

# Çocukluk Döneminde Mahremiyet



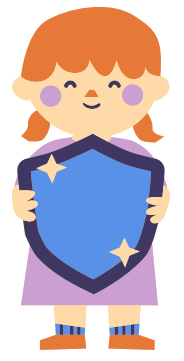
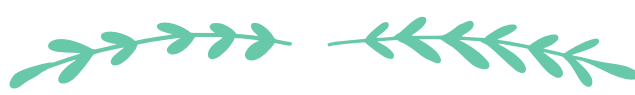
JUNO ANAOKULU



Sevgili Veliler,

Öğrenme yolculuğunda, çocuklarımızın sağlıklı bir gelişim süreci geçirmeleri, duygusal olarak güvende hissederek büyümeleri ve kendilerini ifade etmeyi öğrenmeleri bizim için son derece kıymetlidir. Bu ayki rehberlik bültenimizde "Mahremiyet" konusuna odaklanarak çocuklarımızın bu önemli konuda sağlıklı bilgiler edinmelerine nasıl destek olabileceğimizi keşfedeceğiz. Mahremiyet, bireyin kendi bedeni, duyguları ve düşünceleriyle ilgili sınırlarını ifade eder. Bu kavram çocuklarımıza öğretildiğinde, onların kişisel alanlarını anlamalarını, kendilerine ve aynı zamanda diğer bireylerin alanına saygı göstermeyi öğrenmelerini sağlar. Çocuklarımızın bu konuda bilinçli ve güvende hissetmelerini sağlamak, onların sağlıklı bir özsaygı geliştirmelerine ve olumlu ilişkiler kurmalarına yardımcı olacaktır.

Çocuklara alanlarını, bedenlerini korumalarını ve başkalarının alanlarına saygı duymalarını öğretirken sade ve açık bir iletişim kurmak önemlidir. Onlara öncelikle vücudumuzun bizim için olan önemini, bedenimizi kullanarak yürdüğümüzü, koştüğümüzü, oyun oynadığımızı anlatarak başlayabilirsiniz.

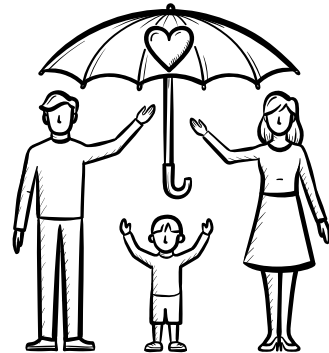


Daha sonrasında, vücudumuzu dış etkenlerden korumamız gerektiğini onlara aktarabilirsiniz.

Örneğin koşarken önümüze çıkabilecek ani nesnelerden, sivri eşyalardan, soğuk havadan vb. bedenimizi korumamız gerektiğini örnek verebilirsiniz. Böylece, çocukların zihninde somutlaştırarak konuyu onlara anlatmak için hazırlamış oluruz. Somutlaştırmanın ve örnekler vermenin ardından, vücudumuzda özel bölgeleri göstererek; dudak, boyun, göğüs bölgesi, karın, tuvalet bölgeleri ön & arka olmak üzere ve bacakların iç tarafı olarak korumamız gereken bölgeleri çocuğunuza aktarabilirsiniz. Bu süreçte faydalanabileceğiniz kaynakları aşağıda paylaşıyor olacağız. Özel bölgeler eğitiminden sonra çocuklara aktarmamız gereken iki kavram var. Bunlar “İyi Dokunuş” ve “Kötü Dokunuş”. İyi dokunuş, çocuğu mutlu eden güvenli dokunuşlardır. Örnek olarak anne & babanın çocuğa sarılmasını verebiliriz. Kötü dokunuş ise çocuğu rahatsız etmeye yol açan, istemediği halde zorla olan ve güvenliğini tehlikeye atan dokunuşlardır. Örnek olarak; çocuk istemediği halde onu zorla öpmeye çalışan akrabalar verilebilir. Çocuğa, özel bölgelere anne & babanın tuvalet, banyo ihtiyaçları sırasında temas etmesi dışındaki dokunuşların doğru olmadığını ve bu durumla karşılaştıklarında “Hayır!” diyerek bağışmalarını ve güvendikleri bir yetişkinle bu durumu paylaşmalarını öğretiyoruz. Aile içerisinde yaşa ve gelişime uygun şekilde verilmiş bir mahremiyet eğitimi, çocuğunuzun kendi alanına ve



başkalarının alanlarına saygı duymasını sağlayacak ve anaokulumuzda verilen eğitimi pekiştirecektir. Çocuklara mahremiyet konusunu oyunlar ve hikayeler aracılığıyla anlatmak, onların daha rahat bir şekilde bu konuyu anlamalarını sağlayabilir. Öncelikli amacımız, çocuklarda temel beden bilinci oluşturmak ve doğru isimlendirmelerle bedenlerini doğru bir şekilde tanımalarıdır. İyi ve kötü dokunuşlar arasındaki ayırım, mahremiyet konusunda çocukların doğru iletişim kurmalarını teşvik etmek adına kritik bir noktadır. Çocukların kendi kişisel sınırlarını anlamaları ve başkalarının sınırlarına saygı göstermeyi öğrenmeleri, mahremiyetlerini koruma becerilerini geliştirmelerine yardımcı olacaktır. "Hayır" demenin önemi vurgulanarak, çocuklar kendi sınırlarını ifade etme konusunda cesaretlendirilmelidir. Empati ve saygı, çocukların başkalarının mahremiyetlerine saygı gösterme ve duygusal sınırlara dikkat etme becerilerini geliştirmelerine katkı sağlayacaktır. Son olarak, sürekli iletişim içinde olmak, çocuklarla mahremiyet konusunda sağlıklı bir diyalog kurulmasını sağlar. Bu sayede çocuklar, kendilerini rahatsız eden durumlarla karşılaştıklarında hemen bir yetişkine başvurmayı bilmektedirler ve bu da güvenli bir ortamda büyümelerinde etkili olmaktadır.





Mahremiyet eğitimi, çocuklarımızın sağlıklı bir gelişim süreci geçirmeleri ve güvenle büyümeleri için önemlidir. Bu eğitim, çocuklarımızın kendi bedenleri ve duygusal alanları hakkında bilinç kazanmalarını, sınırlarını korumayı öğrenmelerini ve güvenli sosyal ilişkiler kurabilmelerini desteklemeyi amaçlamaktadır. Siz değerli velilerimizle birlikte yürüttüğümüz bu önemli süreçte, çocuklarımızın mahremiyet konusundaki bilincini artırarak, onları duygusal sağlıklarıyla uyumlu bireyler olarak yetiştirmeyi hedefliyoruz. Aşağıda bu ayki bülten konumuzla ilgili kitap önerilerini inceleyebilirsiniz. Sorularınız veya endişeleriniz olduğunda her zaman bana ve diğer eğitimcilerimize başvurabilirsiniz.

Sevgi ve saygılarımla,  
Sabiha İris Sarı  
Juno Anaokulu Psikoloğu



### **Kitap Önerileri:**

Balyanaklar İçin Mahremiyet Kitabı – Saniye Bencik Kangal

Bedenim Bana Ait – Dagmar Geisler

Kırmızı Çizgi – Samar Mahfouz Marraj

Elif Asla Yabancılarla Gitmez – Liane Schneider

Teo'nun Ben Nereden Geldim? Kitabı – Yağmur Artukmaç

Sana Bir Sır Vereceğim – Dilek Cesur

Çocuk Yetiştirirken Travmatik Yanlıklar, Geliştiren Doğrular – Medaim Yanık

### **Kaynakça:**

Özaslan, H., & Gültekin Akduman, G. Ü. L. Ü. M. S. E. R. (2018, November). Ailelerin mahremiyet eğitimine ilişkin görüşlerinin incelenmesi. In SETSCI Conference Index in System (Vol. 3, pp. 1363-1369).