

GÜNCE'L

Açık Bilgi Bülteni

Yıl 4 - Sayı 39

Mayıs 2010

Merhaba,

Bu ay Cinsel Eğitim konumuza kaldığımız yerden devam ediyoruz. Geçen ay, cinsel eğitimin önemine değindikten sonra, okul öncesi çağıdaki çocukların bu konuda bilmeleri gerekenler üzerine yoğunlaşmıştık. Bu ay ise ilkököl çağı ve ergenlik döneminde cinsel eğitim konularına yer veriyoruz. Böylece bu iki sayımızda, çocuklara cinselliği anlatabilmek için gerekli temel bilgileri yaş dönemlerini göz önüne alarak incelemiş oluyoruz. Keyifli okumalar...

İlkokul Döneminde Cinsel Gelişim



Psikolojik Danışmanlık Eğitim ve
Grup Çalışmaları Merkezi

www.guncedanismanlik.net
info@guncedanismanlik.net

T: 0216 3807685
T/F: 0216 3807802

İlkokul dönemindeki çocuklar ile cinselliği konuşmak belki de en zoru. İlkokul dönemindeki çocuk, ne ergenlik dönemindeki genç kadar bilgi sahibi olmalı ne de okul öncesi dönemdeki çocuk kadar basit ve temel bilgilere sahip olmalı. Okul öncesi dönemde verilen temel bilgiler muhtemelen artık ona yetmiyor. Kafasında yeni ve daha detaylı sorular var. Bu detaylı ve bazı zamanlarda ilginç soruları nasıl düşünebiliyor diye merak edebilirsiniz. Ama unutmayın, bu normal gelişimin bir parçası.

İlkokul dönemindeki çocuklar;

- Artık anne ve/veya babasının önünde çıplak olmaktan çekinebilirler,
- Kendi ile aynı cinsiyette olan arkadaşları ile daha çok vakit geçirirler-hatta karşı cinsiyettekiler hakkında kötü konuşabilirler,
- Oyunlarında öpüşme ya da evlilik gibi konular daha sık yer alabilir,
- Cinsiyet farklılıkları, cinsellik, hamilelik, doğum gibi konular hakkında merakları artabilir ve bu konular hakkında kendi aralarında konuşmaya başlayabilirler,
- Önceki dönemdeki cinsellik içeren "doktorculuk" gibi oyunlarına mevrakları artarak devam ettiğinden devam edebilirler.,
- Banyoda yalnız kalmak isteyebilir ve anne ve babanın önünde çıplak olmak istemeyebilirler. Bu isteğe saygı ile yaklaşılması mahremiyeti öğretebilmek için önemlidir.

- Mastürbasyon bu dönemde başlayabilir. Ancak çocuklara bunun özel olduğunu ve yalnız oldukları zaman yapmaları gerektiği mesajının paylaşılması uygundur.

Nasıl hazırlanmalı?

-Yaş grubuna uygun farklı kaynaklar edinip, bunların üzerinden önceden geçmek ve aile değerlerinizi göz önünde tutarak hazırlık yapmak önemlidir.

- Bir yandan çocuğunuzun ne kadar bildiğini saptamanız ve hatalı bilgiler edinmişse bunları uygun ve doğru cevaplar ile değiştirmeniz de gerekmektedir.

- Çocuğunuz soru sormuyorsa da artık konuyu sizin açmanız gerekecek. Öğrene fırsatlarını yakalayarak bu zor konuyu daha doğal bir akış ile dile getirebilirsiniz. Bu nedenle öğrenme anlarını yakalamaya çalışın. İşte size bir kaç öğrenme anı örneği;

* Ailenizde bebek hamile bekleyeb biri varsa; hamilelik, doğum, anne rahminde bebeğin nasıl büyüdüğü şeklindeki bilgileri çocuğunuz ile paylaşabilirsiniz.

* Televizyonda kadın hijyen ürünleri hakkında bir reklam varsa; onu adet dönemleri, hijyenik malzemeler (ped vb.) bilgilendirebilirsiniz.

* Televizyonda romantik bir ilişki içinde olan bir çift ile ilgili bir dizi ya da film varsa; aşık olmak ve yakınlaşmak konuları hakkında bilgi

Bu noktalara dikkat!

- En geç 8-9 yaşında soru sormuyorsa bile buluğ çağı ve vücudunda yaşanacak değişimler hakkında çocukları bilgilendirmek gerekmektedir.
 - * Kız çocuklar ile adet dönemi, vücutta yaşanacak değişimler, adet döneminde gerekli malzemeler (ped vs) hakkında konuşun.
 - * Erkek çocuk ile vücudunda yaşanan değişimler, ereksiyon gibi konular üzerine konuşun.
- Kendi vücutları ve vücutlarında yaşanan değişimlerin yanı sıra çocuklara karşı cinsiyette yaşanan değişimler hakkında da bilgi verilmelidir.
- Vücudunun bölümlerini doğru isimler ile bilmesi, üreme ve buluğ çağı ile ilgili tüm bilgileri açık ve net olarak edinmesi önemlidir. Böylece internette ya da arkadaşlarından uygun olmayan bilgileri elde etmeye çalışmaz.
- Vücudunun ona özel olduğu ve o istemeden kimsenin vücuduna dokunamayacağını mesajını mutlaka vermek, onun vücudunu koruyabilmesi için oldukça önemlidir. Özellikle toplumumuzda büyük amca, dayı, teyzeler vb. yakın akrabaların çocukları karşılarken istemeseler dahi öpmeleri oldukça yaygındır. Ayrıca öpülmesine izin vermediği takdirde de çocuk "Aaaa, O senin amcan neden öpmüyorsun?" gibi bir tepki ile mutlaka karşı karşıya gelirler. Bu tepkiler çocukların vücutlarının kendine ait olmadığı, onlar istemese de vücutlarına dokunulabileceği mesajını iletmektedir.
- Çocuklar ile buluğ çağı hakkında konuşurken, kendinizden örnekleri paylaşmanız, bunun doğal bir süreç olduğu mesajını bir kez daha vermeniz sağlayacaktır. Bu şekilde çocuk bu konuda saçma olduğunu düşündüğü soruları dahi sizinle paylaşabilir.
- Cinsel yolla bulaşan hastalıklar, gebelik gibi bilgilerin de üzerinden geçmek gerekmektedir. Ancak gerek bu bilgiler gerek cinsellik hakkında verilecek bilgilerin tabu, günah, ayıp gibi mesajlar içermemesine dikkat etmek gereklidir. Bu tip bilgilerin yanında mutlaka cinselliğin gelişiminin cinselliğin doğal bir parçası olduğunu belirtin. Bunun yanında, cinselliğin özel ve keyifli yanına da dikkat çekmeyi unutmamakta fayda var.

Ergenlikte Cinsellik

Günümüz koşullarında erişkinlik yaşı daha ileri kaymış iken, puberte yani ergenliğe giriş yaşının daha erken yaşlara çekildiği görülmektedir. Ergenlikte psikolojik, sosyal, fiziksel birçok değişime ev sahipliği yapan genç bedenler, cinsel kimlikleri açısından da önemli gelişimler yaşarlar. Önceki bölümlerde bahsedildiği gibi psikoseksüel gelişim ergenlikte başlamamakta, aslında çocukluktan beri var olmaktadır. Ancak ergenlikle beraber, çocuksu cinselliğin yerini daha olgun ve yetişkinlere tanıdık olan hali alır. Çocuksu oterotizm, yani başka bedene ihtiyaç duymadan haz alabilme hali, artık cinsel doyum için yeterli olmamaya başlamaktadır.

Bedendeki fiziksel gelişimler ile cinsiyet özellikleri belirginleşen gençlerin üreme organlarının yapısında olgunlaşma gerçekleşir. Kızlarda ilk adet görme, erkeklerde ilk boşalma toplum tarafından büyümenin dönüm noktası olarak algılanır. Doğru yönlendirilmemiş gençlerde bu yeni deneyimler yoğun korku nedeni olabilir. Bu fizyolojik değişiklikler sırasında ergenin ilgisizliği ve karşı cinsin bedenine yönelmiş durumdadır. Genç; bir yandan bedenine ve o güne kadar taşıdığı kişisel rolüne karşı yabancılaşma hisseder; bir yandan da cinsellikle ilgili merakları artar.

Karşı cinsle duyulan ilginin artması ile ilk aşk ergenlikte filiz verir. Bu dönemde karşı cins ile yaşanan duygusal veya fiziksel yakınlaşmalar gencin kendi cinselliğini ve öteki cinsiyeti tanıması adına yetişkinlikte referans olacak deneyimlerdir. İlk cinsel birliktelik de ergenlik dönemine tekabül edebilmektedir. İlk aşk ve ilk cinsel ilişki birçok kaygı ve korkuyu da beraberinde getirir. Artık eskisi gibi kolay kolay kontrol edilemeyen gençlerin karşısında, ailelerin de kaygıları artar. Bu noktada ailelerin yaklaşımı ve ergen çocuklarını doğru bir şekilde cinsellik, korunma yöntemleri ve bedensel gelişimlere dair bilgilendirmeleri oldukça kritiktir.

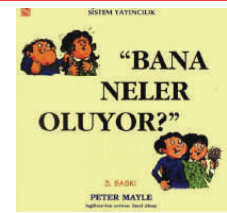
Bedenini ve cinselliğini araştıran gençler arasında cinsellik sık sık gündeme gelen bir konu haline gelmektedir. Mastürbasyon, pornografi; gençlerin bir nevi cinselliği tanıma girişimleridir. Ergenlikte gençler, cinsel anlamda yetişkinliğe adım atmaktadır ve artık onların da bir mahremiyeti vardır.

Ailelerin gençlerin mahremiyetine alan açmaları, sağlıklı cinsel gelişim için önemlidir.

Artan cinsel dürtüler ile baş etmekte zorlanan gençlerde mastürbasyon, porno dergi veya görüntü izleme gibi eylemler normalin üzerinde bir sıklık göstermeye başlayabilir. Bu durum zaman zaman ağır suçluluk duygularını da beraberinde getirir. Bu noktada yoğun suçluluk duyguları ile bazı gençlerin, cinselliğini bastırıldığı ve daha çocuksu davranışlar içine girdiği gözlenmektedir. Bu durum da en az; yoğun cinsel girişimlerde bulunma kadar dikkate alınması gereken durumlardandır. Çünkü cinsel dürtülerin bastırılması cinsel kimliğin gelişimini sekteye uğratar; gençlerin yetişkinliğe adım atmaya direnmelerine ve hayatta ilerlemekle ilgili kaygılarının artmasına neden olabilir. Baskılanan cinsel dürtülerin yarattığı kaygılar yoğun iç çatışmalara sebep olur ve yoğun kaygılarla beraber psikolojik problemleri gündeme getirebilir.

Cinselliğin tabulaştırıldığı ailelerde yetişen gençler için cinsellik, büyüdüğünün bir ispatı olarak, bir başkaldırı aracına dönüşebilir. Bazı durumlarda da genç aşırı baskılanan cinselliği nedeniyle yoğun iç çatışmalar yaşayabilir. Kontrol edemediği ve tanıdık olmayan yeni dürtülerle ne yapacağını bilemediğinde; vücudundan hoşlanmama, kendini kapama ihtiyacı, duruş problemleri gibi bedene yönelik kaygılar baş gösterebilir. Bunun yanı sıra fazlaca başıboş bırakılan gençler, bir sevgi arayışı olarak cinsel deneyimle doyum sağlamaya çalışabilir. Dolayısıyla aileler, çocuklarının büyüüklerini ve cinsel olarak geliştiklerini öncelikle kendileri kabul edebilmeli ve çocukları ile doğru bir iletişim kanalı oluşturarak onları cinsellikle ilgili bilgilendirmelidir. Bu noktada anne-babaların kendi cinsellikleri ile barışık olması, elbette ki, bir önkoşuldur. Cinselliğini tanıyan, bilen, onu kabul edebilen gençlerin kaygıları dinler; kendilerine güvenleri artar ve yetişkinliğe sağlam adımlarla geçebilirler.

GünceL'in Önerdikleri



Kitabın Adı: "Bana Neler Oluyor?"

Yazar: Peter Mayle

Yayınevi: Sistem Yayıncılık

Çocuklar, yaşamın gerçeklerini sorular sorarak öğrenir. Zamanı gelince gelince cinsellikle ilgili sorular da sormaya başlarlar. İşte o zaman, çocuğunu her konuda yanıtlamaya çalışan anababalar, cinselliğin bir sır gibi saklandığı ortamlarda büyümelerinden gelen "görgüleri" nedeniyle ne yapacaklarını bilemezler. Çaresizliklerinin ikinci nedeniyse, neyi ne kadar, ne zaman ve nasıl vereceklerinden emin olamamalarıdır.

"Cinsel Eğitim Dizisi" cinsel kimliğin, kişiliğin bir parçası olduğunu bilen ve sağlıklı çocuklar yetiştirmek isteyen anababalar ve anababalarıyla konuşamadıkları için bu konuda kendilerinden fazla bilgili (!) olduklarına inandıkları arkadaşlarının danışmanlığına başvurmak zorunda kalan çocuklar ve gençler için hazırlandı.*

*Kitabın arka yüzünden alınmıştır.



Kitabın Adı: Çıtır Çıtır Felsefe Oğlanlar ve Kızlar

Yazar: Michel Puech /Brigitte Labbe

Yayınevi: Günışığı Kitaplığı

Bir bebeğin kız mı oğlan mı olduğu ilk merak edilen şeydir. Doğa, insanlar için iki tür cinsiyet olmasına karar vermiş: Kızlar ve erkekler. Üç, dört on farklı cinsiyet de olabilirdi. Belki bir gün kendimizi çoğalmamız, yani klonlamamız mümkün olacak. Ama bugün, üçüncü bir insanın doğabilmesi için mutlaka bir kadın ve bir erkek gerekiyor. Ve bu iki cins arasındaki fark, doğanın yarattığı en önemli farktır.

*Kitabın arka yüzünden alınmıştır.