

Kaynaklar:

http://www.aacap.org/cs/root/facts_for_families/talking_to_your_kids_about_sex

Haffner, D.(2007). Çocukunuzun Gelişen Cinselliği. Optimist Yayın Dağıtım.

Önerilen Kitaplar:

- Ben nereden geldim. Peter Mayle,Sistem Yayıncılık
- Bana Neler Oluyor. Peter Mayle, Sistem yayıncılık
- Cinsellikle ilgili merak ettikleriniz. Joanna Cole, Sistem Yayıncılık
- Çocuğuma Cinselliği Nasıl Anlatırım? Linda ve Richard Eyre, Beyaz Yayınlar
- Vücuduma Neler Oluyor? Lynda Madaras& Area Madaras, Altın Kitaplar
- Çocukunuzun Gelişen Cinselliği. Debra Haffner, Optimist Yayın Dağıtım



Ergenlik Döneminde Cinsel Eğitim

Günce Psikolojik Danışmanlık Eğitim ve Grup
Çalışmaları Merkezi

Tel: 0 216 380 76 85

Fax: 0 216 380 78 02

E-mail: info@guncedanismanlik.net

Tüm yayın hakları Günce Psikolojik
Danışmanlık ve Eğitim Merkezi'ne aittir.

Bilgi Yayını 7
www.guncedanismanlik.net

Ergenlere Cinsel Eğitim Nasıl Verilmeli?

Ergenlik döneminde veya ergenlik dönemine girmeden önce çocuğunuzu mutlaka cinsel gelişimi ve cinsellik hakkında bilgilendirmelisiniz. Bir an durup düşündüğünüzde herhalde bu konunun çocuğunuzla beraber konuşacağınız en zor konulardan biri olduğunu, kelimeleri nasıl seçmeniz gerektiğini düşünüp bu durumdan rahatsızlık duyuyorsunuz. Hatta belki de neyi ne kadar anlatmanız gerektiğini, nelerden bahsetmeniz gerektiğini bilemeyip bu konuşmayı sürekli erteliyorsunuz. Öncelikle şunu söylememiz gerekir ki her ebeveynin doğal görevlerinden biri çocuğunu bu konularda bilgilendirmektir. Çocuklar ve ergenler cinsellikle ilgili sağlıklı ve yerinde kararlar verebilmek için ebeveynlerinin desteğine ihtiyaçları vardır. Siz onu bu konuda bilgilendirmediğiniz takdirde kendisi farklı yollardan bu konuyla ilgili bilgi edinmeye çalışacaktır. Örneğin, arkadaşlarıyla bu konuyla ilgili konuşacak ve belki de doğru olmayan birçok bilgi edinecektir.

Çocuğunuzla cinsel gelişim konusunda sadece bir kere konuşmak yeterli olmayacaktır. Bunu bir süreç olarak düşünüp farklı gelişim dönemlerindeki ihtiyaçlarını ve çocuğunuzun kendi merakını göz önünde bulundurarak onu bilgilendirmelisiniz. Çocuğunuzun anlayabileceğinden fazla ya da az bilgi vermemelisiniz. Özellikle de ergenliğe gelmeden önce onu ergenlikte hangi değişimlerin beklediği konusunda çocuğunuzun bilgilendirmelisiniz. Yoksa değişimler başladığında değişimleri travmatik bir şekilde bilgi sahibi olmadan deneyimleyecektir. Yetişkinlerle yapılan araştırmalar, birçok yetişkinin ergenlik dönemine yeterince hazır olmadan girdiklerini göstermektedir. Bu durum, zaten fiziksel, duygusal ve sosyal değişimleri deneyimlemekte olan bir ergen için çok daha korkutucu bir hal yaratmaktadır.

Çocuğunuza cinsel eğitim verirken kendi deneyimlerinizi paylaşmanız açısından çocuğunuzla hemcins olan ebeveynin bu konuşmaları üstlenmesi daha yerinde olacaktır. Örneğin; kız çocukları ergenlik dönemi öncesinde adet dönemine hazırlamak oldukça önemlidir. Onu bu dönemde nelerin beklediğini, neler yaşayacağını ve neler yapması gerektiği konusunda annesinin bilgilendirmesi çok daha doğal olacaktır. Bunun yanında erkek çocukları ıslak rüyalar ve ejakulasyona hazırlamak için de babalar daha çok yardımcı olacaktır. Anne ve babalar kendi yaşadıklarını anlattıklarında, bu yaşananların herkesin başına gelen doğal değişimler olduğu mesajı verilecektir.

Çocuk ve ergenlerle cinsel gelişim hakkında konuşurken bir kaç önemli nokta şunlardır:

- Çocuğunuzun size bu konular hakkında sorular sorması için destekleyin.
- Bu süreçte çocuğunuz da bu konuları sizinle paylaşmakta rahat hissetmesi için yargılayıcı ya da alay edici bir tavır içinde olmamanız gerekmektedir.
- Çocuğunuzun bilgisini ve gelişim düzeyini göz önünde bulundurun.
- Bu konuyla ilgili kendi değerlerinizi ve endişelerinizi onunla paylaşın.
- Bu konular ile ilgili kararların ne kadar önemli olduğunu ve bu kararların sonuçlarının neler olabileceğini çocuğunuza anlatın.

Cinsel gelişim ve eğitim konularıyla ilgili video ve kitapları kaynak olarak kullanmanız ve bunları çocuğunuzla beraber okumanız ya da beraber izlemeniz faydalı olacaktır.

Ergenler, Porno Dergiler ve Porno Siteler

Özellikle erkek ergenler için müstehcen dergiler büyüklere ait olarak görüldüğünden cazip gelmektedir. Ancak özellikle ergenliğin ilk yıllarında ergenlerin bu dergilerdeki resimlere bakması ya da yazıları okuması gelişimleri açısından sağlıklı değildir. Ebeveynler olarak eğer evinizde bu tarz dergiler, videolar varsa onları çocuğunuzun bulamayacağı bir şekilde saklamalı ya da atmalsınız. Bu konuda kendi değerlerinizi çocuğunuzla paylaşmanız önemlidir. Bu konuda sınır koymanız ve evinizde böyle yayınları görmek istemediğinizi söyleyebilirsiniz.

Bir başka önemli konu ise çocuğunuzun internet kullanımı ile ilgili. Çağımızda bilgilere en hızlı şekilde ulaşmak internet ile mümkün ancak internetin bazı olumsuz özellikleri de var. Örneğin çocuğunuz internette gezinirken çok rahatlıkla porno sitelere de girebilir. Öncelikle eğer bilgisayar kullanmayı bilmiyorsanız, ebeveynler olarak mutlaka bilgisayar kullanımını öğrenin ve bu konuda çocuğunuzun bir adım önünde olun. Bilgisayarınızın evinizde ortak bir alanda olması çocuğunuzun odasında olmasından daha sağlıklıdır. Böylece gözleme açık olur. İnternet kullanımı ile ilgili kuralları çocuğunuzla beraber önceden saptayın ve bu kuralları içeren bir anlaşma imzalayın. Bunun dışında e-posta ile ilgili çocuğunuzun bilgilendirin. Tanımadığı kişilerden gelen postaları açmaması konusunda uyarın. Kullanılan bir başka yöntem ise ebeveyn denetimi olan kısıtlı kullanım yöntemidir. Çocuğunuzun internette hangi sitelerde dolaşmayacağını önceden belirleyerek internet hizmet sağlayıcınızla beraber bilgisayarınıza bu konuda sınırlamalar getirebilirsiniz.