



ÇOCUKLARIMIZLA CİNSELLİĞİ KONUŞMAK



LEADERS HILL

Build Your Future

İŞİL TABAĞ

Merhaba,



“Kızlar düzgün oturur”, “Şşşt ayıp”, “döneminde büyümüş olan şimdi ise iyi anne/baba olmaya çalışan yetişkinleriz. Cinsel konuların çok konuşulmadığı, bu konuların duymazdan gelindiği ortamlarda yetişip, şu an bu konuları gayet normalmiş gibi çocuklarımızla konuşmak birçoğumuz için hala oldukça zor. Hala organların kendi isimleri yerine kuku, pipi gibi daha sevimli isimler takmaya çalışırken çocuklarımız “seks ne demek?”, “Ben nasıl dünyaya geldim” diye soru sorduğunda ne söyleyeceğimizi şaşırtıyoruz.

Leaders Hill olarak ailelerimize cinsel konularda akıllarına takılan soruları sorduk ve bu işin uzmanı, benim de çocuklarımı büyütürken danıştığım; bilgisine, tecrübesine saygı duyduğum, güvendiğim Uzman Psikolojik Danışman Sayın Feriha Şenkaya Dildar ile bu güzel çalışmayı gerçekleştirdik.

Umarım pek çok anne babaya ışık tutar.

Sevgilerimle,

*İşıl Tabağ
Kurucu
Leaders Hill*



Feriha Şenkaya Dildar

Uzman Psikolojik Danışman

1989 yılında İstanbul Üniversitesi Pedagoji Bölümü'nden mezun oldu. 1990-1992 yılları arasında, İstanbul Üniversitesi Çapa Tıp Fakültesi Çocuk Sağlığı Enstitüsü'nde Yüksek Lisans eğitimini tamamladı.

1988-1990 yılları arasında aynı üniversitenin Psikiyatri Bölümü'nde gönüllü olarak çalışan Feriha Dildar, bir yıl süresince okul öncesi eğitim danışmanlığı yaptı. Ayrıca Liverpool Üniversitesi ve Manchester Çocuk Hastanesi'nde "Çocuk Merkezli Aile Müdahaleleri", "Uyum ve Davranış Sorunları" ve "Gelişim Bozuklukları" üzerine çalışmalara katıldı. Bunun yanı sıra, "aile terapisi" ve "oyun terapisi" eğitim programlarına katıldı.

1998-2000 öğretim yıllarında Boğaziçi Üniversitesi Psikoloji Bölümü'nde yarı zamanlı öğretim üyeliği ve 2000-2002 öğretim yılında Bükreş'te International Nursery School'da gönüllü danışmanlık yaptı. Birçok gazete ve dergide yayınları olmakla birlikte, Hürriyet Kelebek'te çocuk gelişimi üzerine 2004-2010 yılları arasında çocuk gelişimi üzerine köşe yazarlığı yapmıştır.

2011 yılından itibaren Okan Üniversitesi Gelişimsel Psikoloji Yüksek Lisans programında ve Bilgi Üniversitesi Çocuk ve Ergen Klinik Psikoloji Yüksek Lisans programında yarı zamanlı öğretim üyeliği yapmaktadır. Aynı zamanda, Bilgi Üniversitesi'nde Klinik Psikoloji Yüksek Lisans programına staj ve süpervizyon desteği vermektedir.

1992 yılından bu yana PSİ Çocuk ve Aile Merkezi'nde çalışmalarını sürdüren Feriha Dildar, çocuklarda "bireysel terapi" ve ailelerde "çocuk merkezli aile terapisi" uygulamakta ve ağırlıklı olarak sistematik ve bilişsel-davranışsal yöntemleri kullanmaktadır.



INDEX

- Sf. 4** Henüz bu konuları hiç konuşmadık. İlk konuşma nasıl olmalı, sonrasında nasıl ilerlemeliyiz? Hangi yaşta ve tam olarak nasıl anlatılmalı ve ne kadar detaylandırılmalı? Çocuk nasıl oluyor? Giriş konuşması nasıl yapılmalı? Paylaşımlarında ne kadar teşvik edici ya da durdurucu olmalıyız?
- Sf. 5** Seks ne demek? diye sorduğunda veya ben nasıl dünyaya geldim diye sorduğunda çocuğa ne cevap vermeliyiz?
- Sf. 5** 10 yaşında bir çocuğun “ben nasıl doğdum” sorusunun cevabı nedir?
- Sf. 6** Çocuğumuz cinsellikle ilgili hiçbir şey sormuyorsa “Gel seninle biraz konuşalım” diyerek konu mu açmalıyız? Yoksa soru sormasını mı beklemeliyiz?
- Sf. 7** Cinsellik, bebeğin doğumu gibi bilgilerin 10 yaşına kadar paylaşılmasının en önerilen yaş olduğunu söylediniz. Peki, şimdi 12-13 yaşında çocuğumuz varsa geç mi kaldık? Zaten öğreneceğini öğrendi mi bir yerlerden?
- Sf.8** Cinsel bilgileri kim aktarmalı? Kız çocuğuna anne, erkek çocuğuna baba mı? Yoksa her ikisi birlikte mi?
- Sf.8** Birlikte film izlerken öpüşme, sevişme sahnelerinde ne yapmak lazım?
- Sf.8** Beraber izlerken bu öpüşme sahnesinden utandı ve gözlerini kapıyor bakmıyorsa bir şey demek gerekir mi?
- Sf.9** Regl (adet görme)’i nasıl anlatmalıyız?
- Sf.9** Kız çocuklarının regl ile ilgili bazı endişeli var. Örneğin ped yokken regl olursam, çok kanama olursa, ped hışır hışır ses çıkarır herkes duyarsa? gibi
- Sf.9** Çocuğumuz büyümekten utanırsa, kapalı giyinmeye başlarsa ne yapmak gerekir?
- Sf.10** Çoğunlukla erkek çocukların çamaşırlarını indirip cinsel organlarını göstermesi ya da oyun oynarken gel sarılalım gel öpüşelim şeklindeki gizli oyunları fark edersek ne yapmalıyız?
- Sf.11** Peki çocukları uygun olamayan bir oyun oynarken gördük. O an ne yapmalı?
- Sf.11** Ergen olduklarında çocuklarımızla cinsellik hakkında uyarılarımızı nasıl konuşmalıyız?
- Sf.12** Çocuklarımızla güvenli seksi konuşmalı mıyız?
- Sf.12** Çocuğun yanında iç çamaşırı ile gezme konusundaki düşünceleriniz nedir?
- Sf.12** Çocuklarımız bazen bir ağabeyden veya internette korkutucu porno görüntülere maruz kalıyorlar. Bu konuda bir şey yapmak lazım mı?
- Sf.12** Porno içerikli video izlemeyeceksin gibi sınır mı konulmalı?
- Sf.13** 10-12 yaş çocukla bu görüntüler hakkında konuşulurken porno mu denmeli. Yoksa daha farklı bir tanım var mı?
- Sf.13** Gay, Lezbiyen, Travesti kelimelerini duyuyorlar ya da ekranda görüp soruyorlar. Anne babalar ne cevap vereceğini şaşırıyor. Ne demek gerekir?

ÇOCUKLARIMIZLA CİNSELLİĞİ KONUŞMAK

RÖPORTAJ : 21 OCAK 2016

IŞIL TABAĞ: Henüz cinsellik konularını konuşmadık. İlk konuşma nasıl olmalı, sonrasında nasıl ilerlemeliyiz? Hangi yaşta ve tam olarak nasıl anlatılmalı ve ne kadar detaylandırılmalı? Çocuk nasıl oluyor? Giriş konuşması nasıl yapılmalı? Paylaşımlarında ne kadar teşvik edici ya da durdurucu olmalıyız?

FERİHA DİLDAR: Cinsellik doğumdan itibaren vardır, ancak bebeğin cinselliği elbette yetişkin cinselliği gibi bir cinsellik değildir. Çocuk cinselliği haz almaya yönelik, bakım ve sevgi almayı amaçlayan bir cinselliktir. Anne babalar “bebeğin cinselliği vardır” atfına biraz direnç gösterirler, çünkü çocuğun mükemmel masum varlığı içinde cinselliği düşünmekte zorlanırlar. Bu yüzden çocuklarını mükemmel görme eğiliminde olan anne babalar çocuğun cinselliğini yok sayarak çocuklarına atfettikleri mükemmelliği korumaya çalışırlar. Cinsel meraklar ise çocuğun aslında kendi varoluşunu ve hikayesini sorgulamaya başlaması ile ilgilidir. Küçük yaştan itibaren verilmesi gereken başlangıç bilgisi cinsel organlar, kız erkek farklılıkları ve cinsel organların özel olduğudur.

Yani yetişkin dili ile “mahremiyet”tir. Ama bizim bugün burada konuştuğumuz anlamda kadın erkek cinselliği ve bebeğin nasıl oluştuğuna dair detaylı bilgiler için 8 en geç 10 yaş önerilir. En geç 10 yaşında, çocuğun kendi varoluş yolculuğuna dair her şeyi biliyor olması gerekir. Cinsel meraklar bir şekilde karşılanmıyor ve sorular cevaplandırılmıyorsa, keşfetme ile ilgili ilk hamle de engellenmiş olur. Çünkü çocuklar önce kendi bilinmeyenlerini merak edip keşfeder, daha sonra ise dünya ve hayat ile ilgili keşiflere yönelirler. Kendi varlıkları üzerinden sordukları sorularla dünyayı keşfederler. Buradan hareketle 8-10 yaşta cinsel bilginin verilmiş olması uygun görülmektedir. Ancak bu bilgi verilirken çocuğun içinde bulunduğu aile çevresi, merakları, çocuğun anlayabileceği dil vb. gözetilmelidir.

2 IŞIL TABAĞ- Seks ne demek? diye sorduğunda veya ben nasıl dünyaya geldim diye sorduğunda çocuğa ne cevap vermeliyiz?

FERİHA DİLDAR: Ben toplumun halihazırda aydın kesiminde bile direk yada örtülü bir dille “sevişilecek kızlar” ve “evlenilecek kızlar” ayrımının yapıldığını düşünüyorum. Aşk ve cinselliği bu şekilde ayırıştırmak pek çok konuda sakıncalar doğuracaktır. Dolayısı ile aslında anne babaların üzerine düşen, cinsellik ve sevgi kelimelerini başlangıçtan itibaren bir arada kullanmaktır. “Kadın ve erkek belli bir olgunluğa geldiğinde birbirini çok severek birbirine yaklaşır. Birbirini çok seven kadınla erkeğin birbirine bedensel olarak da yakınlaşmasının adıdır cinsellik.”

3 IŞIL TABAĞ: 10 yaşında bir çocuğun “ben nasıl doğdum” sorusunun cevabı nedir?

FERİHA DİLDAR: Geçmişte bizim kültürümüzde ve birçok kültürde çocuklarımıza şöyle bir inanç aşılanıyordu: “Anne ve babaların bir cinselliği yoktur”. Cinsellik anne-baba kutsallığını kirleten bir şeydir gibi... Birçoğumuz da bu inançla ve varsayımla büyüdük. Oysa bugünkü bilgilerimiz çocuklara başka bir aktarımın doğru olacağı yönünde: “Anne ve babaların bir cinselliği vardır. Fakat bu mahremdir ve bu sınırlar çocuklara yasaktır.” Dolayısıyla yatak odasının kapısının kapalı olması gibi bazı sınırların amacı sadece evin içinde bir yapı yaratmak değil, çocukların gelecekte anne-baba olduklarında yaşayacakları özgür ve mahrem cinselliğe bir model de oluşturmaktır. Anne babanın bir cinselliği vardır fakat çocuğa mahremdir ve çocuk bu alanın dışındadır. Onun için de “ben nasıl doğdum?” sorusuna cevap verirken de anne babanın kendi cinselliğine atıf ya da gönderme yapmasını beklemiyor ve istemiyoruz. Bunun bir bilgilendirme ve çocuğun kendi varoluşuna yolculuk olduğunu unutmamalıyız. Bu bilgi gerçekten bu merakı giderecek düzeyde tutmalıdır. Anne babanın kendi bedeninden, yaşantısından örnek verme zorunluluğu yoktur.

"BEN NASIL DÜNYAYA GELDİM?"

"Ben nasıl dünyaya geldim?"

FERİHA DİLDAR: Erken dönemden itibaren cinselliğin konuşulabilir kılındığı, sağlıklı sınırların tesis edilebildiği ailelerde bu soruya cevap vermek o kadar da zor olmayacaktır. 8-10 yaşından çok önce mahremiyet, kadın ve erkek bedeni, çocuğun sevgi ile dünyaya gelmiş olması, gibi konuların ele alınmış olması ebeveyn ve çocuk arasında sağlıklı bir temel oluşturacaktır. Bu temelin üzerine sözü edilen yaşlarda çok kısaca şu bilgi verilebilir: "Kadın ve erkek birbirini çok sever ve bu sevgi ile yakınlaşır. Bu yakınlaşmaya cinsel birleşme denir. Cinsel birleşme esnasında erkeğin bedeninden kadının çocuk büyütme üzere olan bölgesine -buna rahim- denir bir tohum büyümek üzere bırakılır." Şüphesiz her ailenin kendi dili ve rahat edebileceği özgün bir yolu vardır. Fakat yapılan bu açıklama mutlaka çocuğun yaşına ve gelişim seviyesine uygun olmalıdır. Ebeveynler çocuğun ne kadar bilgiye ihtiyaç duyduğuyula ilgili adımları takip etmeli ve onun sorduğu kadarını cevaplamalıdır. Yukarıdaki cümleler ailelere yol gösterme niteliğindedir.

4

İŞİL TABAÇ: Çocuğumuz cinsellikle ilgili hiçbir şey sormuyorsa "Gel seninle biraz konuşalım" diyerek konu mu açmalıyız? Yoksa soru sormasını mı beklemeliyiz?

FERİHA DİLDAR: Çocuklara sadece kelimelerle bir şey aktarmayız; ailede kelimeleri olmayan, konuşulmadan konuşulan bir dil de vardır. Dolayısı ile bilinçli ya da bilinçdışı cinselliğin ayıp, yasak, günah olduğu üzerine çocuğa aktarılan bir takım mesajlar olabilir. Eğer bir çocuk bu konuyu hiç getirmiyorsa, bu durum çocuğun bir merakı ya da ihtiyacı olmadığı anlamına gelmez. Tam tersi anne baba tarafından, konuşulabilmesi için uygun dış koşullar yaratılmamıştır. Bu nedenle her durumda, yeterli olsun veya olmasın, çocuğun meraklarının en doğru ve birinci adresten giderilmesi vb. sorumluluklar ebeveynlerin temel sorumlulukları arasındadır.

Anne ve baba içsel olarak onay verdiğinde farkında olmaksızın çocukta da merakını gidermek üzere bir kapı açılacaktır. Günlük hayat olayları da pek çok konuşma fırsatı vermektedir. Hamile bir kadına rastlamak, televizyonda öpüşen bir çift görmek gibi pek çok günlük hayat olayı konuşma fırsatı yaratabilir. Ayrıca cinsellik hakkında konuşurken anne-babanın diğer konularda olduğu gibi doğal ve rahat bir tutum sergilemesi çocuğun bu konuyu 'konuşulabilir' bir konu olarak algılamasını sağlar. Ebeveynin ses tonundaki kaygı bile çocuğun kendine ve kendi cinselliğine bakış açısını etkileyebilir ve çocuk bu konuşmanın ayıp veya yasak olduğunu düşünebilir.

Günümüz anne babalarının ise bu konuda onlarla konuşmuş ebeveynleri yoktur. Bu nedenle biraz daha sınırlı ve cinselliğin yok sayıldığı bir ebeveyn tutumu ile büyümüşlerdir. Bu anne babaların, "cinsellik" konusunu çocuğu ile çok rahat konuşamıyor olması çok anlaşılır bir durum olsa da, anne babanın bu durumu bu kuşakta kırma arzusu olması gerekmektedir. Çocukla konuşurken de bu tecrübesizliğin ifade edilmesinin hiçbir sakıncası yoktur: "Seninle bu konuyu bire bir konuşarak sana birinci derece de yardımcı olmak istiyorum. Bu nedenle bütün merak ettiğin soruları bana sorabilmeni istiyorum ama benim de bu konuları konuşan bir annem babam olmadığı için ne yapacağımı biraz bilemiyorum. Ben de arada bir kafa karışıklığı ve kaygı yaşıyor olabilirim" gibi samimi bir tanımlama da aradaki buzların erimesine yardımcı olur. Hem ebeveynin hem de çocuğun işini kolaylaştırır.

5

IŞIL TABAÇ: Cinsellik, bebeğin doğumu gibi bilgilerin 10 yaşına kadar paylaşılmasının en önerilen yaş olduğunu söylediniz. Peki, şimdi 12-13 yaşında çocuğumuz varsa geç mi kaldık? Zaten öğreneceğini öğrendi mi bir yerlerden?

FERİHA DİLDAR: Bu bana da çok gelen bir soru. Aslında bu yetişkinin "mücadele kaçağı". Anne babanın "nasıl olsa halletmiştir" diye varsayarak bu konuya ilişmemesi anne babanın kendini biraz daha konforlu bir konumda tutma arzusuna hizmet etmektedir. Ancak çocukların yanlış ya da eksik bilgiye ulaşmış olmaları sık rastlanan bir durumdur. Üstelik elektronik ulaşımın bu kadar kolay ve denetimsiz olabildiği bu çağda maalesef cinsellikle ilgili yanlış bilgilerle donanmak da zor olmamaktadır. Öncelikle her koşulda bu bilginin gerçeğe çekilmesi, sağlıklı bir dille yeniden oluşturulması sağlanmalıdır. Okulda verilen cinsel eğitim derslerinin gerekeni öğrettiğine inanan anne babalar da var.

Okullarda cinsel bilgi eğitimlerinin olması son derece sağlıklı bir gelişme olmasına rağmen bu eğitim ailenin bu konudaki sorumluluğundan feragat etmesi ve bu konuların aile içinde hiç konuşulmaması anlamına gelmemektedir. Çocuğun bilgi düzeyinde değil de, duyu ya da yaşantı düzeyinde daha anlık sıkıntılar olabildiğinde okul yada bir kurum çocuğun soru veya sorunlarına her zaman yeterli kaynak sağlayamayabilir. Bu nedenle çocuğun en yakın ebeveyni ile bir paylaşım alanı olmalıdır. Böylece anlık sorular ve sorunlar olabildiğinde çocuğun başvuracağı yakın ve doğru bir yetişkin çocuğa yardımcı olabilir.

6

İŞİL TABAĞ: Cinsel bilgileri kim aktarmalı? Kız çocuğuna anne, erkek çocuğuna baba mı? Yoksa her ikisi birlikte mi?

FERİHA DİLDAR: Çocukların her yaşta bir cinsellikleri olması dolayısıyla, ideal olan kız çocuğun anne ile erkek çocuğunun ise baba ile konuşmasıdır. Onlara asexual gibi davranmamız cinsel varlıklarına ve varoluşlarına büyük bir haksızlık olur. Dolayısı ile bu tip konularda kendi cinsiyetinden olan ebeveyni ile daha rahat edeceğini varsayıyoruz. Ancak bu, erkek çocuk anneyi, kız çocuk babayı yakın bulup bir soru sorduğunda, anne-babanın bu soruya cevap vermeyeceği anlamına gelmemektedir.

8

İŞİL TABAĞ: Beraber izlerken bu öpüşme sahnesinden utandı ve gözlerini kapıyor bakmıyorsa bir şey demek gerekir mi?

FERİHA DİLDAR: Bu durum çocuğu yatıştırma ve konuşurma fırsatı olarak değerlendirilebilir. Örneğin “İstedğin zaman bu konuda bilgi verebilirim” gibi bir cümle kurarak çocuğa konuşması için ortam yaratılabilir.

7

İŞİL TABAĞ: Birlikte film izlerken öpüşme, sevişme sahnelerinde ne yapmak lazım?

FERİHA DİLDAR: Bir kere sadece öpüşme sevişme değil her durumda okuyucu izleyici olmak, bu programın içeriğini önceden biliyor olmak ve ona göre o televizyonu açmak ve kapatmak başka bir sorumluluktur.

Ama çocuğa uygun bir programın içinde de bazen kadın erkek yaklaşması olabilir. Bu durum bunları konuşmak için bir fırsattır.

“Birbirlerini ne kadar sevdiler ve sevgiyle birbirlerine sarıp öpüştiler. Fakat bu gördüklerin gerçek hayatta kadın ve erkeğin özelidir yani onların arasındadır” şeklinde mahremiyeti vurgulamak gerekir tabii ki.

9 IŞIL TABAÇ: Regl (adet görme)'i nasıl anlatmalıyız?

FERİHA DİLDAR: Regl hakkında 12 yaştan daha önce aşama aşama konuşulmuş olunmalıdır. Öyle ki 10 yaşında bir kız çocuğu bunu öğrenmiş olmalı çünkü regl olma yaşı 10-11 e kadar inmiş durumda, dolayısı ile çocuk vücudunda olup biten hakkında bilgi sahibi olmalıdır.

Bunu anlatmanın en kısa tanımı aslında biraz büyümeye atıf yapmak olabilir. Regl olmanın yavaş yavaş çocukluktan genç kızlığa geçişin bir işareti olduğunave bedenın büyüdüğüne olumlu duygusal atıflar yapılarak, gerçekleşen büyüme tebrik edilip onanmalıdır. Fizyolojik açıklaması ise bir kadın bedeninin bebek oluşturma egzersizlerine başlaması demektir: “Olgunlaşacak bu yumurtalar her ay dışarı atılacak. Sen çok istediğin, sevdiğin birinden bir bebek dünyaya getirmek istediğinde bebeği oluşturacak olan olgun yumurta haline gelecek.”

10 IŞIL TABAÇ: Kız çocuklarının regl ile ilgili bazı endişeli var. Örneğin ped yokken regl olursam, çok kanama olursa, ped hisşır hisşır ses çıkarır herkes duyarsa? gibi

FERİHA DİLDAR: Bu konuların çocukla sık sık konuşulması ve çocuğun konu hakkında bilgilendirilmesi gerekir. Kanamanın onun düşündüğü kadar çok şiddetli olmadığını, başlangıçta tuvalet kağıdı ile başa çıkabilecek kadar olduğunu, pedlerin konforlu olduğu gibi teskin edici gerçekler çocuklarla konuşulmalı.

11 IŞIL TABAÇ: Çocuğumuz büyümekten utanırsa, kapalı giyinmeye başlarsa ne yapmak gerekir?

FERİHA DİLDAR: Gelişim sürecince beden ve ruh sağlığını dengeleyerek gelişime ayak uydurmaya çalışmak oldukça doğaldır fakat bu ikisi arasındaki dengeyi sağlamak çocuk tarafından biraz zaman alır. Bu hissettiği duygu konuşulabilir olduğu zaman ise kendi ruhsallığında, değişen bedensel imgelerine adapte olması hızlanır ve kolaylaşır: “Çok haklısın bedenimizde böyle ani, hızlı ve daha önce bilmediğimiz değişiklikler olduğunda hepimizin biraz merakları artar.”

Bu değişim süresince, çocuğa yaşadığı kaygının doğallığı ve büyümenin hoşluğu hakkında destek olunması gerekirken, özellikle büyümenin sağlıklılığı ve bunun gelişimin doğal bir parçası olduğunun üzerinde mutlaka durulmalıdır .

12

IŞIL TABAĞ: Çoğunlukla erkek çocukların çamaşırlarını indirip cinsel organlarını göstermesi ya da oyun oynarken gel sarılalım gel öpüselim şeklindeki gizli oyunları fark edersek ne yapmalıyız?

FERİHA DİLDAR: Okul öncesi dönemde, çocuğunuz başta doktorculuk ve evcilik gibi cinsel içerikli oyunlarla kız-erkek bedenini keşfetmeye çalışır. Çocuğun duygularını, düşüncelerini ve meraklarını ifade etme alanı oyun olduğu için, bu yaştaki cinsel içerikli oyunlar son derece normaldir. Dikkat edilmesi gereken bir nokta çocuğunuzun bu oyunları kendinden büyük bir arkadaşıyla değil, kendi yaş ve gelişimsel düzeyine uygun bir arkadaşıyla oynamasıdır. Çocuklar ilk cinsel merakını kendi bedeni ve ya da yaşıtı bedeni üzerinden giderme arzusu duyabilir. Bu nedenle öncelikle bu durumun doğallığı kabul edilmelidir. Fakat durumun doğallığı kabul edilirken anne ve babanın cinsellik konusunda yaşa uygun bir bilgi verip, çocuğun içini teskin etmesi gerekmektedir. Bedene dair olan bu merakları giderebilecek mahremiyet de ayıp, yasak ya da günah şeklinde olmaksızın çocuğa anlatılmalıdır..

Örneğin, 2 yaşından itibaren çocuğunuza çıplaklık ile ilgili sınırlar çizip, bedeninin özel olduğunu ve onu başkalarına göstermek için kullanmadığınızı anlatabilirsiniz. Bu davranışa, çocuğunuzu banyo yaptırırken ya da aynı odadaysanız tamamen çıplak kalmayarak da model olabilirsiniz. “Bedenini anne baba ve doktor dışında kimse dokunamaz göremez elleyemez. Sende hiç kimsenin vücuduna dokunamaz, göremez, elleyemezsin. Özellikle vücudumuzun özel bölgeleri sadece bize ait ve bunlar bir oyun malzemesi değildir. Bu konulardaki meraklarını benimle konuşabilirsin ama nasıl bazı şeylerle oynanmaz vücudumuzun özel bölgeleri de oyuncak değildir” deyip yumuşacık sınırları koyarak ihtiyaç olduğunda çocuğa tekrar hatırlatmak gerekir. Eğitim böyle bir şey: tekrar etmek gerekiyor.

13

İŞİL TABAĞ: Peki çocukları uygun olamayan bir oyun oynarken gördük. O an ne yapmalı?

FERİHA DİLDAR: Böyle bir durumda rahatsızlık hissetmeniz son derece doğaldır. Önemli olan, rahatsızlığınızı ve stresinizi çocuğunuza aktarmamanız, gelişigüzel bir şekilde araya girip, dikkatini başka bir aktiviteye yöneltmenizdir. Örneğin, “Bu güzel bir oyun değil, hadi ikiniz de giyinin, ben sizi mutfakta bekliyorum hep beraber suluboya yapalım!” benzer bir durumda uygun bir müdahale olabilir. Dolayısıyla o an büyük bir panikle çocukları utandırmaya gerek yoktur. O anda sükunetle havanın daha kabul edilebilir bir duruma döndürülmesi gerekir. Sonrasında ise her çocukla kendi ebeveyni uygun ve sakin bir zamanda oynadığı cinsel oyun üzerine konuşulmalı ve bir müddet baskı olmadan denetlemelidir. Bunun yanı sıra bu tür olaylar yetişkinlerin de anlaşmazlığına dönüşebilir ve birbirlerinin çocuğunu suçlamaya çok yatkın olabilir. Ancak başka birinin çocuğu benim çocuğumu baştan çıkarmış olabilir. Halbuki burada annelerin buna bir hastalık, bozukluk gözüyle bakmayıp çocuklarını uygun bilgilendirmeyi yapmayı ve mahremiyet sınırlarını öğretmeyi denemesi gerekmektedir.

14

İŞİL TABAĞ: Ergen olduklarında çocuklarımızla cinsellik hakkında uyarılarımızı nasıl konuşmalıyız?

FERİHA DİLDAR: Bir annenin ya da bir babanın kendi değerlerini çocuğuna geçirme arzusunu çok anlamlı ve yerinde buluyorum. Dolayısıyla tabii ki bunlar için bir çabamız ve gayretimiz olacaktır. Ama burada şunu kaçırmamalıdır ki; öteden beri cinsel bilginin konuşulabilir kılındığı, güvenli cinselliğin sevgi ile karıştırılarak anlatıldığı bir evde büyüyen çocuğun seçimlerine de bir noktadan sonra saygı duymak gerekmektedir. Yani bir ergenin tıpkı bir yetişkin gibi kendine ait bir mahrem ve cinselliği vardır. Önemli olan anne ve babaların gerçekten o mahremiyetin içinde olma gayretlerini bitirmesidir. Anne ve baba tarafından bu bilgiler ve değerler çocuğa aktarılırken, her an hangi sorun için olursa olsun kendilerine gelebileceği garantisi sükunetle verilmelidir; bu noktadan sonrası ise biraz ergene ait bir durumdur. Her ne kadar ebeveynler ergen cinselliğini denetimleri altında tutmak isteseler de, bu alan denetleyebilecekleri bir alan değildir. Onun için bir noktadan sonra çocuklarımıza güvenmekle yükümlü oluruz. Önemli olan en küçük bir sıkışıklık ya da sorun anında gelebilmelerine dair bir güven ilişkisinin oluşturulmuş olmasıdır.

15

IŞIL TABAÇ: Çocuklarımızla güvenli seksi konuşmalı mıyız?

FERİHA DİLDAR: Bu, kültüre ve çevreye göre oldukça değişkendir ancak yaşantılar göz önünde bulundurulduğunda, bu tip bir ilişkiye fırsat olduğu düşünüldüğünde, hem erkek hem de kız çocuk için mutlaka cinselliğin sorumluluğunu alabilecek bir bilgilendirme yapılmalıdır. Bu bilgilendirme yalnızca teknik korunma bilgilendirilmesi değil aynı zamanda gerçekten zihinsel, ruhsal ve fiziksel harmoniyi de kapsayan bir bilgilendirme olmalıdır; baska bir deyişle çocuk sorumluluğu alması konusunda bilgi sahibi edindirilmelidir.

16

IŞIL TABAÇ: Çocuğun yanında iç çamaşırı ile gezme konusundaki düşünceleriniz nedir?

FERİHA DİLDAR: Bu oldukça doğaldır ancak çıplak dolaşmak önerilen bir şey değildir. Çünkü cinsellik şöyle tanımlanır “doğal ve özeldir”. Özellikle cinsel organların mahremiyeti önemlidir. Erken yaşlarda çocukların yetersizlik hislerine kapılmalarına da neden olabilir. Ama ailenin kendi gelenek ve kültürlerine çok bağlı bir durumdur.

17

IŞIL TABAÇ: Çocuklarımız bazen bir ağabeyden veya internetten korkutucu porno görüntülere maruz kalıyorlar. Bu konuda bir şey yapmak lazım mı?

FERİHA DİLDAR: Sağlıksız bir cinselliğe tanıklık etmiş olmamaları adına bu konuda bir müdahaleye elbette ki ihtiyaç vardır. Hatta cinsel bilgilerin verildiği erken dönemden itibaren bu konuşulmalıdır. İnternet üzerinden çok dikkat çekmek üzere yapılmış çekim ve görüntülerin gerçeği yansıtmadığı, dikkat çekmek üzere abartılmış görüntülerin olduğunu, çoğu zaman çok vahşi ve çok soğutucu cinsellik sahnelerinin olabildiği söylenmelidir. Gerçek cinselliğin ise sevgiyle ve yumuşacık birbirine yaklaşma ile olduğu ve son derece de doğal ve yetişkine iyi gelen bir durum olduğu anlatılarak aradaki fark vurgulanmalıdır.

18

IŞIL TABAÇ: Porno içerikli video izlemeyeceksin gibi sınır mı konulmalı?

FERİHA DİLDAR: Bu içeriklerin gerçek olmadığını, ürkütüleceğinin, kafa karışıklığına sebep olabileceğinin söylenmesi zaten yeterli bir sınırdır.

19

İŞİL TABAĞ: 10-12 yaş çocukla bu görüntüler hakkında konuşulurken porno mu denmeli. Yoksa daha farklı bir tanım var mı?

FERİHA DİLDAR: Bizler daha çok süreçle ilgileniyoruz, kelimeyi kullanıp kullanmamak seçime bağlıdır.

20

İŞİL TABAĞ: Gay, Lezbiyen, Travesti kelimelerini duyuyorlar ya da ekranda görüp soruyorlar. Anne babalar ne cevap vereceğini şaşırıyor. Ne demek gerekir?

FERİHA DİLDAR: Gerçeği anlatmak gerekiyor artık böyle bir şey var. Kişilerin cinsel tercihleri cinsel kimlik değişikleri falan üzerinde konuşmak gerekiyor. Bir de gay konusunda konuşmakla, ya da gay birini görmekle kimse gay olmaz. Anne babaların bunu da bilmesi lazım. Yani bilgilendirme, tanık olmaları bir görüntüye falan farklı cinsel tercihleri olan kişilerin varlıklarına alışmaları seçimlerini etkileyecek bir şey değil. Ama bu dünyada artık bunları konuşabilmek gerekiyor.

İLETİŞİM

PSİ Danışmanlık
Süleyman Seba Cd. No:62 Spor Ap. Kat:1 Daire:2
Vişnezade / Beşiktaş/ İstanbul

Telefon:0212 225 0444
Telefon:0212 247 6803
Mobil:0533 472 61 20
Faks:0212 291 0056
eMail:mail@psidanismanlik.com

Leaders Hill
İstanbul Cad. Arcadium Life 2 Sitesi
K:2 D:15 Göktürk İstanbul

Tel: 0212 3221530
e-mail: info@leadershill.com
www.leadershill.com



info@leadershill.com



0212 322 15 30



leadershill



Leadershill

LEADERS HILL

Build Your Future