

GÜNCE'L

Ağlık Bilgi Bülteni

Yıl 4 - Sayı 38

Nisan 2011

Merhaba,

Ergenlik dönemine yakın bir büyük konuşma olarak düşünülür hep çocuklara verilebilecek cinsel eğitim. Annenin kızıyla, babanın oğluyla yapacağı, neyin nasıl anlatılacağı hakkında kafa karışıklığıdır. Hal böyle olunca hem ebeveyn hem de çocuk için zor bir konuşmadır. Soru işaretlerini gidermesi gerekirken daha çok soru işareti yaratabilecek hatta bol bol korku salınabilecek bir konuşmaya dönüşür. Bitince hem ebeveyn hem de çocuk rahatlar ve bir daha da konuşulmamak üzere sessiz bir anlaşma yapılır. İşte eskiden bu şekilde cinsel eğitim verilirdi. Şimdi ise bu yöntemin doğru olmadığı çokça bahsedilmekte. Peki çocukların cinsel gelişiminin sağlıklı bir şekilde olabilmesi için cinsel eğitim nasıl verilir? Nisan ve Mayıs aylarında Günce'l Bültenimizin konusunu cinsel eğitime ayırdık.

Cinsel Eğitim Neden Önemli?



Psikolojik Danışmanlık Eğitim ve Grup Çalışmaları Merkezi

www.guncedanismanlik.net
info@guncedanismanlik.net

T: 0216 3807685
T/F:0216 3807802

Öncelikle şu noktanın açıklığa kavuşması gerekiyor; cinsel gelişim; gelişimin bir parçası ve birey var olduğunda başlayan bir süreç; tıpkı motor gelişim, sosyal ve duygusal gelişim ve zihinsel gelişim gibi. Cinsellik, büyümenin ve canlı olmanın bir parçası. Uygun şekilde cinsel eğitim verilmiş çocuklar; merak ettiklerini arkadaşlarından ya da uygun olmayan diğer kaynaklardan öğrenmek yerine anne ve babalarına danışarak öğreniyorlar. Doğru bilgilere ulaşmanın yanında kendi vücutlarına ve başkalarının vücutlarına saygı duymayı öğreniyorlar. Ve belki de en önemlisi kendi vücutlarını korumayı öğreniyorlar. Dolayısıyla ebeveynlerin bu konuda donanımlı hale gelmesi önemli. Böylece çocuklarının sağlıklı cinsel gelişimlerini destekleyebilecek bilgiye ve özgüvene sahip olabilirler.

*Cinselliğin ayıp, günah ya da pis bir şey olmadığını,

*Herkesin vücudunun kendine özel olduğunu,

*Kimsenin onun vücudunu izinsiz elleyemeyeceğini öğretmek anne ve babaların temel görevlerinden biridir.

Hangi dönemde ne kadar bilsin?

0-3 yaş dönemi

Temel soru: Bunlar (eller) da ne böyle?

Temel alışkanlıkların geliştirilmesi
Güven duygusunun gelişmesi
Bedeninin annesinden ayrı olduğunu fark etme ve bedenini keşfetme

Çok erken dönemlerden itibaren, çocuklar kendi

vücutlarını dokunarak keşfederler. Cinsel organların sinir uçları olduğundan ve dokunulunca haz verdiğinden zaman zaman bazı çocukların bu şekilde kendilerini rahatlatmalarını ve masturbasyon yaptıklarını gözlemleyebilirsiniz. Çocukluk dönemindeki masturbasyon yetişkinleri telaşlandıran bir olgudur. Aslında cinsel içeriği yoktur sadece çocuğun kendini rahatlatması ve haz vermesi nedeniyle tekrarlanır. Masturbasyon ile karşılaşılınca anne ve babanın aşırı tepki vermemesi önemlidir. Çocuğu kendi odasına ve tuvalete yönlendirmek uygundur. "Vücudun sana özel, şu an yaptığında özel bir şey o nedenle bunu odanda yapmalısın" gibi basit bir açıklama yeterli olacaktır. Çocuğun dikkatini başka bir yöne yönlendirmek de işe yarayabilir. Anne-baba ve öğretmenlerin masturbasyonun hangi sıklıkla ve ne zamanlar yapıldığını kaydetmesi gerekmektedir. Eğer masturbasyon sıklığı çok ise bir uzmana başvurulabilir. Sıklıkla tekrarlandığı durumlarda masturbasyon bir yardım çığılığı niteliğinde olabilir. Araştırmalar, sıklıkla masturbasyon yapan çocukların duygusal anlamda zorluk yaşadığını göstermektedir.

Bu yaş döneminde çocuklara cinsel organlarının adı doğru şekilde öğretilmelidir. Bunun yanında "özel" ve "genel" kavramları da çocuk ile paylaşılabilir. Mayo ile kapanan bölgelerimiz bizim özel bölgelerimizdir gibi bir açıklama hem açık hem de net olacaktır. Bu bilgiler uygun olarak anlatıldığında, merakın ve vücudun keşfedilmesinin ayıp olmadığı ancak vücudunun kendisine özel olduğu mesajı çocuk ile paylaşılmış olacaktır.

3-6 yaş dönemi

Temel soru: Benim vücudun neden ondan farklı?

- Kız-erkek ayrımının yapılması
- Çocuklar nereden gelir?
- Yetişkin ve çocuk vücudunun farklı olduğunun fark edilmesi

Okul öncesi dönemde çocuklar çok daha sosyal olurlar. Hatta yetişkinleri taklit ederler. El ele tutuşmak, öpüşmek gibi cinsel gelişim ile ilgili davranışları da taklit ederler. Bu yaşta birçok çocuk "doktorculuk" oynar. Bu sayede diğer çocuklar ile kendi vücutları arasındaki benzerlik ve farklılıkları keşfetmeye çalışırlar. Anne ve babalar, bu tip bir durumla karşılaştığında oldukça endişelenirler ancak bu olağan bir meraktır. Bu tip bir durumda paniğe kapılmamak ve abartılı tepkiler vermemek ve vücutlarının kendilerine özel olduğunu paylaşmak gerekmektedir. Bu durumla karşılaştığınızda çocuklara vücutlarının kendilerine özel olduğu mesajını vermek önemlidir. Vücutlarıyla ilgili merak ettiklerini anne ve babalarına sorabileceklerinin mesajının verilmesi de önemlidir. Çocuklar beş ve altı yaşlarına geldiklerinde, kendi vücutlarının özel olduğunu daha rahat anlar ve hem giyinme hem de tuvalet ve banyo zamanları hakkında daha ketum olurlar.

Ayrıca bu yaş döneminde çocukların aşık olmak, bir arada yaşamak ve evli olmak gibi kavramlar üzerinde farkındalıklarının arttığı gözlemlenmektedir. Oyunlarında, anne-baba, eş gibi rollere büründüklerini görebilirsiniz. Büyüdükçe çocuklar, sevdikleri ve evlenmeyi düşündükleri arkadaşlarından bahsetmeye başlarlar.

Karikatür www.piyalemadra.com adlı siteden alıntıdır.



Okul Öncesi Dönemde Soruları Cevaplarken;

- Öncelikle çocuğun ne sorduğunu iyice anlama gereklidir. Gerçekten sorduğu sorunun, cinsellikle ilgili olup olmadığı anlaşılmalıdır. Örneğin; hamile bir köpeği gösteren çocuk köpeğin büyük karnına mı yoksa ağzındaki oyuncuğa mı dikkat etmiştir? Öncelikle bu ayırımın yapılması gerekmektedir. Farklı sorular sorarak çocuğun sorusunun ne olduğu anlaşılabilir.
- Gelişim düzeyi göz önüne alınarak; anlayabileceği şekilde basit, kısa, net ve doğru cevap vermek önemlidir.
- Cevap verirken kaygılı olmadan doğal ve rahat bir biçimde yanıtlamak çocuğun bir sonraki sorusu için tekrar anne ve babaya başvurmasını sağlayacaktır. Ayrıca anne ve babasıyla yaptığı konuşmanın sonucunda doyurucu bilgiye ulaşırsa, çocuk yanlış kaynaklara ulaşmaya çalışmayacaktır.
- Sorunun cevabın nasıl anlatılacağına bilinmediği durumlarda, bu konu hakkında biraz araştırıp sonra bilgi verileceği söylenebilir. Ancak daha sonra mutlaka bu konuyu onun açmasını beklemeyen cevabı hazırlayıp, çocuk ile paylaşılması gerekmektedir.

Soru sormuyorsa ?

Çocuklar genelde anne ve babalarına ya da güvendikleri bir başka yeti-şkine soru sorarak dünyayı ve çevrelerini keşfederler. Ancak bazı çocukların cinsellik hakkında soru sormadıklarını da biliyoruz.

Böyle bir durumda, günlük yaşantıdan fırsatları kollayarak (hamile bir kadını görmek vb.) ve bu fırsatları değerlendirerek, çocuğu konu hakkında bilgilendirmek önemlidir. Anne ve baba daha önce aile değerlerini göz önünde bulundurarak ne kadar bilgi vereceklerini planlamalıdır. Çocuk soru sormuyorsa bile, vücudunun bölümlerini ve vücudunun özel

olduğunun onunla paylaşılması, kendini koruyabilmesi için oldukça önemlidir. Bu nedenle, anne babanın özellikle bu konuda kendilerini eğitmeleri gerekir.

Çocukları soru sormuyorsa bile cinsel eğitim konusundaki kaynakları okumuş olup hazırlıklı olmalıdırlar. Ayrıca gelişim dönemine göre hangi bilgileri çocuklarıyla paylaşmaları gerektiğini de bilmeleri oldukça önemlidir.

Ailelerin Sorduğu Sorular

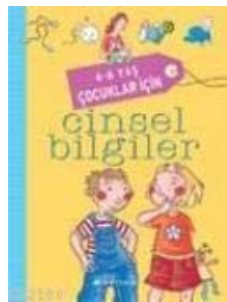
- **Bizi çıplak görmesi sakıncalı mı?**

Çocuğun anne ve babasının vücudunu tesadüfen bir kaç kere görmesi normaldir. Hatta çocuğun kendi vücudu ve yetişkin vücudu arasındaki farkları görmesi açısından gereklidir. Ancak bu durum sürekli olmamalıdır. Bunun nedeni ise çocuğun özel hayata saygıyı ve herkesin vücudunun kendine özel olduğunu öğrenebilmesidir.

- **Sünnet ne zaman yapılmalı?**

Araştırmalar ideal sünnet yaşının doğumdan hemen sonra olduğunu göstermektedir. Eğer doğumdan sonra sünnet yapılamamışsa ya da aile tercih etmemişse uygun yaşlar 7-11 yaşları arasındadır. 2 yaşındaki bir çocuğun sünnet sırasında acıya tepkisi çok büyük olur. Psiko-analitik bakış açısına göre sünnet, 5 yaşında bir çocuk için en büyük kaygı kaynaklarından biridir. Kendisini güçsüz hisseder, ve sünneti kendine verilmiş bir ceza olarak düşünür. Bu nedenle sünneti bu dönemler arasında yaptırmak uygun değildir.

Güncel'in Önerdikleri



Kitabın Adı: 4-6 Yaş Çocuklar için Cinsel Bilgiler

Yazar: Isabelle Fougere

Yayınevi: Epsilon Yayınları

Üç kitaptan oluşan bu dizi cinselliğe bilimsel ve nesnel açılardan yaklaşarak, konuyu çeşitli boyutlarıyla geniş bir biçimde ele almak için hazırlanmıştır. Kitaplar çocukların anlayacağı tarzda sevimli ve esprili illüstrasyonlarla süslenmiştir.*

*Kitabın arka yüzünden alınmıştır.



Kitabın Adı: Bebek Bezinden İlk Randevuya Çocuğunuzun Gelişen Cinselliği

Yazar: Debra Haffner

Yayınevi: Optimist Kitap

Cinsel bakımdan sağlıklı çocuklar yetiştirmek için bir kılavuz. Bu kitapta, çocuklarınıza ne öğretmek istediğinize karar verirken yardımcı olacak sorular ve alıştırmalar bulacaksınız. Her ailenin kendi cinsel değerleri vardır; bunları paylaşmak sizin hakkınız ve sorumluluğunuzdur.*

Debra Haffner

*Kitabın arka yüzünden alınmıştır.