**[ÇOCUKLARI CİNSEL İSTİSMARDAN NASIL KORURUZ?](https://hthayat.haberturk.com/anne-baba/ebeveynlik/haber/1033447-cocuklari-cinsel-istismardan-nasil-koruruz%22%20%5Ct%20%22_blank%22%20%5Co%20%22%C3%87OCUKLARI%20C%C4%B0NSEL%20%C4%B0ST%C4%B0SMARDAN%20NASIL%20KORURUZ)**

**Çocuklara özel alanlarının varlığı öğretilmeli**

Herkesin olduğu gibi çocukların da özel alanları olmalı. İlk yaşlarından itibaren çocuklara kendi özel alanlarının olduğu öğretilmelidir. Çocuğun kendini koruması birey olarak kendinin farkına varması açısından önemli olan çocukların mahrem alanları konusunda ebeveynlerin dikkatli olması gerekiyor.

**Çocuklar özel alanları konusunda bilgilendirilmeli**

Çocuklara daha ilk yaşlardan itibaren kendi özel alanlarının olduğu anlatılmalıdır. Özel alanlar çocuğun hem kendi sınırlarını öğrenmesi hem de diğer insanlar ile olan sınırlarını öğrenmesi için gereklidir. 2-3 yaşlarından itibaren vücudundaki özel bölgelerinin kendisine ait olduğu anlatılmalı, bu özel bölgelere anne, baba ve anne baba onayı ve eşliğinde doktor muayenesi dışında kimsenin dokunmaması ve bakmaması gerektiği anlatılmalıdır. **Pişik durumlarında, hastalık durumlarında bakılması gerekiyorsa da izin alınması gerekir. Bu özel bölgeler herkes için geçerlidir.**Kendisi de anne babasının ya da bir başkasının özel bölgesine bakmamalıdır, özel bölgeler anlatılırken resimlerle ya da çocuğun kendi vücudu üzerinden anlatılabilir. Ebeveyn kendi özel bölgeleri üzerinden bu bilgiyi vermemelidir.

3 yaşından itibaren çocukta mahremiyet duygusu oluşturmak adına tuvaletini yaparken ya da giyinip soyunurken bir başkasının o ortamda bulunmasına izin verilmemeli, yine bir başkası giyinip soyunurken ya da tuvalette iken izlemesine izin verilmemelidir, çocuğa da bu durum anlatılmalıdır. Yine aynı şekilde evde anne babanın ve varsa diğer aile bireylerinin çocuğun yanında soyunup giyinmemesine dikkat edilmelidir.

[**ÇOCUKLARI CİNSEL İSTİSMARDAN NASIL KORURUZ?**](https://hthayat.haberturk.com/anne-baba/ebeveynlik/haber/1033447-cocuklari-cinsel-istismardan-nasil-koruruz)

**Ailelerin bilinçli olması önemli**

Bazı ailelerde çocuğun cinsel organına dokunarak, sevmek ve cinsel organıyla ilgili şakalaşmalar görülebilmektedir, çocuk gülebilir, eğlenceli olarak da görebilir ancak bu yaklaşım hatalı ve çok yanlış bir tutumdur. Ailede sevdiği bireylerden bu tarz bir yaklaşım gören çocuk ileride kötü dokunuş ile yaklaşan bir yabancının bu davranışını oyun olarak algılayabilir ve rahatsızlık duymayabilir. Böyle bir durum çocuğun kötü davranışlara maruz kalmasına neden olabilir.

**Çocuğun banyosu 3 yaşından itibaren tek başına yaptırılmalıdır, bir ebeveyni ile birlikte çıplak bir şekilde banyo yapması doğru değildir.**Banyo yaptıracak ebeveyn de banyo yaptırırken mümkün olduğunca çocuğun özel bölgesine bakmamalı, başını başka bir yöne doğru çevirmelidir ki çocuk kendi özel alanına saygı gösterildiğini hissedebilsin, aynı zamanda sizi rol model alacak ve kendisi de başkalarının özel bölgeleri olduğunu ve bakmaması gerektiği konusunda saygı gösterecektir. 7 yaşlarından itibaren çocuk kendi banyosunu kendi yapabilir, banyo ya da tuvalette iken kapı kapalı tutulmalıdır, ihtiyacı için yardım istiyorsa bile kapı çalınarak izin isteyerek girilmelidir.

Anne babasının odasına izin almadan girmemesi gerektiği bilgisi de bu yaşlarda verilmelidir çünkü sizin de özel alanınız olduğunu ve bu alanın ihlal edilmemesi gerektiği kuralını öğrenmesi gerekir, yine çocuğun odasına girerken kapıyı çalarak girmek te daha küçük yaşlarda mahreminin olduğunu hissettirecektir.

[**ÇOCUKLAR NET KURALLARA İHTİYAÇ DUYARLAR!**](https://hthayat.haberturk.com/anne-baba/cocuk/haber/652895-cocuklar-net-kurallara-ihtiyac-duyarlar)

**2-3 yaşından itibaren yavaş yavaş odasını ayırmak gerekir, kendi yatak odasına uyuması konusunda cesaretlendirilmelidir. Kendi odası oluşturulurken duvarların renginden yatak örtüsüne; odanın içindeki tüm eşyalar çocuk ile birlikte, onun da onayı alınarak seçilmelidir.** Böylelikle kendi özel alanı olduğunu duyumsayacaktır. 4-5 yaşlarından itibaren birden fazla çocuk varsa aynı yatakta yatıyorlarsa yatakları ayrılmalıdır. 6-7 yaşlarından itibaren kız-erkek çocukların mümkünse odaları da ayrılmalıdır. Birbirlerinin mahremlerine saygı duymaları aşılanmış olur, yaşı ne olursa olsun giyinirken, soyunurken, uyurken her bireyin özel alanının olduğunu ve bu özel alana saygı duyulması gerekliliğini öğrenmiş olacaklardır. Ergenlik döneminden itibaren gençler odalarını zaman zaman kilitleyebilirler, onların bu özel alanlarını izole etmelerine de saygı duyulmalıdır ancak uzun süre odada kapı kilitli bir şekilde kalmışsa kapı tıklatılarak bir ihtiyacı olup olmadığı sorularak, denetlenmesi gerekir.

**Özel alan ihlali olduğunda nasıl bir tepki vermesi gerektiği konusunda da anne babaların çocuklarını bilgilendirmesi gereklidir.** Her kim olursa olsun, bir tanıdık bir akraba aile bireylerinden biri de olabilir, çocuğun özel alanını ihlal ederse; kendini savunması, hayır demesi, gerekirse bağırması, o kişiyi ittirmesi ve kaçması söylenmelidir. Kendisini korkutsa bile her ne olursa olsun sizden bir şey saklamaması, gelip size ya da o anda ulaşabileceği güvendiği birine anlatmasını söyleyin, her koşulda onu sevdiğinizi ve hiçbir şekilde kendisine kızmayacağınız konusunda teminat verin.

Mahremiyet ve özel alan konularında çocuğunuzu bilgilendirirseniz, kendi sınırlarını ve başkaları ile olan sınırlarını öğrenmiş olur, hem kendisini daha iyi hissedecektir hem de kendini ilerde oluşabilecek riskli davranışlara karşı koruyabilecektir, bu da daha sağlıklı ruhsal gelişim gösteren bir birey olmasını sağlayacaktır.

 Uzm. Dr. Fırat Hamidi