

10 Soru 10 Cevap

Çocuklar, Duygular, Doktorculuk Oyunları



EBEVEYNLER İÇİN KILAVUZ

Ebeveynler ve çocuklar için kitap önerileri

Çocukların sadece çiftlik veya itfaiye ile ilgili kitapları değil, aynı zamanda vücut, aile, sevgi ve aydınlanma konularına ilişkin kitaplarının da olması yararlıdır. Aşağı da birlikte okunabilecek örnek kitaplar yer almakta.

Başlık	Yazar & Yayınevi	Yaş
Alles Familie	Alexandra Maxeiner, Anke Kuhl Klett Kinderbuch Verlag	3
Wir entdecken unseren Körper	Doris Rübel Ravensburger Verlag	4
P.S. Es gibt Lieblingseis	Luzie Loda Marta Press Verlag	5
Mein erstes Aufklärungsbuch	Dagmar Geisler Loewe Verlag	5
König und König	Linda de Haan, Stern Nijland Gerstenberg Verlag	4
Mein Körper gehört mir	Dagmar Geisler Loewe Verlag	3
Peter, Ida und Minimum Familie Lindström bekommt ein Baby	Grethe Fagerström Ravensburger Verlag	5
Die Gefühle Bande	Clemens Fobian, Mirjam Fels Marta Press Verlag	4

Künye

10 Soru 10 Cevap. Ebeveynler için Kılavuz.

Editör:

pro familia Landesverband Hamburg e.V.
Seewartenstraße 10, 20459 Hamburg, Germany
www.profamilia-hamburg.de

Yazar: Christiane Kolb, Hamburg

Tasarım: SÜDNORD Design, Hamburg

Resim: Istock.com/courtneyk

Baskı: Drucktechnik Bisping & Odenthal GmbH

© Tüm hakları saklıdır. pro familia Landesverband Hamburg e.V.

Destekleyen:

Förderverein für Pro Familia Hamburg e.V.

Stiftung Pro Familia e.V.

Bußgeldfonds Hamburg

Behörde für Justiz und Gleichstellung

1. baskı 2019, 500 adet

pdf-indirme linki: www.profamilia-hamburg.de

Sevgili anneler ve babalar, Sevgili eğitimde yer alan kişiler,

Küçük çocuklar ve cinsellik, ilk başta birbirine uymaz görünür. Aksine cinsellik 0-6 yaş arası çocuklar da dahil olmak üzere yaşamları boyunca insanlara eşlik eder. Vücut bakımı ile başlar, çocuğunuzun kendi cinsiyet rolünde öğrendikleriyle devam eder ve çocukların otomatik olarak yönelttikleri „Bebekler nereden gelir?“ sorusuna ulaşır.

Bu broşür, sizlere cinsel istismara karşı korunma da dahil olmak üzere, vücut, sevgi ve cinsel bilgilendirmeye ilişkin en önemli soruların yanıtını verir. Bu, bilim ve uygulama alanından uzmanların ortak çalışması içinde ortaya çıkmıştır. Bilinçli olarak kesin bir yaş verilmemiştir, çocukların nasıl farklı geliştiğini bilirsiniz. Sonunda, siz karar vereceksiniz: Cinsellik hakkındaki sorularla nasıl başa çıkmak istersiniz? Siz kendiniz çocuk olarak ne isterdiniz? Bu broşür bilgi aktarır ve önerilerde bulunur:

10 soru 10 cevap.



Neden “bu” bir konu oluyor ki?

- NEDEN 1: Çünkü cinsellik yaşamın bir parçasıdır.
Küçüklükten itibaren öyledir. Kendiliğinden düşünülenden daha fazlasını kapsar: şefkat, ten ve saçla, kendi bedenine ilişkin iyi bir duygu ile mahremiyet, sevgi ve cinsiyet konusunda temel bir tutum.
- NEDEN 2: Çünkü çocukların soruları var.
Şaşılacak bir şey değil. Cinselliğin her zaman içinde var olduğu bir dünyada büyüyorlar: bebek geliyor (nereden?), ıslak bir öpücük (iğrenç!), gül gibi kızlar ve kaslı erkekler (niye öyle ki?), afişlerde bikinili modeller (donmuyorlar mı), bir yerlerde bir kadın pedi (bu ne işe yarar ki?).
- NEDEN 3: Çünkü söz konusu olan hemen “seks” değildir.
Arzu ve cinsel uyarım, tehlike ve sorunlar? Yetişkinlerin gördüğü bu. Çocukların değil. Onlar basitçe bilmek istiyorlar: Bu neden sende bendekinden farklı görünüyor? Bebekler nerden geliyor?
- NEDEN 4: Çünkü çocuğunuzun refakate ihtiyacı var.
Konudan kaçınan, çocuğun “yanlış” düşüncelerle büyümesi riskini alır. Okul bahçesi veya internette gördüğü şüpheli resimler ve yanlış bilgileri araştırmayı çocuğun üstlenmemesi daha iyi.
- NEDEN 5: Çünkü ebeveynler en önemli güvenilen kişilerdir
Çocuğunuzun neyle meşgul olduğunu, yaşına uygun olarak “sırada” neyin olduğunu siz bilirsiniz. Hiçbir yerde bilgi ve değerler aile içinde olduğundan daha güven dolu aktarılamaz.

2

Çocuk kendi bedeni hakkında ne bilmelidir?

Daha iki yaşındakiler bile bilir: koyun meler, inek m yapar ve süt gelir. Ya kendi bedeni? Göbek, popo, ... Yetişkinler cinsel organlardan çoğu kez utanırlar. Ancak ocuğunuz için önemli olan, kendisini kendi bedeni içinde rahat hissetmesi ve her şeyi adlandırabilmesidir.

Penis, vajina, testis, vajina dudağı, klitoris ve penis başı, bunların hepsi de buna dahildir. Kadının dış cinsiyet organının daha az görünür olması nedeniyle kızların cinsel organlarını adlandırırken dezavantajlı olmamasına dikkat ediniz.

“Bu her şey doğru ve sana aittir” demek, çocuğunuzun tepeden tırnağa kendini bedeni içinde güvenli hissetmesine yardım eder ve cinsel istismara karşı koruma yönündeki ilk adımdır.

Takma isimler de olur. Ancak ocuğun bir yeri ağrıdığında veya bir tuhaflık olduğunda, kreşte veya okulda söylediğinin anlaşılması gerektiğini de unutmayınız. Bu nedenle, bir çocuğun cinsel organların nötr isimlerini bilmesi iyidir.

En geç okul öncesi çağda, biyolojik süreçlerin “neden” ve “nasıl” olduğuna dair ilgi belirir. Ebeveynler daha fazlasını açıklayabilirler. Örneğin, idrar yolunun kızlarda nerede bittiğini (n vajinal duvarda, vajinal girişin bir-iki santimetre arkasında) bilmek yararlı bir bilgidir.

Buğun, ocuğun cinsel organlarına, vulvaya ve penise, daha ana rahmindeyken bazen fazla kan gittiği, örneğin, ultrasonda erek-siyonlar görüldüğü bilinmektedir. Erkek ocuğun altını değiştiren kişi, bunu bilir. Bunun bütün insanlarda biyolojik bir gerçeklik ve normal olduğu iyi bilinmelidir.

Nasıl aydınlatmalı?

3

Ve ne zaman?

En iyi cevap: her zaman yeri geldiğinde.

Trafikteki öğrenmeyle cinsel aydınlatmayı karşılaştırınız: ağaçtan arabalarla ilk oyundan ilk kez “araba” demeye, karşıya geçerken dikkat etmekten, trafiğe tam sorumlulukla katılabileceğinin işareti ehliyet alınca kadar.

Eğiticiler hayatın her alanında çocukların bilmesi gerekenleri açıklar. Cinsellik alanında da.

NE DENİR?

Buna siz karar vereceksiniz. En iyisi basit ve yaşına uygun biçimde, dürüst ve lafı dolandırmadan açıklayınız. Üç veya dört yaşındakilere basit bağlantılar yeter: Bebek annenin karnında büyür. Ayrıca penis, vajina, sperm ve yumurta da bununla ilişkili olduğu ve bebeğin vajina yoluyla doğduğu, okul öncesi dönemde uygun cevap olur.

NE ZAMAN NE SÖYLENİR?

Sonra, beden, aşk ve hayat arkadaşlığı hakkındaki sorular gelir. Ama bunun için günlük yaşamdaki sıradan fırsatları kullanınız. Örneğin babanın göğsünde kolların veya annenin ise memelerinin olmasını, vulva, penis ve popo’yu günlük olarak yıkarken. Çevrenizde, kitaplarda veya filmlerde farklı aile modelleri, ayrılık ve şefkatli aşk ile karşılaştığınızda, okul öncesi yaştaki bir çocuğa sevginin ne kadar farklı yaşandığını gösterebilirsiniz.

Çocuğunuza içinde yaşadığı dünyayı açıklayınız. Böylece onunla başa çıkmasını sağlarsınız.



Bir çocuğu ne zorlar?

Ebeveynlerin çocuklara vücut gelişimini ve sevgiyi yaşlarına ve çocuğa uygun şekilde somut gelişimleri içinde açıklamaları, onları zorlamaz. Bunda hatta bir şans bile var: onlara kendi bedenleri, sevgileri ve üremeleri hakkında kendilerine ve başkalarına saygılı bir imaj ve bilgi verilmiş olur.

Bazen çocukları cinsellik hakkındaki bilgilerle zorlamış olabileceğimiz endişesi dile getirilir. Aksine çocukların nereden geldiğini ve vücutlarının nasıl çalıştığını bilmek tehlikeli değildir. Çocuğun yaşam ufkunun çok ötesine geçen konuları ne ebeveynler ne de pedagojik uzmanlar konuşur. Çocuğun bilmek istediği ve kavrayabileceği şey açıklanırsa, her şey doğru yapılmış olur.

Dahası bilimsel araştırmalar, çocukken adım adım olumlu bilgilenen gençlerin, daha geç „yetişkin“ cinsellik yaşamaya başladığını göstermektedir: Aydınlanmış olanlar daha iyi bilirler. Araştırmalara göre, “ilk deneyimlerini” daha geç yapıyor ve daha titiz korunuyorlar. Bu nedenle:

Bilgi ve dürüstlük sorumluluk bilinci yaratır.
Bilgisizlik ve korku güvensizlik ve çok riskli davranışlara yol açar.

5

Normal doktorculuk oyunları nedir?

Çıplak gerçeklerle çocukça oyun yetişkinleri rahatsız edebilir. Bu utanç verici değil mi? Veya tehlikeli mi? Örneğin, küçük bir çocuk, arkadaşının veya ebeveynlerinden birinin cinsel organlarına bakmak isterse. Belki de minikler vücut oyunlarını kastederken, bazen “seks yapmak” diye konuşurlar.

Çocuklar meraklıdır. Yetişkinler gibi cinsel ilgileri yoktur. Sadece diğer bedenlerin neye benzediğini, ne kadar küçük ve büyük olduğunu bilmek isterler. Kucaklaşmak ve tutulmak isterler. Çocuğunuzun merakı sizin için çok fazlaysa, sınırları siz koyarsınız. Tersine, yetişkinler zaten sarılma ve tutmanın çocukça sınırlarına da dikkat eder.

Bunlar çocuklar arasındaki olağan oyunlardır: 3 ila 4 yaşındaki çocukların çoğu baba-anne-çocuk oyunları oynar ve vücutlarını karşılaştırırlar. Doktorculuk ve 5-6 yaşlarında sevgiden, evet hatta “sevişmekten” anladıkları şeyi oynarlar.

Çocuklar bu yaşta herhangi bir erotik art niyet gütmeden hareket ederler. Onlar eşler arası cinsel tatmini, orgazmı, doruk noktaları, tutku ve yetişkinler için merkezi olan diğer cinsel konuları düşünmezler. Oyunlarına eleştirel gözle bakıldığını bilirlerse veya utanma duygusu geliştiğinde geri çekilmeyi tercih ederler.

Çocuklar oyunda dünyada gözlemledikleri şeyleri düzene sokarlar ki, bu bir gelişim görevidir. Bu nedenle genel olarak adlandırıldığı şekliyle doktorculuk oyunları tamamen normaldir. Bu oyunları bazı çocuklar oynar, bazıları oynamaz. Onları yasaklamak anlamlı değildir.

Daha iyisi birkaç kural koymaktır.

6

Doktorculuk oyunları için
hangi kurallar var?

- 1 YAŞIT OLMAK.
İdeal olanı çocukların aynı yaşta (artı eksi bir yıl) olmaları ve aralarında güç farkı olmamasıdır. Büyük olanların oyuna katılmasına izin verilmez.
- 2 ANLAŞMA.
Erkek ya da kız herkes neyi istiyorsa, onu oynar. Can acıtmaya izin verilmez. Zorlamaya da.
- 3 HAYIR DEMEK: DUR!
Dur ve hayır'a uyulmalıdır. Yardım istemek gammazlamak değildir.
- 4 HIÇBİR ŞEY SOKMAYIN.
Hangi delik olursa olsun, bedene hiçbir şey sokulmaz. Bu yaralayabilir.
- 5 RAHATSIZ EDILMEDEN.
Çocuklar bunun için serbest alana ihtiyaç duyar. Belki belli aralıklarla bir göz atarak ya da bir yetişkinin bir kulağı onlarda olacak şekilde dikkat etmesiyle.
- 6 ÖNCE DEN KONUŞMAK.
Sizi ziyaret eden bir çocuğun ebeveynlerine ne oynandığını anlatmanız gerekip gerekmediğini değerlendiriniz. Açıklık iyidir. Kendi kurallarınızı çocuklarla ve başka ebeveynlerle paylaşmak anlamlıdır.
- 7 İYİ BİR CÜMLE:
“Biliyorsunuz ya, gerçek “cinsel ilişki” ilkin yetişkin olunca yapılır, değil mi?”



Utanma duygusuna nasıl yaklaşılr?

“Dur anne. Ben kendim yıkanırım.”

“Baba, başka yere bak!”

“Kendime ayrı bir soyunma kabini istiyorum.”

İşte, utanma duygusu da geldi. Utanma duygusu gelişince, ebeveynler merak eder: “Neden bu? Daha şimdiden mi?” Çocuğunuz ilk sınırı hangi yaşta çekerse çeksin, değişikliği olduğu gibi kabul etmeniz en iyisidir.

Bedenden utanma duygusu, bazen 3-4 yaşlarında, çoğunlukla okul öncesi çağda, bazen de ergenlikten hemen önce başlar. Bunların hepsi olağan çerçevededir. Davranışın ilkin kesinkes olması da öyle. Ebeveynler bunu diğer gelişim evrelerinden zaten bilirler.

Bu tıpkı hayır evresi gibidir: Benlik kazanma yolunda önemli bir öğrenme adımı olan o evrede, çocuğunuz kendisini özerk bir varlık olarak keşfetmişti. Şimdi de öyle. Olumlu olan nokta ise, utanmanın bir korunma işlevi olmasıdır. İnsanlar bununla kendi bedenlerinin mahremiyetini ve kişiselliğini savunurlar.

Öte yandan küçük çocukların gösterme sevinci de takdir edilebilir. Gururludurlar, kendilerini kendi bedenlerinde iyi hissederler. Buna imrenilmez mi? Böyle bir şeye sevininiz ve çıplaklığı ölçülü bir yola sokunuz: Çırılçıplak soyunuk olmak evde veya korunaklı bir çevrede olur. Ancak çok fazla olursa, güler yüzlü biçimde sınırlamak, bir öğrenme deneyimidir. Çocuklar, her insanın kendi kişisel sınırları olduğunu ve birlikte yaşamının herkes için geçerli kuralları bulunduğunu görürler.



Çocuğumu istismardan
nasıl koruyabilirim?

Cinsel istismar durumunda, bir çocuk bir yetişkin karşısında güçsüzdür. Buna rağmen, iyi tavsiyeler var:

- Bilgi korur. Cinsel sorunlarda bilgisizlik ve yasaklar, cinsel şiddet uygulayan kişilerin planlarını daha iyi kabul ettirmelerine ve bir sır olarak saklayabilmelerine yardımcı olur. Eğer kasık bölgesi tabu ise, çocuk belki ona ne olduğunu bile bilmiyor olabilir. O zaman sıkıntısını kendisine yakın olanlara açmaktan korkar veya utanır.
- „Kötü adam“dan söz etmenin bir yararı olmaz. Çocuğunuz zaten bir yabancıyla gitmemesi gerektiğini bilir. Daha iyisi genel olarak yetişkinlerin kafasında kötü şeyler olabileceğini ve her yetişkine inanmaması gerektiğini açıklayınız.
- İstismar genellikle yabancılar tarafından yapılmaz. Ebeveynler bilmelidir ki, istismar en çok yakın çevrede, aile içinde, tanıdıklar arasında, kurumlarda yaygındır. İstismar yetişkinlerin kendi zevkleri için hareket ettikleri yerlerde başlar.
- Özel alanda açıklık. Çocuğu öyle yetiştirin ki, mahrem alan özeldir, ama tabu olmasın. Çocuğunuz tüm vücudunu bilmeli ve adlandırabilmelidir. Ve evde her konuda soru sorabileceğini bilsin.
- Güven yardımcı olur. İyi ve kötü sınırları açıklayın: Sürprizler veya hediyeler gibi iyi olanlar, kendini iyi hissettirir. Kötü sınırlar baskı ve korku yaratır. Bununla yalnız kalınmamalıdır.
- Öz güven güçlü kılar. “Bedenim bana aittir.” Bir çocuğun bu kesinlikte bir inanca ihtiyacı var. Aile içinde de buna uyunuz. Günlük vücut temizliği önemlidir, ancak iyi geceler öpücüğü veya büyü-kannenin kucaklaması zorunlu değildir. Çocuğunuz böyle öğrenir: “Ben de sınır koyabilirim.”



**Bir çocuk kendi vücuduyla oynarsa,
nasıl tepki verilmeli?**

Olur ki bazen oğlan çocuklar ellerini pantolon ceplerinde unuttur ve kızlar cinsel organlarını örneğin bir yastığa sürterler. Bu hoşadır.

Yetişkinler çoğu kez, çocukların ergenlik öncesindeki bu bedensel reaksiyonlarına şaşırırlar. Bu olabilir mi? Uzmanların cevabı “evet”dir. Cinsel uyarım refleksleri de doğuştandır. Ancak bu genel olarak pek bilinmez.

Bebekler bile emzirme sırasındaki gevşemeye vajina dudağın şişmesi veya penisin kabarmasıyla tepki verirler. Küçük çocuklar genital bölgedeki gıdıklanma duygularını başkasının yardımı olmaksızın keşfedebilir veya onları aktif olarak kendileri uyarabilir. Bunu gündüz çocuk bakım merkezlerindeki (kreşlerdeki) uzmanlar bildirmektedir.

Bunu gözlemlerseniz, panik yapmayınız. Çocuk, davranışın yetişkinler için utanma konusu olduğunu bilmez. Herhangi bir kasıt veya art niyet olmaksızın güzel bir duygu yaşar.

Ayıplamak ve azarlamak uygun değildir. Yasak, cinselliği iğrenç ve yanlış kılar ve gizlenmeye zorlar. Bu, kendi vücuduyla oynamak açıkçası doğru olur demek değildir. Kendi değerlerinize ve duygularınızla uyum içinde davranınız. Örneğin şöyle açıklanabilir: “Bu kendini iyi hissettiriyor, bunu fark ettin. İnsanlar böyle yapar, ama kendi başlarına iken. Başkaları sen bunu yaparken yanında olmak istemez ve olmamalı da.”

İdeal olanı sakince tepki veriniz, ancak günlük yaşam kurallarını netleştiriniz.



Cinsiyet soruları nasıl iyi biçimde ele alınır?

Çocuklarımızı kız ve erkek olarak mı eğitiyoruz?

Biyoloji ne etki yapar, ebeveynler ne ve toplum ne etki yapar? Bu belki de asla kesin cevabını verilemez bir sorudur. Ancak toplumsal ideallerin bizi düşünülenden daha fazla şekillendirdiği giderek daha belirginleşiyor.

Eğitimciler rol modellerine ne katıyor?

Erkeklik ve kadınlık hakkında kendi görüşlerinin avantaj ve dezavantajlarını bilince çıkarmak ve sorular sormak yararlıdır: Gelecek kuşaklar için dünya nasıl olmalı? Bütün çocukların kendi kimlikleri içinde -nasılsalar öyle- gelişebilecekleri bir dünya olmalı.

- 2 YAŞINDAN İTİBAREN
çocuklar cinsleri ayırt edebilir ve kendilerinin hangi cinsle ait olduğunu anlayabilir.
- 3 YAŞINDAN İTİBAREN
çocuklar erkek ve kadın arasındaki farkları bilirler ve onları dış özellikleriyle doğrulayabilir.
- 4 YAŞINDAN İTİBAREN
çocukların çoğunda cinsiyet rolleri kesinleşir. Artık rollerle baş etme oyunu başlar. Doktorculuk, anne-baba-çocuk, başka kılıklara girme. Etek giymek isteyen bir oğlan çocuk, pembe renkten nefret eden bir kız çocuk kadar normaldir.
- 5 YAŞINDAN İTİBAREN ÇOCUKLAR
cinsiyet rollerini bazen aşırı derece yaşarlar. Sıkça “kızlarla oyun oynanmaz” veya “Oğlanlar aptaldır” ya da tam tersinin dendiği duyarsınız. Bu doğru değil fakat pek çok çocuk için bu tür bir sınır çekme, kimliğe aittir ve kimliğin sağlamlaşmasına katkıda bulunur.

Kendilerine biçilen cinsiyetleri içinde kendilerini rahat etmeyen insanlar veya aynı cinsiyetten olanları seven insanlar, çoğu kez bunu sonradan “Ben bunu daha okul öncesi çağda hissettim” diye bildirirler. Hangi cinsel kimlik veya yönelimin kendini göstereceği sorusunun cevabı yoktur. Ancak her insan şunu kavrayabilir: insan bunu kendi içinde derinden hisseder ve bu gerçekliği iradeyle değiştiremez.

İstatistiksel olarak bakıldığında sizin çevrenizde de yaygın norm ve beklentilere uymayan çocuklar yetişmektedir. Onlara titiz davranınız. Çocuğunuzu nasılsa kendi duyguları ve ihtiyaçlarıyla olduğu gibi kabul ediniz.

Başka sorunuz var mı?

Eğitim, cinsellik ve aydınlatma konularında daha fazla destek mi arıyorsunuz? İlk başvurulacak yerler şehrinizdeki eğitim danışma merkezleridir. Ayrıca anaokulu ve daha sonra da okuldaki eğitim personeli başvurulacak uygun kişilerdir.

Ayrıca aşağıdaki kaynaklar da tavsiye edilir:

www.bzga.de

İndirmek için: Sağlık Eğitimi için Federal Merkez'in broşürü 'Sevgi dolu refakat'

www.isp-dortmund.de

İndirme alanında: Konu ile ilgili uzmanların açıklamaları

www.familienhandbuch.de

Eğitim ve aile ile ilgili bütün konular için başvurulacak kaynaklar

www.profamilia.de

Bütün Almanya'da 180 danışma merkezlerinde her açıdan cinsellik ile ilgili kişisel danışmanlık. Çok bilgi içeren web portalı ve online danışmanlığı.

www.zartbitter.de

Cinsel istismara karşı bilgilendirme merkezi. Doktorculuk oyunu, gelişim ve taciz konusu ile ilgili çok çeşitli bilgiler.