sahip değil.(Annesiyle konuŐan ocuk resmi gösterilir."

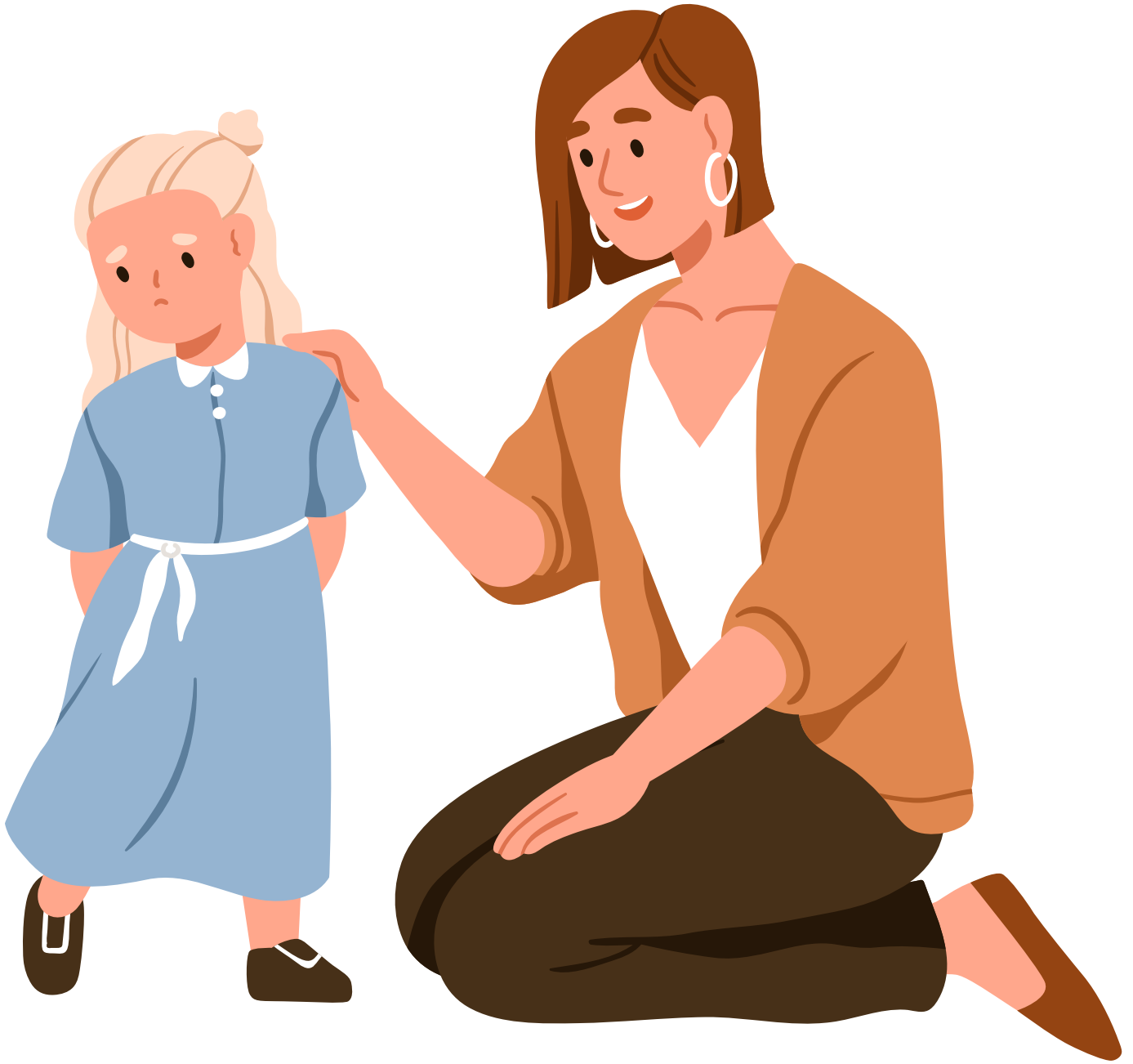






HAYIR





Etkinlik No: 3

Etkinlik Adı:

KAHRAMANLARIM

Kazanımlar

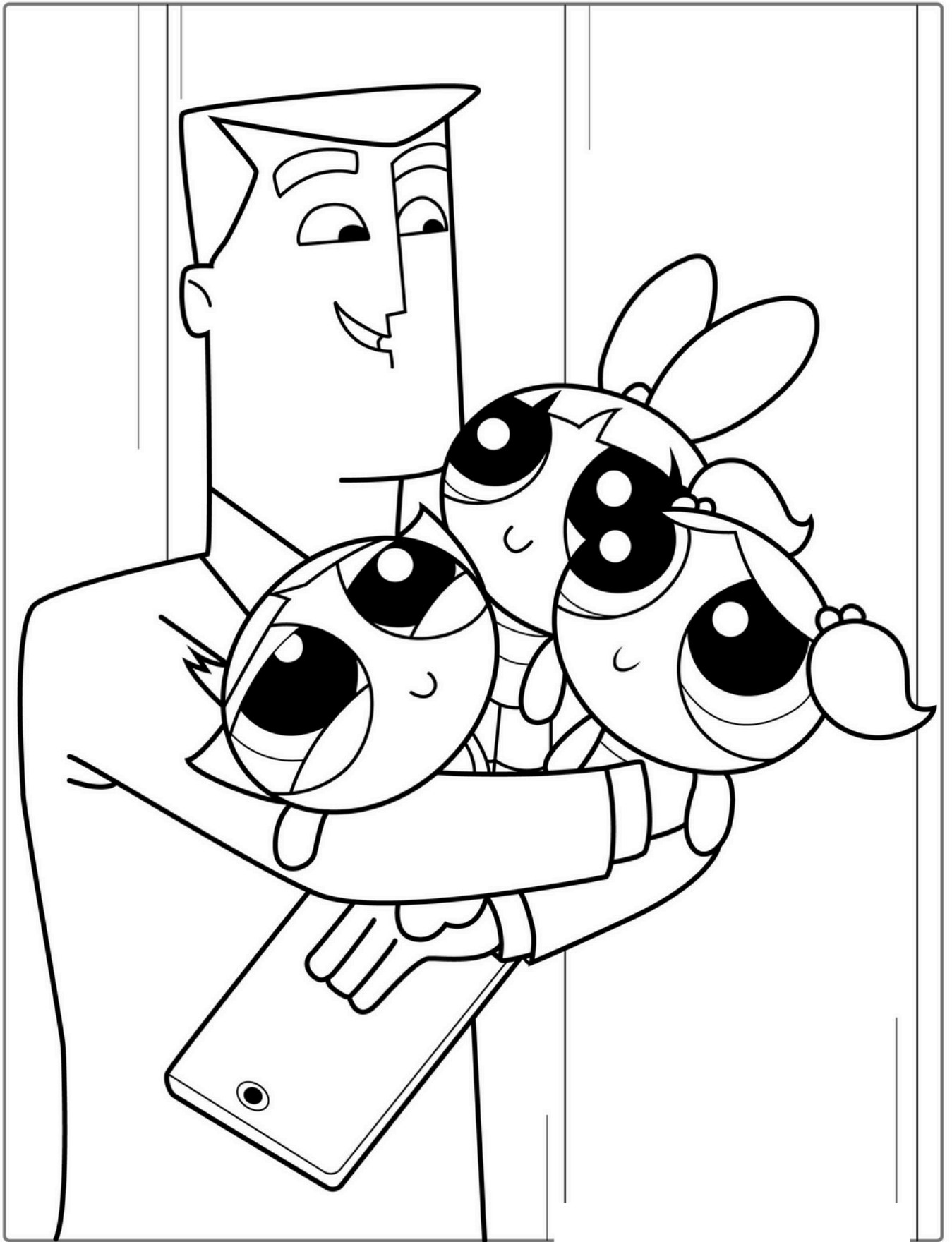
- Yaşadığı olumsuz durumları kimlere anlatacağını bilir.
- Yaşayabileceği olumsuz durumlarda nasıl hareket etmesi gerektiğini öğrenir.

Araç Gereç

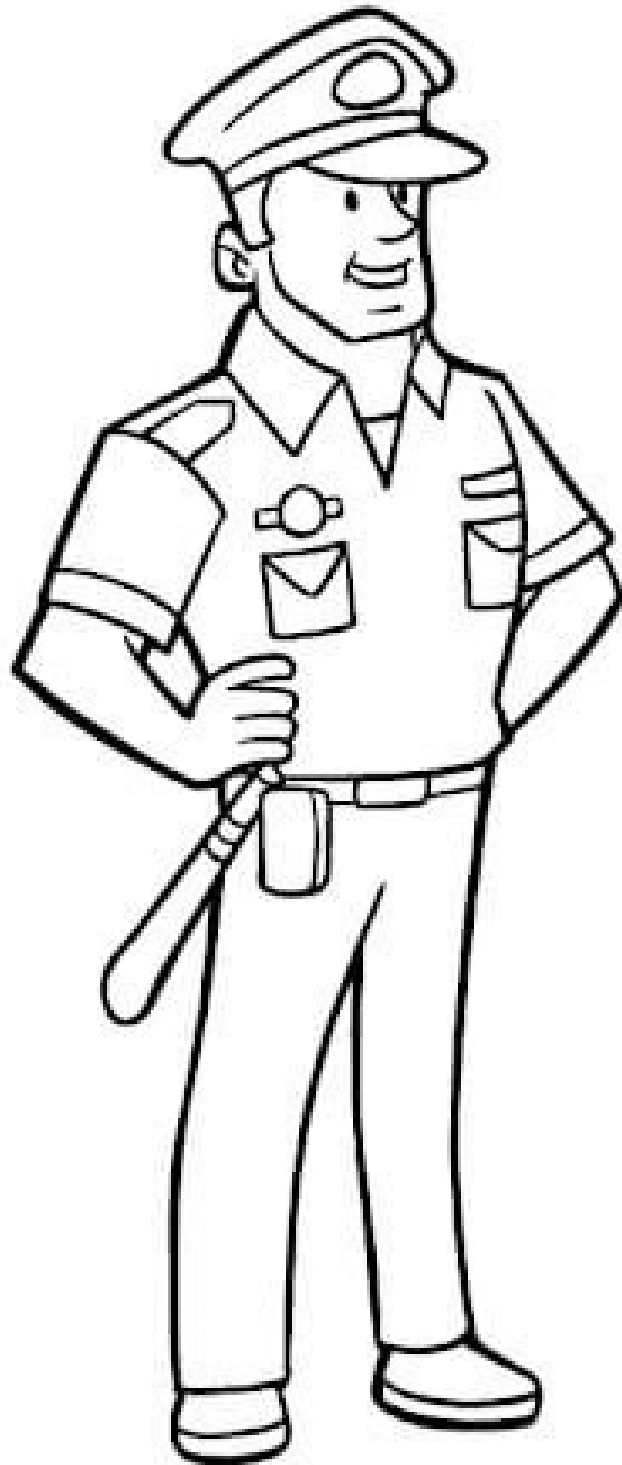
Süreç (Uygulama Basamakları)

1. Ebeveynler çocuklarına şu açıklamayı yapar: “Sana her zaman destek olmaya hazırım. Eğer bir gün kendini kötü hissedersen, zor bir durumla karşılaşırsan veya bir şey seni endişelendirirse, lütfen bana söylemekten çekinme. Ben buradayım ve seni dinlemeye, anlamaya ve yardım etmeye hazırım. Unutma ki her zaman güvenliğim benim için çok önemlidir ve seni korumak için elimden gelen her şeyi yaparım. Bende bir kahraman sayılabilir mi? Bir kahraman cesurdur çünkü zor bir durumda bile korkmadan yardım eder. Ayrıca, yardımseverdir çünkü başkalarının ihtiyaçlarına duyarlıdır. Bugün seninle hayatımızdaki kahramanları daha yakından tanıyalım.”
2. Ebeveynler çocuklarına şu açıklamayı yapar: “Sana göre kimler kahraman? (Çocuklar ebeveynleri söyleyebilir ya da çizgi karakterlerden örnek verebilirler. Çocuğun yanıtları dinlenir.)

3. Ebeveynler çocuklarına Şu açıklamayı yapar: “ Dünyada pek çok kahraman var; süper kahramanlar, çizgi film karakterleri ve masal kahramanları... Ama en özel kahramanlar, hiç Şüphesiz sizin anne ve babamızdır. Onlar, gerçek hayattaki en güçlü ve cesur kahramanlardır. Daha sonra öğretmenler de kahramanlardır. Onlar da sana yardım etmek için elinden gelen her Şeyi yaparlar. Doktorlar ve polisler de kahramandır. Yardıma ihtiyaç duyduğunda, korktuğunda, istemediğin bir Şeyi yapmaya zorlandığında, seni zen her Şeyi bu kahramanlara anlatabilirsin. Kahramanlar sana yardım edecektir.”
4. Ebeveynler çocuklarına Şu açıklamayı yapar: “Şimdi seninle kahramanları boyama etkinliği yapalım. İstersen kendi kahramanlarını çizip boyayabilirsin ya da hazır resimlerden de boyama yapabilirsin.(Tercih ocuğa bırakılır.)
5. Boyama etkinliğinden sonra bilgiler özetlendikten sonra etkinlik sonlandırılır.







KAYNAKLAR

Burada çocuğunuza mahremiyet eğitiminde kullanabileceğiniz ve bilgi edinebileceğiniz kaynaklar bulunmaktadır.

Çocuklar için onay - Video - <https://www.youtube.com/watch?v=E2QZNrTcf9w>

Minonun Şarkısı - <https://www.minonunsarkisi.org/ebeveynler>

Pepe Bedenim Bana Aittir - <https://www.youtube.com/watch?v=jCZzL5UmorI&t=198s>

Kiko ve El

YARARLANILAN KAYNAKLAR

- **Aile Ve Sosyal Politikalar Bakanlığı- Çocuklarda Mahremiyet Bilinci Kitabı**
- **Akcan, E. (2016). Çocuklarda Mahremiyet Eğitimi. Akdeniz Üniversitesi, Toplumsal Duyarlılık Merkezi Bülteni, 10 (82), 63-65.**
- **Keçiören Ram Mahremiyet Eğitimi” İle İlgili Öğretmen Ve Aileler İçin Bilgilendirme Kılavuzu**
- **Kestel Ram Mahremiyet Eğitimi Aile Bilgilendirme Kitapçığı**
- **Mahremiyet Eğitimi-Adem Güneş**