

Anne-Baba Olarak Almanız Gereken Önlemler

- Çocuğunuza anne-babanın isimlerini ve soy isimlerini, en az bir telefon numarası ve ev adresinizi öğretin.
- Eğer çocuğunuzla ayrı ayrı olacağınız (çocukların oynadığı, yetişkinlerin pasta yeyip sohbet ettikleri bir doğum günü partisi gibi) yerlere giderseniz, orada bir nokta belirleyip "Burada buluşacağız" diyerek ona hem özgürlüğünü hem de güven duygusunu verin ama asla tedbiri elden bırakmayın.
- 155, 112 gibi numaraları öğrenmesini ve nasıl arayabileceğini öğretin.
- Çocuklarınıza okul gezileri vb. durumlarda yalnız başına olmaması gerektiğini, bu tip gezilerin toplu eğlenceler olduğunu ve arkadaşlarıyla, öğretmeniyle birlikte olması gerektiğini öğretin.
- En az 14 yaşına kadar sosyal medya hesapları ve cep telefonundan çocuğunuzu koruyun. Cep telefonu vermek durumunda olduğunuz durumlarda (seyahat vb.) elbette verin fakat o zorunluluk bittiğinde telefonu geri alın.

ÇOCUĞU RAHAT VE GÜVENDE HİSSETTİREN DOKUNUŞLAR, İYİ DOKUNUŞLARDIR.

İyi dokunuşlar:



- *Annenin sana sarılması ve öpmesi.
- *Babanın iyi geceler dilemek için sarılması ve öpmesi.
- *Bayramlarda büyüklerin elini öpmek ve sarılmak
- *Arkadaşının elini tutmak
- *Arkadaşlarıyla tokalaşmak
- *Hastalandığında doktorun ya da hemşirenin seni iyileştirmek için dokunması.

Kötü dokunuşlar:



- *Kendini rahatsız veya güvensiz hissetmene neden olacak biçimde sana dokunma
- *Canını acıtan dokunma
- *Hoşlanmadığın her dokunuş
- *Canını acıtmasa da dokunulmasını istemediğin halde sana dokunulması
- *Dokunan kişi kendini rahatsız hissetmene neden oluyorsa
- *Dokunma seni korkutuyor ve sinirlendiriyorsa
- *Birisi seni kendisine dokunmaya zorluyorsa
- *Dokunan kişi bunu hiç kimseye söylememeni istiyorsa
- *Dokunan kişi bunu başkasına söylersen sana bir zarar vereceği tehdidinde bulunuyorsa

Web :<http://kazimkarabekirozelegitimmerkezi.meb.k12.tr>
Telefon :03223630463
Belgegeçer :03223630462
Adres :Çınarlı Mah.61006 Sok. No:1 Seyhan/ADANA

KAZIM KARABEKİR ÖZEL EĞİTİM UYGULAMA MERKEZİ



İYİ DOKUNUŞ KÖTÜ DOKUNUŞ

Sürekli çocuklarımızı korumaktan bahsedip duruyoruz. Çocuklarımızı korumak için sokakta oynamasına izin vermiyoruz, okula yalnız başına gitmesine izin vermiyoruz, çoğu zaman arkadaşlarına bile göndermiyoruz. Peki ne zamana kadar koruyabiliriz çocuklarımızı? Ne kadar yetiştiririz? Onları bu kadar koruyup kollamamız doğru mu?

Bu sorular hepimizin sormaya korktuğu sorular aslında. Çünkü biliyoruz ki aslında biz her zaman koruyamayız çocuklarımızı ve aslında bu kadar korumacı davranmamız hiç de doğru değil. Peki ne yapmalıyız?

Bizim ebeveyn ve öğretmenler olarak asıl görevimiz çocuklarımıza kendilerini korumayı öğretmek. Kulağa biraz itici de gelse, kendi başlarının çaresine bakmayı öğretmek.

İYİ DOKUNUŞ KÖTÜ DOKUNUŞ NEDİR ?

Aslında en kısa tabirle "**çocuğu rahat ve güvende hissettiren dokunuşlar, iyi dokunuşlardır**" diyebiliriz.

- Anne-babanın çocuğa sarılması ve öpmesi
- Büyükanne-büyükbabanın sevgi ile çocuğa sarılması ve öpmesi
- Öğretmenin "aferin" diyerek çocuğun başını okşaması
- Akrabaların çocuğa kısa ve sevgi ile sarılması ve yanağından veya alınından öpmesi
- Çocukla el sıkışma
- Anne-babanın veya doktorun çocuğa temizlik veya sağlık için dokunması.

Çocuklarınıza ilk öğretmeniz gereken şeylerden birisi, vücutlarının sadece ve sadece onlara ait olduğunu öğretmektir. Çocuklarınıza "**Bu vücut sana ait ve sen istemediğin sürece -biz dahil- hiç kimse vücutuna dokunamaz**" diyerek, bu aitlik duygusunu ve bilincini aşmayın. Sık sık bu sözleri ona sevgiyle tekrarlayın. Hareketlerini gözlemleyin. Arkadaşları ile veya aile bireyleriyle etkileşimlerinde bu bilginin aksi bir hareket görürseniz, çocuğunuzla tekrar konuşun ve kim olursa olsun hoşlanmadığı bir tavır ya da dokunuşla karşılaştıklarında "**Hayır**" demesinin, onun hakkı olduğunu; "Hayır" dediğinde cezalandırılmayacağını ya da ona kötü davranılmayacağını aksine bu davranışının takdir edileceğini söyleyin.

Çocuklar, bu bilinçle istemedikleri bir tavır ya da dokunuşla karşılaştıklarında "**Hayır!**" diyebilmeyi öğreneceklerdir.

Çocuklar kendi vücutlarının farkına varmaya başladıklarında utanma ya da ayıp olgularını bir kenara bırakıp, onlara bedeniyle ilgili bilgi verin. Ellerini, kollarını, ayaklarını, göğüslerini, başını vb. tüm organlarını çocuklarınıza öğretin. Ve sonrasında da erkek ve kadın cinsel organlarının insanların genital ve özel bölgeleri olduğunu ve tüm vücudunun olduğu gibi bu özel bölgelerin de sadece onlara ait olduğunu söyleyin. Anatomik (vücut yapısı) olarak da aklında kalacak olan bu bilgiler, çocukların öğrenmesinin hızlanmasını sağlayacaktır.

Ayrıca bu konuşmalar için özel zamanlar, özel mekanlar belirlemeyin. Bu konuşmaları gayet günlük konuşma gibi yapın ki, özel bir zaman ya da mekanda yapılan konuşmaların "**gizli**" veya "**ayıp**" olduğu düşüncesi çocuğunuzun bilincine yerleşmesin.



Özellikle anaokullarında çocuklara vücutlarının özel bölgelerini öğretmek için **mayo kuralı** kullanılan bir yöntemdir. Bu yöntemi evde de kullanın.

Mayosunun kapattığı bölgelerin, onun vücudunun özel bölgeleri olduğunu ve onun dışında kimsenin o bölgelere dokunmaması gerektiğini, o bölgeleri kimseye göstermemesi gerektiğini, ona gösteren birisi olursa "Hayır, bunu istemiyorum" diyerek oradan uzaklaşmasını ve anne-babasına bu olayı anlatması gerektiğini söyleyin. Burada önemli nokta, çocuğun asla bu durumla ilgili olarak suçluluk hissetmemesi gerektiğini öğretmektir. Çocuğunuzla "Bu asla senin suçun değil. Sen yaramaz ya da şımarık bir çocuk değilsin, bununla ilgili kimse seni suçlayamaz/cezalandıramaz. Aksine bunu yapan kötü bir insan ve onun cezalandırılması gerekli" diyerek suçluluk ve utanma hissini önüne geçebilirsiniz.

Bir aile, akraba, arkadaş ziyaretinde eğer çocuğunuz birisine sarılmak istemiyorsa ve öpüşmek istemiyorsa asla onu zorlamayın. Elbette bu o aile bireyinin, akrabanın veya arkadaşın kötü dokunuş sergileyeceği anlamına gelmez ama bu davranışınız ve o anda "Tamam kızım/oğlum tabi ki sarılmak istemiyorsan sarılmayabilirsin" cümlesi, onu güvende ve güçlü hissettirecektir. Yaptığı şeyin aile bireylerine, akrabalara veya arkadaşlara karşı kötü bir davranış olmadığını öğrenecek, "Hayır" demesinin onu hakkı olduğunu görecektir.

Çocuğunuzla canlandırmalar yapın ve hislerine de güvenmesini söyleyin. Mesela vücudunun bir bölgesine dokunup bu iyi dokunuş mu, kötü dokunuş mu diye sorun. Yanıldığı veya karıştırdığı yerde sevgi ile anlatarak yanlışını düzeltin. Ya da "Ama sen annemsin / babamsın" dediğinde o an yaptığınız canlandırmayı anlatın ve hatta temizlik/sağlık dışında anne babanın bile o bölgelere dokunmayacağını öğretin.