



Sevgili Anne Babalar;

Toplum olarak sağlıklı nesiller yetiştirmek; bedensel, duygusal, bilişsel ve sosyal yönden kendisi ve çevresiyle barışık bireyler yetiştirmekle mümkündür. Geçmişten günümüze, cinselliği konuşmak hiçbir zaman kolay olmamıştır. Ancak günümüzde, çok fazla uyarının olduğu, hızla gelişen dünyada cinsel eğitim, daha da önemli bir gereksinim haline gelmiştir. Çocuğun şekillendiği yıllarda, anne babalarının verdiği mesajlar çok önemlidir ve uzun süreli etkiye sahiptir. Bu sebeplerle çocuk ve ebeveyn arasındaki iletişim açık, tutarlı ve olumlu olmalı ve çocuğun cinsel eğitimi de zamanında ve uygun şekilde verilmelidir. Gerekliliği olan, çocuğa cinsellik hakkında her şeyin değil, temel gerçeklerin yaşına uygun şekilde aktarılmasıdır.

Cinsel kimlik, kişinin biyolojik cinsiyetinden bağımsız olarak kendisini kadın ya da erkek olarak algılamasıdır. Genellikle **cinsel kimlik**le biyolojik cinsiyet özelliklerinin uyumlu olduğu görülür. Bir diğer anlamda bireyin cinsiyetinden haberdar olarak, bu doğrultuda davranışlar sergileme eğilimidir. **Cinsel rol** ise, toplumun kadın ve erkeğe atfettiği davranış modelleridir. Bu bağlamda cinsel eğitim, bireyin fiziksel, duygusal ve cinsel gelişimini anlaması, olumlu bir kişilik kavramı geliştirmesi eğitimidir. Ayrıca **cinsel eğitim**, cinselliğin kişiler arasındaki önemini algılanmasına; erkeklik, dişilik kavramları, cinselliğe ilişkin toplumsal norm ve değerler hakkında bilgi edinilmesine; bireylerin cinsel uyumu bozacak, korku, utanç ve suçluluk gibi psikolojik duygulardan uzaklaşmasına; sevmeye yetenekli kişilerin yetiştirilmesine yardımcı olur.

Çocukta başlayan cinsellik kavramı, ergenlik dönemi ile birlikte son şeklini alır. Ergenlik döneminden sonra çocuğun cinsel özellikleri kolay kolay değişmez. Önemli olan çocukluktan itibaren sağlam temelleri oluşturmaktır.

Ailede Cinsel Eğitim Ve Önemi

Çocuğun cinsel eğitimi ülkemizde yeterince ele alınmamış ve aydınlığa kavuşturulmamış bir konudur. Bunun en önemli nedeni kültürümüzde bu konunun tabu olarak algılanmasıdır. Son derece önemli olan bu konuda ana-baba ya da eğitimci tarafından yapılabilecek bir hatanın gelecekte bazı duygusal yara ve davranış bozukluklarına yol açacağı gerçeği akıldan çıkarılmamalıdır.

Çocuk cinselliğini keşfetmeye başladığı dönemde, sorularına ebeveynlerinden cevap alamazsa başka kaynaklara yönelecektir. Bu durum istenmedik sonuçlara yol açabilir. Çocukların cinsellikle ilgili sorularına sıklıkla eksik ya da kaçamak cevaplar verilir. Bazen de bu cevaplar iyi niyetli, ama yetersiz olabilmektedir.

Çocuğa, "nereden geldiği" konusunda bilgi verme yasağı kimi zaman da susarak gösterilir. Bu yasağın kadar ağırdır ki, çocuk, soru sormaması gerektiğini bilinçsizce hissedebilir. Sorusuna cevap aldığı kimi zaman, ana babanın konuşma biçimleri, esrarlı ses tonlarıyla kendilerini anlatmada serbest olmadıklarını ortaya koyar. Bu tavır çocuklarca, "Bununla ilgilenmek yasaktır!" diye anlaşılır. Bu da, çocukların meraklarını iki kat artırır, araştırmalarını derinleştirir. Ama ne yazık ki, yapılanlar hep bir hata duygusuyla karışır. Cinsel bilgi konusunda yardımsız kalan çocuk, sonuçta doyumsuz bir merak edinir ve suçluluk duygusuyla yüklenir. Daha da kötüsü cinsel olayların pek de güzel bir şey olmadığı, bu

yüzden ilgilenilmemesi gerektiği, yasak, pis ya da günah olduğu inancına varmasıdır. Bilinçaltına itilen bu inanç, birçok yetişkin insanın hayatını etkiler. Çünkü böyle bir yasak atmosferde, hata ve utanç kavramlarıyla gelişen cinsel hayat, meraklar ve normal ihtiyaçlar, kişiyi ileride kuracağı evlilikte güzel, sağlıklı, mutlu bir birliktelik ve sevgi kavramına götüremez.

Cinsel olaylardan hiç söz etmemek çocuğa bu duyguları daha çok bastırması gerektiği izlenimi verir. Cinsellik “tabu” durumuna gelir, giderek düşünme bile yasaklanır. Çocuk böylece susar, soru sormaktan cayar ve görünüşte bu konulara ilgi göstermez. Ancak içinden bebeklerin nereden geldikleri, erkekler ve kızlar arasındaki farkı, niçin yalnız “evli” insanların çocuğu olduğunu sorar durur. Bu durumda en büyük tehlike, bu soruları daha “bilgili” bir arkadaşın cevaplamasıdır. Bu cevaplar, önce çocuğun anne ve babasına olan güvenini kaybettirir, ardından çocukta farklı durum ve ilgilere ya da korkulara yol açabilir. Çocukta cinsiyet farkıyla ilgili sorular 2. yaşta, doğumla ilgili olanlarsa 3-4 yaşta başlar. Çocuk, kendince bazı varsayımlar da üretir; annenin şu ya da bu meyveyi yiyip hamile kalması vb. gibi. Çocuğun cinsel ilgisi, 7-8 yaş döneminde söner ve ergenliğe kadar ertelenir.

Unutulmaması gereken nokta, bu cinsel merak duygusunun dünyayı tanıma ve anlama ihtiyacından doğduğudur. Bilgi verme görevimizi yönlendirecek olan da, çocuğun bu konudaki sorularıdır. Ebeveynler için genel kanı çocuğun cevapları anlamayacağı yönünde olsa da kısa, gerçek ve net cevaplar olası krizleri önlemeye yardımcı olacaktır.

Cinsel Eğitim Verilirken Dikkat Edilmesi Gerekenler

Ortam: Rahat ve sakin bir ortam seçilmelidir.

Ses Tonu: Savunucu veya özür dileyici bir ses tonu kullanmamak gerekir. Bu durumda çocuk cinsel konuların özür dilenecek, utanılacak veya savunulması gereken konular olduğu düşüncesine kapılabilir.

Konuşma Hızı: Eğitimci veya ebeveyn doğal konuşma hızında bilgi vermelidir.

Yüz İfadesi: Sorulan soru karşısında, şok olmamış, şaşırmamış, rahatsız olmamış bir yüz ifadesi önem taşımaktadır.

Beden Dili: Konuşurken mutlaka çocukların göz seviyesine inerek, onlarla göz kontağı kurulmalıdır.

Başlangıç Cümlesi: Konuşmaya çocuğu doğrulayıcı, yüreklendirici bir cümleyle başlamak onun tekrar yeni sorular sormasını destekleyecektir. Örneğin, konuya “Ben de senin yaşında iken bunu merak etmişim.”, “Sanırım pek çok arkadaşın da bunu bilmek ister.” gibi cümlelerle başlamak gerekir. Böylece çocuk suçluluk geliştirmeden, merak duygusunun normal olduğunu hisseder.

Sınırlılıklar: Cinsel eğitimde birtakım sınırlılıklar olabilir Bazı soruların yanıtı bilinmediği zaman “ Bunu ben de bilmiyorum, ama en kısa zamanda öğrenip sana söylemeye çalışacağım.” denebilir. Ancak bu yola çok sık başvurulmamalıdır. Çocuk geçiştirildiğini düşünüp sorularını başka kaynaklara yöneltebilir.

Cinsel Terminoloji: Cinsel eğitim konusunda çalışan pek çok kişi, cinsel konular paylaşılırken doğru cinsel terminoloji kullanılması gerektiğini belirtirler. Cinsel organlara kullanılan bebedeksi ve ya takma isimler yerine, bilimsel isimlerinin kullanılması önerilir.

Doğal ve Beklenilen Durumlar:

Erkekler ve kadınlar arasındaki farkları araştırmak.

Yakın yetişkinlerin ve çocukların cinsel organlarını ve göğüslerini ellemek.

Çıplak insanlara bakma fırsatını değerlendirmek.

Cinsel organlar, göğüsler, cinsel ilişki ve bebekler konusunda soru sormak.

İlgi Gerektiren Durumlar:

Bütün soruları yanıtladıktan sonra bile cinsel farklara ilişkin sürekli sorular sormak.

Aileden olmayan yetişkinlerin cinsel organlarını, göğüslerini ellelemek, kendisini ellemelerini istemek.

İnsanları çıplak gördükten sonra bile baka kalmak.

Anne-babanın yaşa uygun bir şekilde sorularına cevap vermesine rağmen insanlara sürekli sorular sormak.

Çıplak olmaktan hoşlanmak, başkalarına kendi organlarını göstermek.

Anne-baba hayır dedikten sonra, başkalarının yanında çıplak olmayı istemek.

Profesyonel Yardım Gerektiren Durumlar:

Erkek ve kadın rollerini, kızgın, üzgün ya da saldırgan bir tarzda oynamak. Kendi cinsiyetinden ya da karşı cinsten nefret etmek.

Sessizce yetişkinlere dokunmak, başkalarını ellelemek için izin istemek, kendini ellemelerini istemek.

Başkalarının soyunmalarını istemek. İnsanları soyunmaya zorlamak.

Anne baba yanıtladıktan sonra bile yabancılara sorular sormak, yaşı için çok fazla cinsel bilgi sahibi olmak.

Giyinmeyi reddetmek, pek çok ikazdan sonra kendini gizlice başkalarına göstermek.

İlk Cinsel Sorulara Cevaplar

Küçük yaştaki çocukların en çok merak ettikleri dünyaya nasıl geldikleridir. Anne ya da baba bunu çocuğuna anlayabileceği şekilde anlatmalıdır. Henüz okul çağına gelmemiş bir çocuğun bu sorusunu yanıtlamak çok zor olmaz. "Çocuklar anne karnında oluşurlar, dışarıda yani anne karnının dışında yaşabilmesi için burada yeteri kadar gelişmesi gerekmektedir, bu da 9 ay kadar sürmektedir." Bu yaştaki çocuklar genelde bu kadar bir cevapla yetinebilirler. Anne ya da baba çocuklarının sorularını yanıtlarken oldukça normal davranmalıdırlar. Özellikle anneler doğum sırasında yaşadıkları zor anları anlatmamalıdır. Çocuk bundan olumsuz yönde etkilenebilir. Evde iki farklı cinsiyette çocukların olması, soruların farklılaşmasına neden olur. Örneğin kız çocuk: "Benim neden kardeşimin ki gibi şeyim yok?" diyebilir. Bunun en güzel yanıtı, kızların dünyaya çocuk getirebilmeleri için organlarının böyle olması gerektiği olacaktır.

Çocuğun cinsel özdeşimini belirlemesi, yani kız ya da erkek olduğunun ayırımına varması, 3-4 yaşlarında gerçekleşir. Sorular her zaman sorulur ve en son olarak ailelerin asıl nasıl anlatacaklarını bilemedikleri için yanıtlamaktan çekindikleri soru olan çocuğun nasıl anne karnına girdiğidir. Küçük yaşta olan çocuklara, anne ve baba birbirini çok severlerse bir çocukları olur şeklinde iletilebilir. 4-6 yaş arasında, "Bütün bebekler gibi sen de babanın bir tohumu ve annenin bir yumurtasından oldun. Babanın tohumu ile annenin yumurtası, annenin karnında bir araya geldiler; yani sen çok özelsin," yanıtı yeterli olacaktır. Okul çağına gelen çocuk kadınların karnlarında bulunan çocuğu nasıl dışarı çıkarttıklarını öğrenmek isteyecektir. Çocukların anlama kapasitelerini zorlamadan yanıt vermek gerekir. Bunun içinde, civcivin yumurtadan çıkışı olayından yararlanılabilir. "Tavuk yumurtlar, sonra kuluçkaya yatar ve sonra civciv oluşup yumurtadan çıkar. İnsan yavrusu yumurta içinde değil, anne karnında oluşur. Bebek daha çok küçükken anne karnından çıkabilir." şeklinde karşılanabilir. Sorularına bu gibi cevaplarla karşılık

verildiğinde, konuyu henüz pek kavramamış bile olsa, belli bir cevap aldığından ötürü çocuk rahatlar ve bir süre konuyu unutabilir. Daha sonraki dönemlerde, daha iyi anlayabileceği bir biçimde ve dilde bu bilgilerle karşılaştığında, bunları rahat ve kolay kabul edebilecekler. Çocuklar 8 yaşını geçtikten sonra seksin karmaşık mekaniğini anlayabilirler. Bu konudaki fizyolojik ayrıntıyı ise ancak 11 yaşından itibaren algılayabilirler.

Çocuklara verilen cinsel bilgiler için çok erken davranmak, ya da bunun için daha zaman var diyerek uzun süre beklemek doğru olmaz. Çocuğunuz size bu konularda hangi evresinde, sorular soruyorsa ona anlayabileceği şekilde, uygun bir tavırla bunları anlatmalısınız.

Ergenlik Döneminde Cinsel Eğitim

Ergenlik dönemi, 11-13 yaşlarından erişkinlik dönemine kadar süren, fiziksel, hormonal değişimin yanında, duygusal ilişkilerin de yaşandığı kendine özgü özellikleri ve sorunları olan bir geçiş dönemidir. Yetişkinlik ve çocukluk arasında gidip gelen genç, yoğun, karmaşık duygular içinde zaman zaman uygun olmayan davranışlar da gösterebilir. Anne-babanın, gencin içindeki bu çatışmaları bilmesi, iki taraf için uzlaşmacı bir ilişkinin gelişmesinde ilk adımdır.

Ergenlik döneminde, bedensel değişimlerin kızlarda 10-12 yaşları arasında, erkeklerde ise 12-14 yaşları arasında yaşandığı söylenebilir. Bu dönemde erken ya da geç olgunlaşan çocukların, kendi vücutları için uygun zamanda büyümeye başlayacaklarını bilmeleri, kendilerini normal hissetmelerini sağlayacaktır.

Ergenliğin başlamasını sağlayan cinsiyet hormonlarının salgılanmasıyla, cinsel olgunlaşmanın başladığını gösteren diğer gelişmeler de ortaya çıkmaktadır. Kızları ilk adet, erkek çocuklarını ise ıslak rüyalar konusunda bilgilendirmek; karmaşık duygular içine girmelerini, şaşkınlık, utanma, korku duymalarını engelleyecektir. Bu değişimlerin her kadın ve erkek tarafından yaşanan, fizyolojik değişimin bir parçası olan, doğal ve özel anlar olduğunu bilmesi, genci rahatlatacaktır. Ergenle, cinsellikle ilgili iletişim kurarken, çeşitli sağlık kitaplarını, gelişimin anlatılmasında araç olarak kullanabilirsiniz. Onlara çeşitli değerleri, yaşamının sorumluluğu bilincini verdiğimizde, diğer konular gibi cinsellik de doğal gelişim sürecinde ilerleyecektir.

ÖZEL GELİŞİM ORTAOKULU
REHBERLİK BİRİMİ