ÇOCUKLARIMIZLA CİNSELLİK HAKKINDA NASIL KONUŞALIM?

Prof. Dr. Bengi SEMERCİ

ALFA

ÇOCUKLARIMIZLA

CİNSELLİK

HAKKINDA NASIL KONUŞALIM?



Bebeklikten Gençliğe Cinsellik

Prof. Dr. Bengi SEMERCİ

BENGİ SEMERCİ ENSTİTÜSÜ
Bilerek Yaşamak

ALFA

13. BASKI



ÇOCUKLARIMIZLA CİNSELLİK

HAKKINDA NASIL KONUŞALIM?

Anne-baba olma serüveni, sağlıklı bir evlilik, doğru zamanda ve isteyerek dünyaya getirilen bir çocukla başlar. Çocuğun gelişi, size bağımlı, sizden öğrenecekleri ve görerek taklit edecekleri ile yaşama hazırlanan bir varlıkla sürdürülecek yeni yaşamın başlangıcıdır.

Uykusu, beslenmesi, yürümesi, fiziksel gelişimin sağlıklı olması çaba gerektirir. Sevgi vermek, bağlanmak, ilişki kurmak, onu anlamak, isteklerinizi anlatmak ve ruh sağlığını oluşturmak bilgi gerektirir. Anne-babalık serüveni, aynı zamanda bir eğitim ve bilgilenme sürecidir.

Hemen herkes çocuk yetiştirme konusunda kendi anne-babası gibi olmayacağını söyler. Oysa zamanı geldiğinde çoğu kez kendilerini tıpkı anne-babaları gibi konuşurken bulurlar. Özellikle cinsellik söz konusu olduğunda, ailelerimizin yaptıklarını yapmak ya da konuşmadıklarını konuşamamak sorunların devam etmesine neden olmaktadır. Böylece cinsellik, hâlâ tabu olan, pek çok yanlış bilginin hüküm sürdüğü bir alan olmaya devam etmektedir.

Cinselliğin doğru yaşanamaması, beraberliklerin bu nedenle sonlanması bir yana, bu karmaşanın çok daha vahim sonuçları ile karşılaşılmaktadır. Mutsuzluklar, cinayetler ve intiharlar çoğu kez cinsel bilgi yetersizliği ile örtüşür. Bilgisizlik, çocukların, ailelerin ve toplumun ruh sağlığını olumsuz etkiler. Tüm bu serüvenin gidişini değiştirebilmenin yolu ebeveynlerin cinsellik konusunda bilgilenmeleridir. Ebeveynlerin bilgi sahibi olması yeterli değildir. Hangi bilgiyi, kaç yaşında ve ne şekilde çocuklarına aktaracaklarını da bilmek zorundadırlar.

ALFA
alfakitap
alfakitap
alfakitap
www.alfakitap.com
9 786051 060156
PSİKOLOJİ

ÇOCUKLARIMIZLA
CİNSELLİK HAKKINDA
NASIL KONUŞALIM?
Bebeklikten Gençliğe Cinsellik

Prof. Dr. Bengi SEMERCİ

Katkıda Bulunanlar

Bengi Semerci Enstitüsü
Uzman Psikolog Derya Gülterler
Uzman Psikolog Aslı Soyer
Psikolog Romina Kuyumcuoğlu

ALFA

BENGİ SEMERCİ ENSTİTÜSÜ

Bilerek Yaşamak...

BENGİ SEMERCİ ENSTİTÜSÜ

Bengi Semerci Enstitüsü, ekibi ile birlikte sürdürdüğü eğitim çalışmalarını, sosyal sorumluluk ve araştırma projelerini kurumsal bir yapı içinde, daha etkin hale getirmek için Prof. Dr. Bengi Semerci tarafından 2007 yılında kurulmuştur. Yaşamın anlamının bilgi ile çoğalacağı, bilgi sahibi bireylerin sağlıklı aileler oluşturacağı düşüncesi ile yola çıkıldı. Bilgi sahibi bireyler dengeli iş yaşamını yakalar. Bilgiyi doğru yöneten okul başarıya ulaşır. Bilgili bireylerin oluşturduğu toplum değerlerine, sosyal sorumluluklarına sahip üst düzey bir toplumdur. Yaşamak ve kaliteli yaşamak önemlidir. Bunu sağlamanın yolu ise bilerek yaşamaktır düşüncesine inanarak Bengi Semerci Enstitüsü kuruldu.

Enstitü kurulurken bireylerin, ailelerin ve okulların, hem özel hem de iş yaşamlarında yaşam kalitelerini yükseltmek amaçlandı. Prof. Dr. Bengi Semerci, Uzm. Psikolog Aslı Soyer, Uzm. Psikolog Derya Gülterler, Psikolog Romina Kuyumcuoğlu, Ayşegül Salcıoğlu'ndan oluşan Enstitütü ekibi gittikçe büyümektedir. Ayrıca enstitüsü bünyesinde çalışmayan ama enstitü ile gönül bağı olan birçok dalında başarılı kişi ile işbirliği yapılmaktadır.

Enstitümüz, kurumsal danışmanlık hizmetleri kapsamında, farklı kurum ve kuruluşlarda çalışanların ve kurumların gelişim ve değişimlerine destek programları oluşturmaktadır. Hizmetler gereksinimlere bağlı olarak değerlendirilmekte ve uzmanlarımız tarafından kurumlara sunulmaktadır. Enstitü, özellikle aile şirketlerine, şirketi sürdürecek çocuk yetiştirmek ve aile içi çatışmaların engellenerek, şirket yönetimine yansımasını önleyecek programlar oluşturmak konusunda ayrıntılı çalışmalar yapmaktadır. Ayrıca, uzman kadromuz, ailelere, evlilik yaşamları ve çocuk yetiştirme konularında destek ve eğitim amaçlı programlar sunmaktadır. Enstitümüz tarafından düzenlenen eğitim programları ve konferanslar ile ekibimiz, evliliğe katılımcılarla birlikte adım atıyor, hamilelik sürecini birlikte yaşıyor ve birlikte çocuklarını büyütüyorlar. Diğer yandan, enstitümüz, okullarda ailelere, öğrencilere ve öğretmenlere yönelik konferans ve seminerler düzenleyerek sağlıklı eğitime katkıda bulunmayı amaçlamaktadır.

Çocuklarımızla Cinsellik Hakkında Nasıl Konuşalım?

PROF. DR. BENGİ SEMERCİ

1963 yılında İstanbul'da doğdu. İlk, orta ve lise eğitimini babasının görevi nedeniyle çeşitli illerde yaptı. 1986 yılında Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi'nden mezun oldu. Zorunlu hizmetin ardından erişkin psikiyatrisi uzmanlığı eğitimi aldı. Erişkin Psikiyatrisi uzmanlığını aldıktan sonra,ardından Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi'nde Çocuk ve Ergen ruh sağlığı uzmanlık eğitimine başladı. İkinci uzmanlık eğitimini tamamladıktan sonra, Hacettepe Üniversitesi'nde öğretim üyesi olarak çalışmaya devam etti.1999 yılında doçent, 2004 yılında profesör oldu. Prof. Dr. Bengi Semerci 2000 yılında Ankara'dan ayrılarak, çalışmalarına İstanbul'da devam etti. Serbest hekimliğin yanı sıra, 2004-2009 yılları arasında Yeditepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı Anabilim Dalı başkanlığı yaptı ve 2011 yılına kadar Yeditepe Üniversitesi'n de öğretim üyeliğine devam etti. Ayrıca, 2002-2004 yılları arasında Marmara Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesi'nde lisans, 2007-2008 öğretim yılında Doğuş Üniversitesi Psikoloji Bölümü'nde yüksek lisans dersleri verdi. Halen İstanbul Üniversitesi Hukuk Fakültesi'nde psikoloji dersleri ve Koç Üniversitesi Tıp Fakültesi'nde çocuk psikiyatrisi dersleri vermektedir.

Akademik çalışmalarının yanı sıra serbest hekimlik, aile ve kurum eğitimleri, kurumsal danışmanlık da yapan Dr. Semerci 2007 yılında Bengi Semerci Enstitüsünü kurarak, yürüttüğü eğitim çalışmalarını tek çatı altında topladı. Hekim olarak çocuk, genç ve erişkin hastalarını tedavi ve takip etmenin dışında, verdiği eğitimleri, bireysel ve kurumsal danışmanlığı, kitap ve diğer yazı çalışmalarını ve bunların yanı sıra sosyal projeleri Bengi Semerci Enstitüsü'nde sürdürmektedir. Halk eğitimleri çalışmaları kapsamında 2006 yılında her pazar, saat 11:50'de *ATV*'de *Hadi Paylaşalım*, 2008'de her pazar saat 11:50'de *TRT1*'de *Yaşam Sohbetleri* adlı psikiyatri programını, 2010 yılında *Habertürk TV* kanalında, Prof. Dr. Kemal Sayar ile birlikte *Psiko-Analiz* adlı programları hazırlayıp sunmuştur.

Prof. Semerci, sosyal projelerde aktif olarak yer almakta, özellikle koruma altındaki yuva çocukları, sokak çocukları, suça sürüklenen çocuklar, ticari cinsel sömürüye uğrayan kız çocukları, aile içi şiddet, aile yapısı ve sorunlara ilişkin projelerde gönüllü çalışmalarını, sivil toplum örgütleri ve uluslararası kuruluşlarla işbirliği içinde sürdürmektedir. Ayrıca Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı'nda bu konulara ilişkin bakan danışmanlığı yapmıştır.Ticari cinsel sömürüye uğrayan kız çocukları ile ilgili yaptığı çalışma ile Avrupa'da ödül kazanmıştır. Daha adil bir dünya için üç yıldır İstanbul Üniversitesi Hukuk Fakültesi tarafından düzenlenen Uluslararası Suç ve Ceza Film Festivali'nin düzenlemesinde aktif olarak çalışmaktadır.

Türk Çocuk ve Genç Psikiyatrisi, Türkiye Psikiyatri, Türk Psikofarmakoloji, Dünya DEHB Federasyonu, Amerikan Çocuk ve Adolesan Psikiyatri Birliği ve Amerikan Psikiyatri Birliği dernekleri üyesidir. Dünya Psikiyatri Birliği (WPA) Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Çalışma Birimi, Amerkan Çocuk ve Ergen Psikiyatrisi Birliği (AACAP) medya komitesinde çalışmaktadır. *Journal Attention Deficid* dergisinin Editorial Board'unda görev almakta ve *Klinik Psikofarmakoloji Dergi*'sinin Çocuk ve Ergen Psikiyatrisi Editörlüğünü sürdürmektedir.

Prof. Semerci'nin Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu başta olmak üzere yurtdışı ve yurtiçinde yayınlanmış bilimsel makalelerinin yanı sıra çeşitli dergilerde yayınlanmış yazıları vardır. Sürekli yayınlanan çeşitli dergilerde ve *Sabah* gazetesinde köşe yazılarına devam etmektedir. Ayrıca Alfa Yayınları'ndan çıkmış, *Duyguların Şifresi, Birlikte Büyütelim* (Çocuk Ruh Sağlığı), *Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu* (Bebeklikten Erişkinliğe, Prof. Dr. Atilla Turgay ile birlikte), *Artık Büyüdüm* (Ergen Ruh Sağlığı, Aileler ve ergenler için), *Hedef: Başarı, Çocuklarımızla Cinsellik Hakkında Nasıl Konuşalım* ve Merkez Kitaplar'dan çıkan *Sınav Stresi ve Başa Çıkma Yolları* (Her sunum bir sınavdır) kitapları ile Yeşil Dinazor Yayınevi'nden 06-12 yaş çocukları için çıkan Duygularım ve Davranışlarım serisinden sekiz kitabı, mesleki eğitim kitaplarında yazılmış kitap bölümleri bulunmaktadır. İngilizce bilen Prof. Dr. Semerci evli ve bir çocuk annesidir.

www.bengisemercienstitusu.com
info@bengisemercienstitusu.com
www.bengisemerci.com
iletisim@bengisemerci.com

Çocuklarımızla Cinsellik Hakkında Nasıl Konuşalım?, Bebeklikten Gençliğe Cinsellik
© 2014, ALFA Basım Yayım Dağıtım San. ve Tic. Ltd. Şti.

Kitabın Türkçe yayın hakları Alfa Basım Yayım Dağıtım San. ve Tic. Ltd. Şti.'ne aittir. Tanıtım amacıyla, kaynak göstermek şartıyla yapılacak kısa alıntılar dışında hiçbir yöntemle çoğaltılamaz.

Yayıncı ve Genel Yayın Yönetmeni M. Faruk Bayrak
Genel Müdür Vedat Bayrak
Yayın Yönetmeni Mustafa Küpüşoğlu
Kapak Tasarımı Gökhan Burhan

ISBN 978-605-106-015-6

1. Basım: Eylül 2008
13. Basım: Mart 2024

Baskı ve Cilt
Melisa Matbaacılık
Çiftehavuzlar Yolu Acar Sanayi Sitesi No: 8 Bayrampaşa-İstanbul
Tel: 0(212) 674 97 23 Faks: 0(212) 674 97 29
Sertifika no: 45099

Alfa Basım Yayım Dağıtım San. ve Tic. Ltd. Şti.
Alemdar Mahallesi Ticarethane Sokak No: 15 34110 Cağaloğlu-İstanbul
Tel: 0(212) 511 53 03 (pbx) Faks: 0(212) 519 33 00
www.alfakitap.com - info@alfakitap.com
Sertifika no: 43949

Sevgili Ela ve Lara'ya

Bana verdiğiniz "Bengi Hala" olma mutluluğu için,
sizin kuşağınızın daha bilgili büyümesine katkım olması
umudu ile...

İÇİNDEKİLER

CİNSELLİK
(Cinselliği bana kim anlatacak?)

CİNSELLİK HAKKINDA KONUŞMAK 17
Cinsellik nedir? 19
Cinselliği konuşmak niçin zordur? 22
Konuşabilen ebeveynler olabilmek 22
Çocuklarla cinsellik konuşmanın önemli kuralları 27

AİLE YAPILARI VE ÇOCUĞUN CİNSEL EĞİTİMİNE ETKİLERİ 35
İki ebeveynli aileler 35
Tek ebeveynli aileler 36
Evlat edinilen çocukların olduğu aileler 36
Gay ve lezbiyen aileler 37

ZİHİNSEL ÖZÜRLÜ ÇOCUKLARLA CİNSELLİĞİ KONUŞMAK 39
Özür derecesine ve yaşa göre farklılıklar 41
Otistik Çocuklar 42

İKİ YAŞINDAN ALTI YAŞINA...
(Annem bir leylek olamaz!)

NORMAL GELİŞİM NASILDIR? 45
CİNSEL KİMLİK GELİŞİMİ 47

Hermafrodit çocuklar ve cinsel kimlikleri 50
Cinsiyete özgü davranışlar ve özdeşim 52

OKUL ÖNCESİ DÖNEMDE ÇOCUKLARLA CİNSELLİK KONUSUNDA KONUŞMAK 60
Okul öncesi dönemde çocuklarla cinsellik konusunda konuşmalara örnek 63

CİNSEL OYUNLAR 65
MASTÜRBASYON 67
CİNSEL İSTİSMAR 69
TELEVİZYON VE İNTERNET 70
OKUL ÖNCESİ DÖNEM ÖZET 71
SIK SORULAN SORULAR VE YANITLARI 73

YEDİ YAŞINDAN ON BİR YAŞINA...
(Arkadaşlarım diyor ki!)

OKUL DÖNEMİ 81
OKUL DÖNEMİ ÖZET 87
ERGENLİK ÖNCESİ DÖNEM 89
CİNSEL GELİŞİM 91
KIZ ÇOCUKLARDA CİNSEL GELİŞİM 93
Kadın üreme organları 93
Menstürasyon (adet kanaması) 94
Kızlık zarı (himen) ve bekâret 95
Meme gelişimi 97

ERKEK ÇOCUKLARDA CİNSEL GELİŞİM 98
Erkek üreme organları 98
Penis sertleşmesi ve boşalma (ereksiyon ve ejekülasyon) 99

ERGENLİK ÖNCESİ DÖNEMDE ÇOCUKLARLA CİNSELLİK KONUSUNDA KONUŞMALARA ÖRNEKLER 100
Kız çocuklarla konuşmak 102
Erkek çocuklarla konuşmak 104
Cinsel Birleşme 106
Mastürbasyon 108
TELEVİZYON VE İNTERNET 111
ERGENLİK ÖNCESİ DÖNEM ÖZET 134
SIK SORULAN SORULAR VE YANITLARI 115

ON İKİ YAŞINDAN YİRMİ BİR YAŞINA...
(Ben artık büyüdüm!)

ERGENLİK DÖNEMİ 123
Ergenlikte fiziksel değişim 126
Kilo ve boy artışı 127
Kimlik gelişimi 128
Kimlik karmaşası 130
CİNSEL KİMLİK VE CİNSEL YÖNELİM 132
Homoseksüalite (Eşcinsellik) 133
ERGEN CİNSELLİĞİNDE AİLE 136
ERGENLE CİNSELLİK KONUŞMAK 138
Ergeni cinselliğe hazırlamak 139
ERGENLİKTE CİNSELLİK 142
Duygular ve cinsellik 143
Aşk, Sevgi ve Değerler 143
Kız-erkek arkadaşlığı: flört 144
TELEVİZYON VE İNTERNET 148
ERGENLİK DÖNEMİ ÖZET 149

ERGENLİKTE RİSKLİ CİNSEL DAVRANIŞLAR 151
Cinsel ilişki kurma yaşı 151
İlk deneyim 152
Çok erken ya da çok geç yaşta ilişki 153
Ergen gebeliği 154
İstenmeyen gebeliklerden korunma yöntemleri 157
Cinsel yolla bulaşan hastalıklar 160
Cinsel istismar 162
Pedofili 166
Çocuk pornografisi 168

SIK SORULAN SORULAR VE YANITLARI 173

CİNSELLİKLE İLGİLİ YASAL DÜZENLEMELER 181
Çocukların cinsel istismarı 182
Cinsel taciz 185
Müstehcenlik 185
Fuhuş 187
Töre cinayetleri 189

BAZI TERİMLER NASIL ANLATILMALI? 190

YARARLANILAN KAYNAKLARDAN SEÇMELER ... 193

ANNE-BABALARIN HER YAŞTAKİ ÇOCUKLA CİNSELLİK KONUŞURKEN KULLANABİLECEĞİ ÇİZİMLER 195
2-6 yaş erkek çocuk beden tanıtımı 197
2-6 yaş kız çocuk beden tanıtımı 198
Ben nasıl dünyaya geldim (hamilelik) 199
Kız çocuk beden gelişimi 200
Erkek çocuk beden gelişimi 201
Erkek üreme organları 202
Kadın üreme organları 203

SUNUŞ

Hekimlik yapmaya başladığımdan beri en çok cinselliğe ilişkin sorularla karşılaştım. Aslında gelen sorunların içinde de cinselliğe ilişkin olanlar ilk sıralarda yer alıyordu. Çocukluk ve gençlikte sorularının yanıtlarını alamayanlar, ilerde cinsel sorunlar yaşıyordu. Başka bir deyişle, cinsel bilgisi yeterli olmayan, cinselliği konuşmaktan utanan büyükler, çocuk ve gençlere cinselliği anlatmıyor, anlatamıyor ya da yanlış anlatıyorlardı.

Ergenlere ve gençlere yönelik cinsel eğitim seminerlerinde soruları yazılı olarak alıyorum. Böylece utanmadan, daha kolay soru sorabiliyorlar. Yıllardır değişmeyen bazı sorular var. Bunların başında erkek ergenlerin penis boyuna ilişkin soruları geliyor. "Penisim 13 santim, küçük mü?", "Arkadaşlarımla konuşurken fark ettim ki benim penisim onlarınkinden küçük, bu nasıl tedavi edilir?" Boyutunun önemli olmadığına ilişkin konuşmalardan sonra ise, hâlâ bazı ergenlerin, "Peki ama kaç santim olması gerekiyor?" diye üstelemeleri, bu duruma verilen toplumsal önemin bir göstergesiydi.

İkinci en çok sorulan soru ise mastürbasyonla ilgili olur. Bir soru kağıdında şöyle yazıyordu: "Ben bir günahkâr, bir sapı-

ğım. Yaşamaya hakkım yok. Her gün mastürbasyon yapıyorum ve tövbe etmeme karşın kurtulamıyorum." Konuşma sırasında bilgi verdikten sonra, özel olarak konuştuğum delikanlı sıkıntısını anlattı. İlk gece boşalmasından sonra, annesinin uyarısı ile babası onunla konuşmuştu. Söylediği, artık dikkatli olması, günah işlememesi, mastürbasyon yaparsa hem günah işleyeceği, hem de fazla yaparsa ağır hastalanacağı olmuş.

Bu nedenle eğitim programlarına daha sistemli devam etmeye çalıştım. İlk konuşmamdan on yıl sonra konuşmacı olarak katıldığım eğitim programlarında, gençlerin sorularının hiç değişmemiş olduğunu gördüm. Hâlâ daha küçük yaşlarda öğrenmeleri gerekenleri bilmiyorlardı. Üstelik sayıları gittikçe artan, bilimsellikten uzak cinselliğe yönelik, daha doğrusu cinsellik satan yayınlara, cinselliğe ilişkin doğru bilgilere ulaşabildiklerinden çok daha kolay ulaşıyorlardı. Bu nedenle yanlış bilgiler yüzünden, gençlerin gerçekçi olmayan korkuları ve beklentileri de artmıştı.

Son beş yıldır gazete yazıları, televizyon programları ya da internet sitesi aracılığı ile gelen elektronik postalar var. Sayıları on bine yaklaştı. Birçok konuda sorular sormalarına rağmen, aileler en çok, çocuklarına cinselliği nasıl anlatacaklarına ilişkin sorular soruyorlar. Sorularda, ailelerin çocuklarının cinsel gelişimine ilişkin bilgi eksikliği nedeni ile gösterdikleri şaşkınlık ve endişe var. Gençlerin yanlış bilgilenme nedeni ile yaşadıkları ve onları yaşamdan bile vazgeçirecek kadar korkutan sorunları var. Tüm bunların yanında gazetelerin üçüncü sayfalarında, yanlış cinsel bilgilerin sebep olduğu cinayet ve intihar haberlerini okuyoruz. Ama tüm bunlara karşın ne okullarda, ne de evlerde cinsel eğitim verilmekte.

Sonuç olarak artık cinselliğin evlerde konuşulması gerektiğini düşündük. Kurallar çerçevesinde, gelişime ve değerlere uygun bilgilerin verilmesine katkı olabilsin diye yola çıktık. Aileler için bebeklikten erişkinliğe cinsel gelişimi, olabilecek sorunları ve sorulabilecek soruların yanıtlarını yazmak gerekiyordu. Ailelere, çocuklarıyla cinselliği konuşmak zor geliyordu. Ama cinsellikle ilgili gerekli her şeyi yazmak da kolay değildi. Bengi Semerci Enstitüsü'nün genç elemanlarının katkıları ile bilgileri ve deneyimlerimizi toparladık. Uzman Psikolog Derya Gülterler, Uzman Psikolog Aslı Soyer ve Psikolog Romina Kuyumcuoğlu kitaba emeklerini kattılar. Ayşegül Salcıoğlu ilk okumayı ve düzeltmeleri yaptı. Editörüm Rana Gürtuna, çizimleri yapan Oğuz Demir ve diğer kitaplarımda olduğu gibi isteklerimi gerçekleştirmeye çalışan Alfa Yayınevi kitabın biçimlenmesini sağladı. Sevgili eşim ve oğlum bitmek bilmeyen çalışmalarıma dayandılar, kendi zamanlarından verdiler. Prof. Dr. Adem Sözüer cinsellikle ilgili yasal düzenlemelere ilişkin bölüm için gerekli bilgileri ve açıklamalarını aktardı. Bu kitabın oluşup size ulaşmasındaki katkılarından dolayı hepsine teşekkür ediyorum. Ama en çok sizlere teşekkür borçluyum. Sorularınızla ne yazmam ve nasıl yazmam gerektiği konularında yol gösterdiğiniz için. Şimdi çocuklarımıza doğru ve sağlıklı cinsel bilgi verme zamanı. Onlarla cinselliği nasıl konuşacağımızı birlikte öğrenme zamanı...

Prof. Dr. Bengi Semerci
Ağustos 2008

CİNSELLİK

Cinselliği Bana Kim Anlatacak?



CİNSELLİK HAKKINDA KONUŞMAK

Anne-baba olmanın birçok anlamı ve getirdiği yükümlülükler vardır. Ebeveyn olma serüveni, sağlıklı bir evlilik, doğru zamanda ve isteyerek dünyaya getirilen bir çocukla başlar. Bunların hepsini yapınca serüven tamamlanmaz. Aksine çocuğun gelişi, size bağımlı, sizden öğrenecekleri ve görerek taklit edecekleri ile yaşama hazırlanan bir varlıkla sürdürülecek yeni yaşamın başlangıcıdır. Onun uykusu, beslenmesi, yürümesi, fiziksel gelişiminin sağlıklı olması çaba gerektirir. Sevgi vermek, bağlanmak, ilişki kurmak, onu anlamak, isteklerinizi anlatmak ve ruh sağlığını oluşturmak bilgi gerektirir. Anne-babalık serüveni, aynı zamanda bir eğitim ve bilgilenme sürecidir. Oysa çoğu anne-baba, birçok konuda olduğu gibi okumadan, özel bir destek almadan bu süreci el yordamı ile gerçekleştirmeye çalışmaktadır.

Hemen herkes, ebeveynlik serüvenine başlarken çocuk yetiştirme konusunda kendi anne-babası gibi olmayacağını söyler. Sevgilerinden hoşnut olsalar da, ailelerinin onları yetiştirirken yaptıkları yanlışları, sebep oldukları eksiklikleri kendi çocuklarına yapmayacağını düşünürler. Oysa zamanı geldiğinde çoğu kez kendilerini tıpkı anne-babaları gibi konuşurken bulurlar. Özellikle cinsellik söz konusu olduğunda, ailelerimizin yaptıklarını yapmak ya da konuşmadıklarını konuşamamak sorunların devam etmesine neden olmaktadır. Böylece cinsellik, hâlâ tabu olan, doğru bilgiden çok yanlış bilginin hüküm sürdüğü bir alan olmaya devam etmektedir. Cinselliğin doğru yaşanamaması, beraberliklerin bu nedenle sonlanması bir yana, bu karmaşanın çok daha vahim sonuçları ile karşılaşılmaktadır. Mutsuzluklar, cinayetler ve intiharlar çoğu kez cinsel bilgi yetersizliği ile örtüşür. Bilgisizlik, çocukların, ailelerin ve toplumun ruh sağlığını olumsuz etkiler.

Bugünün anne-babalarının çoğu, cinselliği konuşmanın tabu olduğu, hatta arkadaşlar arasında bile kulaktan kulağa aktarımların ayıplandığı bir dönemde yetiştiler. Televizyon Türkiye'de ya henüz yoktu ya da çok yeniydi. Gazete ve dergilerin sayısı azdı. Olanlar ise bu kadar çok cinselliğe yönelik yayın yapmıyorlardı. Dolayısıyla bugünkü ile kıyaslanamayacak kadar düşük bir medya etkisi altındaydılar. Üstüne üstlük birçoğu, kendi aralarında bile cinselliği konuşmayan, bilmeyen ebeveynler tarafından büyütülmüştü. Bu nedenle cinsellikle ilgili sordukları sorular bile farklıydı.

Yıl 2008... Büyükler öyle bir şey yokmuş gibi davransa da, cinsel içerikli yayınlar çocuklar için yaş sınırı koyularak yayınlansa da, çocuklar gün boyunca reklamlarda, kliplerde ve hatta çizgi filmlerde, cinselliğin kullanıldığı görüntülerle sık sık karşı-

laşmaktadırlar. Bazı alanlarda cinsel içerikli görüntüler ve resimler sakınılmadan yer almaktadır. Çoğu ailenin kullanmayı bile beceremediği bilgisayar ve onunla birlikte internet, çocuğa anne-babadan daha hızla ulaşabilmektedir. Temel cinsel bilgileri bile almamış, dünyaya nasıl geldiğine ilişkin soruları düzgün yanıtlanmamış çocuk, ulaştığı bu sınırsız ve uygunsuz bilgiler ile büyümektedir. Belki daha da kötüsü, ne yanıt vereceğini bilmeyen bir aile tarafından kızılmış, utandırılmış ve korkutulmuş olan çocuk, öğrendiği bilgiler ve ailesinin tutumları arasında ikilemde kalmaktadır. Bilgi sahibi olan anne-babalar ise kendi utançlarını yenip artık bu konuda çocuklarıyla konuşmak gerektiğini düşündüklerinde, çocuklar anne–babaların sandıklarından çok daha fazla bilgiye sahip olmaktadır. Asıl büyük zorluk çoğunlukla o anda başlar. Çünkü kulaktan dolma, arkadaşlardan fısıldanan, oradan buradan edinilen bilgiler çoğu zaman yanlış, olması gerekenden fazla ve dolayısıyla çocuğun yaş grubu için çoğu zaman sorun yaratabilecek düzeydedir.

Tüm bu serüvenin gidişatını değiştirebilmenin yolu, ebeveynlerin cinsellik konusunda bilgilenmeleridir. Ebeveynlerin cinsellik konusunda bilgi sahibi olması da tek başına yeterli değildir. Çocuklara doğru cinsel eğitim verebilmeleri için, hangi bilgiyi, kaç yaşında ve nasıl aktaracaklarını da bilmek zorundadırlar.

Cinsellik Nedir?

Cinsellik dendiği zaman ilk akla gelen, anatomik cinsiyetimizdir. Oysa, biyolojik olarak cinsel organlar ve hormonlarla belirlenen cinsiyet, cinselliğin sadece bir parçasıdır. Cinsel organlar ve hormonlarla ilişkili olan üreme, cinselliğin diğer bir parçasını oluşturur. Çocukluk döneminde gelişmeye başla-

yan cinsel kimlik cinselliğin önemli bir bölümüdür. Ayrıca, cinselliğin amaçlarından biri haz almaktır. Bedensel temasın getirdiği haz duygusu da, cinselliğin içindedir.

Cinsellik, kişinin fiziksel yapısını, kendisi ile ilgili olan yargılarını, seçimlerini, diğerleri ile ilgili olarak neler düşündüğünü ve tüm bunların yaşadığı çevre içerisinde ne anlama geldiğini kapsamaktadır. Yani, cinsellik kişinin kadın ya da erkek olmasından ve seksten daha çok şeyi ifade eder. Dünya Sağlık Örgütü cinselliği, fiziksel, duygusal ve ilişkilere yönelik bir kavram olarak ele alır. Çünkü cinsel sağlık, sadece cinsel sorunların ya da cinsel yolla bulaşan hastalıkların olmaması değildir. Bunları da içermekle beraber, aynı zamanda cinselliğe olumlu yaklaşımı, doğru ve güvenli eşle deneyimi, cinsel ayrımcılığı, baskıyı ve şiddeti de içerir. Cinselliğin sosyal ve manevi tarafları da göz önüne alınmalıdır. İçinde yaşanılan toplumun kadınlığa ve erkekliğe nasıl baktığı, onlara verdiği cinsel roller, aile kurumuna yaklaşımı, cinsel eğitim yolları, hatta yarattıkları filmler, müzikler ve diziler, cinselliğin sosyal yönünü oluşturur. İnançların ise cinsellik üzerinde olumlu ve olumsuz etkileri vardır. Dinler bir yandan suçluluğu, korkuyu ve cinselliği reddetmeyi öğretirken, diğer yandan sevgiyi, ilişkilerin kurallarını ve değerini öne çıkartır. Böylece herkes, kendi cinsiyetine, yaşadığı topluma, inaçlarına göre cinselliği farklı bir yönü ile tanımlar. Buna rağmen herkes için cinselliği oluşturan bu yönlerin ağırlığı farklı olabilir. Bazı yönlerin etkisi ise, bazı kişilerde hiç görülmeyebilir. Bu nedenle herkesin kendi cinsellik tanımını gerçekçi olarak yapabilmesi gerekir. Çünkü ancak o zaman çocuğumuzu cinsellik konusunda sağlıklı bir şeklide yönlendirebiliriz.

Çocuklar için cinsellik hakkında bilgi edinmek önemlidir. Çocukların, kendilerini sağlıklı olarak tanımlayabilmek için,

kız ya da erkek olmanın değerli olduğunu bilmeye ihtiyaçları vardır. Ebeveynler çocuklarıyla vücutları ve cinsellikleri hakkında duygu ve davranışlarını konuştukları zaman çocuklar, cinselliğin ebeveynleri ile konuşulabilecek bir konu olduğunu öğrenirler. Cinselliğe ilişkin çocuklarınıza verdiğiniz bilgiler onların kendilerini iyi, sağlıklı ve normal hissetmelerine ya da utanıp, suçlu ve kötü hissetmelerine neden olabilir.

Çoğu kez çocuklarla cinsellik konusunda konuşmadığımızı ve onları yönlendirmediğimizi düşünürüz. Oysa fark etmeden söylediklerimiz ya da yaptıklarımız, cinselliğe bakışımızı ve değerlerimizi onlara yansıtır. Bazı çocuklar ebeveynlerinin ya da diğer erişkinlerin, farklı cinsiyeti aşağıladıklarını ya da dalga geçtiklerini görürler. Bu bile çocuğun kendini kız ya da erkek olduğu için mutsuz hissetmesine ya da karşı cinsten korkmasına, nefret etmesine neden olabilir.

Televizyon seyrederken öpüşen bir çifte bakıp "iğrenç" demeniz ya da sevişen çifte "bakma" diye bağırmanız, dışarı çıkan kızınıza "eteğin kısa" diye seslenmeniz, ona cinselliğe bakış açınızı yansıtmaktadır. Böylece o da bu cinsel yargıları öğrenmekte, kendi cinselliğini bu öğretiler üzerine yapılandırmaktadır. Ayrıca, değer yargılarınız ve davranışlarınız arasında büyük farklar varsa, çocuğunuzun aklının karışması kaçınılmaz olur. Bu nedenle çocuklarla konuşmadan önce, cinsellik konusunda kendi yargılarımızı değerlendirmeliyiz. Cinselliği nasıl algılıyoruz, cinsel ilişki konusunda fikrimiz ne, homoseksüeliteye (eşcinselliğe) nasıl bakıyoruz, mastürbasyon, evlilik dışı cinsel ilişki, cinsel eğitim konularında neler düşünüyoruz gibi soruları kendi kendimize sormamız gerekir. Ancak böylece çocuklara cinsellik hakkında doğru bilgileri, önyargılarımızdan olabildiğince arınmış bir şekilde sunma şansımız olabilir.

Cinselliği Konuşmak Niçin Zordur?

Anne-babaların cinselliği konuşmakta zorlanmalarının temelinde utanma duygusu ve nasıl konuşacaklarını bilememeleri yatar. Cinselliği konuşma konusunda çoğu anne-baba hazırlıksızdır. Herhangi bir konuda hazırlıksız olmak, sonuçları tahmin edebilmeyi zorlaştıracağından, önemli ölçüde kaygı yaratır. Kaygıyla birlikte de hata yapma olasılığı artacaktır.

Anne-babaların cinsellik konusunda konuşmaktan çekinmesinin en önemli nedenlerinden biri, bu konudaki bilgilerinden emin olmamaları ve yanlış bir şeyler söylemekten korkmalarıdır. Bu nedenle, anne-baba olduğunuzda önce kendi bilgilerinizi gözden geçirmeniz gerekir. Çocuğun normal gelişimi, hangi yaşta bedeninde ne tür değişimler olacağı, ne zaman, neleri merak edip sormaya başlayacağı anne-babalar tarafından bilinmelidir. Ayrıca onlara verilecek yanıtların yaşlara göre nasıl olması gerektiği ve verilme şekli önemlidir.

Eşler henüz kendi aralarında ve kendi cinselliklerini yaşarken bunları konuşamıyorsa, bu konularda gerekli ve yeterli bilgiyi çocuklarına verebilmeleri daha da zorlaşır. Anne-babaların cinsel konuları konuşmadaki utancı, bu utancı fark eden çocuğun merak ettiklerini sormasını zorlaştırır. Cinsellikle ilgili bir soru sorduğunda ayıplanacağını ve yargılanacağını düşünen çocuk, bu merakını yazılı ve görsel materyallerden ya da kendisi gibi benzer bir merak içerisinde olan arkadaşlarından doyurmaya çalışacaktır.

Konuşabilen Ebeveynler Olabilmek

Çok bilinen fıkralardan biridir. Baba on dört yaşına gelen oğluyla "hayatın gerçekleri" konusunda konuşma zamanının

geldiğini düşünür. Oğlunu karşısına alır. "Seninle cinsellik hakkında konuşmanın zamanı geldi" diyerek söze başlar. Saatine bakan çocuk babasına döner ve "Tamam baba, arkadaşlarla buluşacağım. Bu konuda ne öğrenmek istiyorsan bir an önce sor da, anlatıp gideyim" der. Cinsellik hakkında konuşmanın doğru zamanını ve neler konuşulacağını bilmek gerekir. Konuşma mutlaka çocuğun gelişim düzeyine uygun olmalıdır. Onun bu konudaki bilgisini anlamak önemlidir. Yargılamaktan kaçınarak, anlamaya çalışarak yapılan konuşma etkili olacaktır. Beden diliniz, kullandığınız kelimeler kadar önemlidir. Televizyon seyrederken "Sevişmek nedir" diye soran çocuğa cevap vermek zor gelebilir. Bu zorluk nedeni ile gerginleşebilirsiniz. Çocuğa, "Haydi filmi seyret" şeklinde yanıt vererek ya da kanal değiştirerek olayı geçiştirdiğinizi düşünebilirsiniz. Oysa fark etmeden çocuğa istemediğiniz mesajlar vermiş olursunuz. Çocuk hem sizin gergin olduğunuzu fark eder, hem de bir daha soru sormaması gerektiği mesajını almış olur. Oysa yaşına uygun olarak bir açıklama yapmak, her ikinizi de rahatlatacaktır. Örneğin, "Sen bu kelimenin anlamı hakkında ne düşünüyorsun?" ya da "Bu kelime hakkında tam olarak ne öğrenmek istiyorsun?" diye sormak, doğru bir yaklaşım olacaktır.

Benzer şekilde, beklemediğiniz, ama gelişimlerine bağlı oynadıkları oyunlar ve gösterdikleri davranışlar sizi korkutabilir. Korku nedeniyle davranışlarınız ve sözleriniz çocuklara cinsellik konusunda yanlış mesajlar verebilir.

Doğa'nın annesi içeri girdiğinde, Doğa'nın belden aşağısı çıplaktı ve yatakta yatıyordu. Boynunda oyuncak bir steteskop olan Deniz, eliyle Doğa'nın kasıklarına bastırarak "Böyle yapınca acıyor mu?" "Peki böyle yapınca acıyor mu?" diye sorular soruyordu. Doğa'nın annesi bir çığlık attı. Deniz'i kolundan tutup dışarı savurdu. Doğa'yı yataktan kaldırıp

pantolonunu sertçe yukarı çekti. Deniz de Doğa da ağlamaya başladılar. Anne sertçe, "Bir daha görmeyeyim," dedi. Bağrışmalara gelen baba olanları öğrenince, "Bunu kimse duymasın ve bir daha sakın yapmayın!" diye bağırdı. Böylece her ikisi de bedenlerinin utanılacak, gizlenmesi gereken ve ayıp bir şey olduğu konusunda mesaj almış oldular. Halbuki onlar, yaşları gereği birbirlerinin bedenlerindeki farklılıkları anlamaya çalışıyorlardı. Böylece ebeveynleri ile cinsellikle ilgili soru sorma ve yanıt alma şeklinde kurulabilecekleri ilişki bozulmuştu. Ayrıca gelecekte kendi bedenleri ve karşı cinsin bedeni konusunda sorun yaşayabilirlerdi. Annenin odaya girdiğinde tabii ki bu durumu görmezden gelip, kapıyı çekmesini beklememek gerekir. Ama onlara, "Demek doktorculuk oynuyorsunuz. Sanırım bedenlerinizi merak ediyorsunuz. Bu konuda konuşalım mı?" demesi ve oyunu bu şekilde durdurması, gelişimlerinin sağlıklı ilerlemesini sağlayabilir.

Çocuklara sorarak, anlatılanları farklı kelimelerle tekrarlayarak, doğru anlayıp anlamadıkları kontrol edilmelidir. Çocuklarla konuşurken, onların sorularını dinlemek gerekir. Sorularını duymazdan gelme ya da yanlış anlama sorun yaratır. Sorusu size zor ya da anlamsız gelse de anlamaya çalışın. Çocuğunuza sorular sorarak ne bildiğini kontrol edin. Bu soruları da cinsiyet farkı gözetmeksizin sorun. Önemsizmiş gibi davranma ya da susturma doğru olmaz. Önemseyen, açıklama yapan, konuyu doğru ele alan, kendini anlamaya çalışan, dinleyen, kabullenen ve güvenilir olan bir ebeveyn, doğru konuşmayı yapabilir. Bütün soruların yanıtlarını bilmek gerekmez. Önemli olan soru sorulabilen ebeveynler olabilmektir. Soru sormaları korkulacak ya da kaçılacak bir durum değildir. Aksine doğru bilgi verebilmeniz için ele geçen fırsatlardır. Çocuğunuzu erken yaşlarda cinsellik hakkında eğitmek, ergenlik çağında iletişim kurmanızı kolaylaştıracaktır.

Çocukların her yaşta sizinle her konuyu konuşabilmeleri için onlarla sağlıklı bir ilişki kurmuş olmanız gerekir. Çocuklara, onlarla hiçbir şeyi paylaşmayan ve kendileriyle zaman geçirmeyen ebeveynlere soru sormak, hele cinselliğe ilişkin soru sormak zor gelecektir. Boş kaldıkça ya da gerektikçe ayrılan zamanlar yerine, özel zamanlar ayırmak ilişkiyi güçlendirir. Özel anne-çocuk, baba-çocuk yemekleri, gezileri, tatilleri ilişkiyi güçlendirirken, konuşma olanakları yaratır. Bunun yanı sıra onun ihtiyaç duyduğu ya da sizin konuşma fırsatı bulduğunuz zamanlar da mutlaka değerlendirilmelidir.

Çocuk merak ettiği soruların yanıtlarını ebeveynlerinden öğrenemezse arkadaşlarından ve televizyondan öğrenmeye çalışacaktır. Çocuğa üreme ve cinsellik hakkında bilgi vermeye en uygun kişiler anne ve babalardır. En doğru bilgiyi, en güvendikleri kişilerden yani ebeveynlerinden, net ve doğru ifadelerle almalıdırlar.

Her şeyden önce, cinsellik konusu çocuklarla bir kez konuşulup bitecek bir konu değildir. Küçük yaştan itibaren yaşına özgü ve kendinde oluşan cinsel değişimleri anlayabileceği şekilde yapılan konuşmalar sürmelidir. Ona cinselliğin akıl, beden ve ruh ilişkisine dayalı bir kavram olduğunu ve büyüdükçe kendinde olan değişiklikleri fark edeceğini anlatmak gerekir.

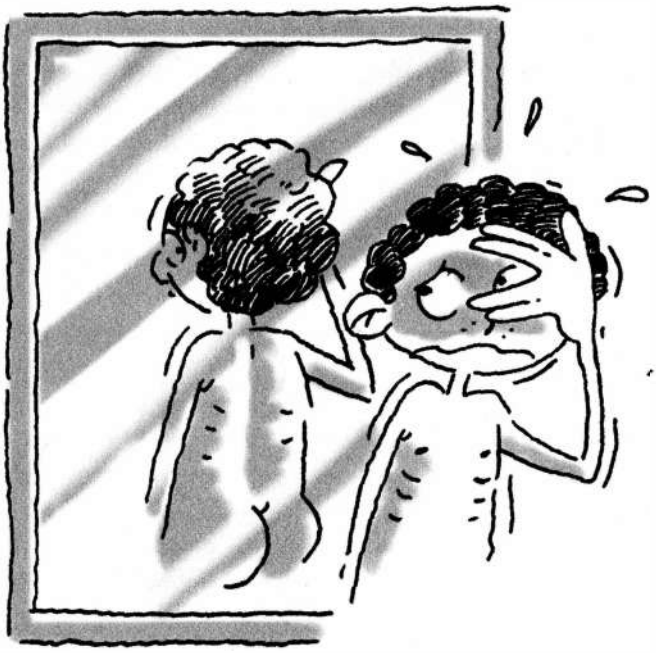
Cinselliği konuşurken, kişisel ve ahlâki değerlerimizi bir tarafa bırakacak değiliz. Ancak bu tür konuşmalarda anlayışlı olmak ve çocuğun kendi değerlerlerini oluşturabilmesi için soru sorabileceği bir ortam yaratmak çok önemlidir. Cinselliği konuşurken bazı boşluklar bırakmak, tereddüt etmek, aktardıklarınızdan emin olmamak, çocuğun bu boşlukları kendisinin doldurmasına ve aşırı kaygılanmasına neden olabilir. Ayrıca cinselliği anlatmak kadar, tartışabilmek de önemlidir. Tek

taraflı konuşarak, çocuğun bu konudaki algıları öğrenilemez. Bu nedenle çocuklara uzun, öğretici konuşmalar yapmayın. Bunların yerine, kısa ama gereksinimlerini öğrenebileceğiniz karşılıklı paylaşımlar yararlı olacaktır.

Cinsellik, büyükler için ne kadar gizli ve özelse çocuklar için de öyledir. Cinsellik konusunda güvenli bir yeri olması, düşüncelerini ve hislerini günlüğüne yazabilmesi gerekir. Onun özel ve gizli bulduğu şeylere saygı göstermek ve meraklı davranmamak önemlidir. Bu durumda, meraklarını ve öğrenme için olan istekliliğini hoş karşılayıp, onunla konuşma fırsatları yaratmak gerekir.

Evlenmek üzereyken aşırı kaygıya kapılarak gelen gencin öyküsünden sorunun kaynağı anlaşılıyordu. O küçükken evde cinsellik konuşmak ayıptı. Ne zaman soru sormaya kalksa, yanıtlayacak kimseyi bulamamıştı. Bir gün penisi ile oynarken gören ebeveynleri onu şiddetli bir şekilde cezalandırmıştı. Ergenlikte özel bir alanı olmasına müsaade edilmemişti. Odasının kapısını kapatması ve banyoda uzun kalması yasaktı. Anne ya da babası hemen kapıyı açar, "Bu kapı niye kapalı, gizli gizli ne yapıyorsun?" derdi. Banyoda yıkanması uzasa, kapıyı çalıp çıkmasını söylerlerdi. Ali'nin hiç bedenini ve cinselliğini tanıma şansı olmamıştı ve şimdi korkuyordu.

Gizlilikle kişisellik birbirine karıştırılmamalıdır. Cinsellik özel ve kişisel bir konudur. Çocuğa bunu gizlilik olarak aktarırsanız, çocuk cinselliğin konuşulmaması ve yaşanılmaması gerektiğini düşünebilir. Böylece gizlilik, utanılacak, saklanacak bir kavram olarak belirir. Oysa kişisellik ve özel olma, bazı durumlar için diğer kişilerle aramıza koyduğumuz doğal bir sınırdır.



Çocuklarla Cinsellik Konuşmanın Önemli Kuralları

Hangi yaşta olurlarsa olsunlar, çocuklarla konuşurken bazı önemli noktaları bilmek gerekir. Çocuğun yaşına ve gelişim dönemine göre konuşmalarımızın zamanlamasını ve içeriğini ayarlamalıyız. Ama en temel kural kendi çocuğumuzu tanımamız gerektiğidir. Onunla cinsellikten konuşurken, onun herhangi bir çocuk değil sizin çocuğunuz olduğunu hatırlayın.

Cinsellik sadece beden ile ilgili değildir: Çocuklar cinselliğin sadece bedenleri ile ilgili olmadığını öğrenmelidirler. Bu nedenle, cinsellikle birlikte onlara sevgiyi de anlatın. Çocukla-

rın cinselliği aynı zamanda sorumluluk, yakınlık ve sevgi ilişkisi olarak öğrenmesi önemlidir. Cinselliği bu şekilde öğrenen çocuk sağlıklı gelişecektir. Cinselliği bu şekilde öğrenmek, çocuğunuza, gelecek deneyimleri için olumlu zamanlama ve doğru eş seçimi yapabilme şansı verir.

Cevaplarınızı olabildiğince basite indirgeyin: Çocuğunuz soru sorduğunda, kısa ve basit bir şekilde cevaplayın. Açıklamayı yaparken çocuğun yaşını düşünün. Çocuklar cevaplarını istedikleri soruları sorarlar, onlara sorduklarından fazla bir şey söylemenize gerek yoktur. Çocuğunuz size gebe kalmayı ve doğumu sormuş olabilir. Ona ayrıntılı bir biçimde cinsel ilişkiyi anlatmanız gerekmez. "Babada tohumlar (sperm) vardır, annede de yumurta. Babanın tohumları, annenin yumurtasıyla birleşir. Bu şekilde bebek oluşmaya başlar." diyerek anlattığınızda çocuğunuz "Tamam. Benim arabam nerede?" diyerek söze devam ediyorsa, ona daha fazla bilgi yüklemek gereksizdir. Gerek duyduğu kadar bilgiyi almış demektir. Daha fazlasını öğrenme ihtiyacı olduğunda, daha fazla soru soracaktır. Gelişiminin üstünde açıklamalar yapmanız onu korkutur. Zamanından önce ve yaşı ile uyumsuz cinsel davranışlara ve konuşmalara yönelmesine neden olabilir. Çünkü erken yaşta cinsellik konusunda aşırı uyarılma, erken ve sağlıksız deneyimlere yol açabilmektedir.

Mehmet'in anne ve babası artık cinsellikle ilgili konuşmanın vaktinin geldiğini düşünüyorlardı. Birkaç aydır aralarında bu konuşmanın provasını yapıyorlardı. Gelecek tüm sürprizlere karşı hazırlıklıydılar. Bir gece yemekten sonra, anne ve babası Mehmet'e onunla önemli bir şey konuşacaklarını söyleyerek karşılarına aldılar. Mehmet ne olduğunu anlamamıştı. Babası boğazını temizledi ve konuşmaya başladı. Bir süre sonra Mehmet, çoraplarını çıkarıp çiftleri ters giymeyi denedi ve "Bakın ne kadar komik oluyor!" dedi heyecanla. Babası,

dikkatini ona vermesini rica etti ve sözü annesine bıraktı. Mehmet ise tamamen çoraplarına odaklanmıştı, çünkü o an çoraplarını ters giymenin ne kadar komik olduğu, onun için cinsellikten daha çok merak uyandıran bir durumdu. Mehmet henüz anne ve babasının anlattıklarını merak etmiyordu ve öğrenmeye hazır değildi.

Çocuğunuza dokunmanın türlerini anlatın: Çocuk sarılmanın hoş bir davranış olduğu bilmelidir. Ama size ve arkadaşlarına ne şekilde dokunmasının uygun olacağını öğrenmelidir. Sırf istiyor diye dört yaşına gelmiş oğlunuzun göğüslerinize dokunmasına izin vermek, onu bu konuda tersleyip utandırmak kadar yanlıştır. Ona, sizi sevdiğini bildiğinizi, ama annelerle onun yaşındaki çocukların sevgilerini farklı gösterdiklerini söylemek açıklayıcı olur. Yine dudaktan öpüşmek gibi, kimi zaman sizin de hoşunuza giden tutumların çocuğun yanlış bilgilenmesine neden olacağını hatırlamak gerekir. Benzer bir açıklama ile yanaktan öpmek sorunu çözecektir. Dokunmanın öneminin yanı sıra, ona mutlaka, birinin dokunuşları onu rahatsız ediyorsa buna izin vermemesini ve bu kişiyi nasıl durduracağını öğretmek gerekir. Böyle bir şey olduğunda size ya da orada bulunan erişkinlere haber vermesi gerektiğini bilmelidir. Ancak cinsellik eğitimi verirken, cinselliğin riskli yönlerine daha fazla odaklanırsanız, bu durum çeşitli olumsuzlukları beraberinde getirebilir. Kötü amaçlı dokunmalara aşırı vurgu yapmak, çocuğun anne-babasından gelecek sevgi ve şefkat dokunuşlarını bile yanlış algılamasına neden olabilir. Bu durum çocuğu korkutur, yaralar. Bu nedenle cinsellikten konuşurken iki uca da yeterli oranda değinmek ve hem riskleri hem de haz veren tarafları anlatmak gerekir.

İnandıklarınızı ve düşündüklerinizi çocuğunuza öğretin: Çocuklar değerleri erken yaşta öğrenir. Kadınların ve erkekle-

rin birbirlerine nasıl davranmaları gerektiğini anlatın. Kendi düşüncelerinizi onunla paylaşın. Fakat aynı zamanda ona kendi düşüncelerini oluşturması için zaman tanıyın. Sizin tutumlarınız aşırı yanlı olabilir. Evde cinsellikten hiç bahsetmeyerek, çevreden öğrenmelerine izin vererek onu koruduğunuzu düşünüyorsanız, bu konuda bilgisiz bir çocuk yetiştiriyorsunuz demektir. Bu inancınız, onun ergenlik ya da erişkinlik döneminde cinsel sorunlar yaşamasının yanı sıra, ruhsal bir sorun olarak da belirebilir. Benzer şekilde, cinselliğin ve çıplaklığın çok doğal olduğunu düşünerek çocuk büyüten aileler de sorunla karşılaşabilir. Kişiselliği, çıplaklığın ve cinselliğin özelliğini ve sınırlarını öğrenmeyen çocuk risk altındadır. Bu nedenle çocuğunuza aktarmadan önce inandıklarınızı ve düşündüklerinizi doğru ve gerçek bilgilerle karşılaştırmalısınız.

Diğer kaynakların kontrolü: Çocuğunuzun cinselliğe ilişkin bilgi sahibi olduğu tek kaynağın siz olmadığınızı unutmayın. Cinsel içerikli yayınlar, şarkılar, kliplerle ilgili olarak her zaman seçici olmalısınız. Evin içinde çocuğun ulaşabileceği denetimsiz yayınlar, cinsellik konusunda ona sizin aktardıklarınızdan fazlasını yanlış olarak anlatabilir.

Cinsellik hakkında konuşma konusunda kendi tutumlarınızı keşfedin: Çocuğunuzla açık bir biçimde konuşmanız ve onu dinlemeniz, onun yüksek riskli davranışlar göstermesi olasılığını azaltır. Eğer kendinizi bu konuda rahat hissetmiyorsanız cinsellikle ilgili bir kitap okuyabilir ya da duygularınızı güvendiğiniz biriyle paylaşabilirsiniz. Her şeye rağmen kendinizi rahat hissetmiyorsanız bunu çocuğunuza açıklayın: "Bu konuda rahat konuşamıyorum, çünkü annem ve babam benimle bu konuda konuşmazlardı. Ama ben seninle cinsellik de dahil her konuyu konuşmak istiyorum. O yüzden lütfen gelip sor, cevabını bilmesem

bile araştırıp öğrenirim." Dürüst, duygularınızı aktaran bir açıklama yapmanız, çocuk için rahatlatıcı ve güven verici olacaktır.

Sakin ve rahat olun: Çocuğunuz en tuhaf soruyu sorduğunda bile sakin olmaya çalışmak ve çocuğu yargılamadan merakına saygı duymak gerekir. Böyle bir soruyu her iyi ele alışınızda, sizin de çocuğunuzun da kaygısı biraz daha azalacaktır. Eğer bu tür konuşmalar karşısında çocuğunuzu susturur veya onunla konuşmaktan kaçınırsanız, çocuğunuz bu konuda sizin değil arkadaşlarının ya da etrafındaki yazılı ve görsel kaynakların yargılarını öğrenecek, onları benimseyecektir.

Beş yaşındaki Selin, usulca, koltukta gazete okuyan annesinin yanına yaklaştı. Emin olamayarak annesine, "Anne benim niye pipim yok?" diye sordu. Annesi, "Kız olduğun için" diye yanıt verdi. Ancak bu cevap Selin'i pek tatmin etmişe benzemiyordu: "Erkeklerin niye pipisi var?" diye devam etti. Annesi sorulardan sıkılarak, "Erkek oldukları için" diye yanıt verdi. Selin'in aklı daha çok karışmıştı: "Niye peki?" Annesi konuyu değiştirmeye karar verdi: "Git pencereden bak bakalım, baban geliyor mu?" Selin'in soruları cevapsız kalmıştı. Ama Selin bu soruların yanıtlarını merak etmeye devam edecekti.

Soruyu tam anlayın: Çocuğunuz bir soru sorduğunda hemen uzun bir konuşmaya başlamayın. Önce çocuğunuzun sorduğu şeyi tam olarak anladığınızdan emin olun. Onun sorusuna bir soru ile karşılık verebilirsiniz. Örneğin: "Bebekler nasıl olur derken, nasıl dünyaya gelir diye mi soruyorsun, yoksa bebekler nasıl oluşur, onu mu öğrenmek istiyorsun?" şeklinde sorabilirsiniz.

Sorularını yargılamayın: Çocuğunuzun sorusu ne olursa olsun, bunu nereden öğrendiğini sorgulamayın ve yargılama-

yın. Çocuğunuz gerçeği ararken kafası karışır. Siz onun öğrenmek için en güvenilir kaynağı olmalısınız. Sorularını size sormasını destekleyin, başka soruları olduğunda da sorması konusunda yüreklendirin. Sorgular ve yargılarsanız size soru sormaktan çekinecektir.

Mahremiyeti öğretin: Çocuğunuzun, insanların özel zamanlara ihtiyaç duyduğunu anlamasını sağlayın. Kapınız kapalı olduğunda girmeden önce vurması gerektiğini öğretin. Siz de onun kapısı kapalıyken aynısını yapın.

Cinsel organların isimlerini değiştirmeden, biyolojik isimleriyle kullanın: Biraz fazla profesyonelmiş gibi gelebilir. Ama çocuk söyleyebildikten sonra, cinsel organlara başka isim takmak anlamsızdır. Bu nedenle, üç yaşından sonra, ebeveynler doğru anatomik isimleri kullanmalıdır. Böylece çocuk en doğru şekilde, utanmadan bu isimleri kullanmayı öğrenir. Kuku, pipi gibi sevimli ama anlamsız kelimeler bulmak yerine, doğru kelimeleri kullanın. Erkek çocukların cinsel organı için penis, kız çocuklarının cinsel organı için vajina doğru kelimelerdir.

Konuşma fırsatlarını kullanın: Karşılaştığınız olaylar sizin için bir konuşma fırsatı olabilir. Örneğin hamile bir arkadaşınız varsa, bu, çocuğunuza bebeklerin nereden geldiklerini anlatabilmek için bir fırsattır. Cinsellikle ilgili konuşmaları, bir kardeşin dünyaya gelişi ya da ev hayvanınızın yavrularının olmasının ardından yapabilirsiniz. Bu süreçte çocuğunuzun aklına takılan soruları rahatlıkla, çekinmeden sorabilmesi için onu teşvik edin. Çocuğunuza tuvalet eğitimi veriyorsanız, bu da cinsel organının ismini doğru bir şekilde öğretmek için bir şanstır. Kızınızın bezini değiştirirken oğlunuz bunu görürse, kardeşinin neden penisinin olmadığını sorabilir. Böylece ona,

onun penisi olmadığını, çünkü onun kız olduğunu söyleyebilirsiniz.

Cinselliği tanımalarına yardımcı olun: Çocukların okul öncesi dönemden itibaren cinsellik oyunları, mastürbasyon davranışları ya da bunun gibi kendi cinselliğini tanımasına hizmet eden soruları utandırılmadan, korkutulmadan, eleştirilmeden ve net bir şekilde cevaplandırılmalıdır. Sorularını çok büyük bir olay haline getirmeyin. Şaşırmış ve şok olmuş gibi davranmayın. Onlarla küçükken de cinsellik hakkında konuşun ki, ergenliklerinde de sizinle cinsellik ve duyguları hakkında konuşsunlar.

Onlarla gizliliği konuşun: Çocuklar sınırları bilmeye ihtiyaç duyarlar. Nerede çıplak olabileceklerini ve nerede giyinik olmaları gerektiğini bilmelidirler. Küvette çıplak olabileceklerini, ama okulda ya da mağazalarda giyinik olmaları gerektiğini öğrenmelidirler.

Anaokuluna giden Murat garip davranışları nedeni ile eve gönderilmişti. Murat okulda bir neden yokken soyunuyor ve o şekilde gezmek istiyordu. Diğer veliler bundan huzursuz olmuş, okuldan ayrılmasını istiyorlardı. Murat'ın ailesi şaşkındı. Aile görüşmesinde, evde anne ve babasının Murat doğduktan sonra henüz küçük olduğunu düşündükleri için kıyafetlerini önemsemedikleri, onun yanında soyundukları ve dolaştıkları öğrenildi. Murat nerede çıplak olunabileceğini bu nedenle öğrenmemişti. Ailesinin okulda soyunduğu için ona kızmasını ise hiç anlamıyordu.

Cinselliği konuşmaya erken başlayın: Küçük çocuğunuza burnunun, ağzının yerini öğretirken "Bu senin penisin" ya da "Bu senin vajinan" şeklinde, cinsel organlarının da yerini öğretin. Büyüdükçe üzerine bilgi eklemeniz kolaylaşır.

Bir sonraki dönemi açıklayın: Çocuklarla cinsellik hakkında konuşurken, bir sonraki gelişim dönemiyle ilgili de kısaca konuşun. Çocuklar vücutları hızla değiştikçe kaygılanırlar. Bu yüzden, onları bekleyen değişiklikler hakkında konuşmak, gelecek dönemi güvenli bir biçimde beklemelerine yardımcı olacaktır. Örneğin, dokuz yaşındaki kızınızla menstürasyon (adet kanaması) ile ilgili konuşmak, ilk kanaması gerçekleştiğinde paniğe kapılmamasını sağlayacaktır.

Ergen olduğunu fark edin: Cinsellik eğitimi verilirken atlanmaması gereken konulardan biri, kişinin cinsel olarak aktif olması ile birlikte yaşanabilecek sıkıntılardır. Cinsel yolla bulaşan hastalıklar (HIV/AIDS), duygusal sıkıntılar, istenmeyen gebelikler bunlardan bazılarıdır. Ergenlik döneminde, mutlaka bu konular hakkında korkutucu ve kaygı verici olmadan çocuğunuzu bilinçlendirmelisiniz.

AİLE YAPILARI VE ÇOCUĞUN CİNSEL EĞİTİMİNE ETKİLERİ

Çocukların cinsel gelişimlerinin bebekliklerinden itibaren başladığı düşünüldüğünde, cinsel eğitim konusunda en önemli görev ailelere düşmektedir. Değişen koşullarda, değişen aile yapıları nedeniyle çocuklara verilecek cinsel bilgilerin nasıl verileceği ve kimin vereceği konuları farklılık gösterebilmektedir.

İki Ebeveynli Aile

Okul öncesi dönemde hem kız hem de erkek çocukların bedenlerini tanımaya ve bebek oluşumuna ilişkin soruları, cinsiyet farkı gözetmeksizin her iki ebeveyn tarafından da cevaplandırılabilir. Ancak daha sonraki gelişim dönemlerinde, bilgiler aynı

cinsten olan ebeveynler tarafından verilmelidir. Yani kız çocuklara annelerin, erkek çocuklara babaların bilgi vermesi doğru olur.

Ergenlik döneminde bilgi vermek kadar, ebeveynlerin kendi aralarında ve çocuklarıyla kurdukları ilişkinin kalitesi önem kazanmaktadır. Hem eşler arasında, hem de çocukla kurulan iyi ilişkiler ergenin riskli cinsel davranışlarını engellemektedir.

Tek Ebeveynli Aileler

Boşanma, evlat edinme ve yardımcı yollarla bebek sahibi olma gibi durumlar nedeni ile tek ebeveynli aileler artmaktadır. Tek ebeveynli ailelerde, çocuğun kendi cinsiyetinde özdeşim modelini nasıl bulacağı ve çocukla cinsellikle iligili konuşmaları kimin yapacağı sorunları ortaya çıkmaktadır.

Eğer sağlıklı bir boşanma olmuşsa, yani anne ve baba, ayrılığa rağmen çocukları için ilişkilerini belli bir düzeyde sürdürebiliyorsa ve çocuk her iki ebeveynini de görebiliyorsa, cinsel bilgilerin verilmesi sorun olmayacaktır. Boşanmış ebeveynler arasındaki düzenli ilişki, ergenlik için koruyucu olacaktır. Eğer ebeveynler kendi evlilikleri nedeniyle diğer cins hakkında olumsuz görüşlerini çocuklara yansıtırlarsa, çocuğun cinsellik ve karşı cinse ilişkin olumsuz düşünceleri ve tutumları oluşabilir.

Ancak diğer ebeveyn yoksa, çocuk onu görmüyor ya da göremiyorsa, o zaman cinsellikle ilgili konuşmaları çocukla yakın olduğu aynı cinsten birinin yapması doğrudur.

Evlat Edinilen Çocukların Olduğu Aileler

Cinsellikle ilgili süreçler aynı olacaktır. Ancak çocukların dünyaya nasıl geldiklerine ilişkin soruları farklı yanıtlanmalı-

dır. Daha önceki yaşlarda çocukla yapılan konuşmalarda "Sen bizim çocuğumuz olduğunda, sen evimize geldiğinde" gibi cümlelerle kulak dolgunluğu sağlanan çocuğa, diğer çocuklara olduğu gibi bebek oluşumu ve doğum anlatılmalıdır. Bu soru fırsat olarak kullanılarak, bazı annelerin bebeklerini kendi karınlarında büyütemedikleri, o yüzden onların çocuklarının başka annelerin karnında büyüyen çocuklar olduğu söylenebilir. Sonra, anne çocuğa, kendisinin de bebeğini karnında büyütemediğini, bu nedenle onun başka bir karında büyüdüğünü ve onu görünce "İşte benim bebeğim bu" dediğini anlatabilir. Bunu anlatmanın uygun zamanı 3-6 yaş arasıdır ve çocuklar da bu soruları o yaşlarda sorarlar. Bu yanıt beraberinde biyolojik anne-babayı bulma arzusu yaratabilir. Bu arzu aile için kaygı verici olabilir. Eğer aile kendi kaygısı ile baş edebilir ve panik içinde çözüm arama hatasını yapmazsa sorunun çözümü kolaylaşır. Bunun yerine çocuğu dikkatle dinleyip kaygısını anlamaya çalışmak en doğru yoldur. Konudan uzaklaşıp kapatmaya çalışmak yerine, çocuğa doğru ve sevginizi ortaya koyan yanıtlar vermek, çocuğun kaygısını gidermeye yardımcı olur.

Gay ve Lezbiyen Aileler

Henüz ülkemizde sık görülmese de, gay ya da lezbiyen ebeveynlere sahip olan çocuk sayısı artmaktadır. Çiftlerin daha önceki evliliklerinden ya da ilişkilerinden sahip oldukları çocukları ya da evlat edinilmiş çocukları bulunabilir. Ebeveynlerin bu çocuklara, kendi seçimlerinden bağımsız olarak ve duygularından arınarak eğitim vermeleri sağlıklıdır. Sadece bu çocuklara aile çeşitleri ve eşcinsellik konusunda diğer çocuklardan daha önce bilgi vermek gerekecektir. Çünkü yaşıtlarının

"Senin nasıl iki annen ya da baban oluyor?" gibi sorularından ya da "Annem size gelmemi istemiyor, çünkü senin ailen garip" gibi konuşmalarından etkilenirler. Bu durumlara karşı donanımlı olmaları gerekir.

ZİHİNSEL ÖZÜRLÜ ÇOCUKLARLA CİNSELLİĞİ KONUŞMAK

Zihinsel özürlü çocukların gelişim dönemlerinde diğer çocuklara göre gerilik, davranışlarında uyumsuzluk gözlenir. Bu farklılıklar, zekâ düzeyine göre derecelenir. Her çocuğa cinsel eğitim verirken gelişim düzeyini belirlemek ve ona uygun konuşmalar yapmak şarttır.

Zihinsel özürlü çocukların cinsel gelişimi diğerleri ile aynı sırayı izler. Ancak, zihinsel gelişim düzeyine göre daha yavaş ve geriden gider. Bu sebeple nerede ve nasıl eğitim verileceği iyi planlanmalıdır. Anne-babalar çocuklarına eğitim verirken zorluk çekerler. Bu nedenle onların eğitilmeleri de önemlidir. Bu çocuklarla konuşurken zorluk çekilmesinin nedeni, bazılarının konuşma problemlerine bağlı olarak soru soramamaları, aile-

nin sorduğu sorulara cevap verememeleri, hatta göz teması kuramamalarıdır. Özrünün derecesine göre anlaması zorlaşacağı için, anlatılan her şeyin birkaç kez tekrarlanması ve çocuğun anladığından emin olunmaya çalışılması gerekir. Onlar, açık, net, anlaşılır ve yorumlanmayacak şekilde bilgilendirilmelidir. Eğer yaşlarından ve gelişim düzeylerine göre anlayabileceklerinden daha fazla bilgi verilirse, cinselliğe olan ilgileri aşırı derecede artırılabilir. Bu nedenle anne-babanın, zihinsel özürlü çocuğa cinsel bilgi vermekten bıkmaması, başarısızlıklardan yılmaması ve devam etmesi gerekmektedir.

Zihinsel özürlü çocuk ve gençlere çoğunlukla cinsel bilgi verilmemektedir. Oysa genellikle eğitim almayan, okula gitmeyen ve arkadaşları olmayan bu çocukların, ailelerinden cinsel eğitim almaya çok daha fazla gereksinimleri bulunmaktadır. Zihinsel özürlü çocuklara cinsel eğitim verilmesi; sosyalleşmeleri, kendilerini daha iyi ifade edebilmeleri, bedensel bakımlarını yapabilmeleri, kendileri ile ilgili daha fazla sorumluluk alabilmeleri için önemlidir. Ama en önemlisi, cinsel istismara uğramalarını, hamile kalmalarını ve cinsel yolla bulaşan hastalıklara yakalanmalarını engellemek için, zihinsel özürlü çocuklara cinsel eğitim vermek gerekmektedir.

Zihinsel özürlü çocuklar ilgi ve sevgiye daha kolay yanıt verirler. Hem bu nedenle, hem de değerlendirme ve yargılamadaki zayıflıkları nedeni ile cinsel yakınlaşmaları ve teklifleri ayırt edemeyebilirler. Kendilerini ifade ve koruma zorlukları vardır. Bu durum onların daha fazla cinsel istismara uğramalarına neden olur.

Çoğu kez insanlar zihinsel özürlülerin, çocuksu davranışları nedeni ile cinsel olarak gelişmeyeceklerini düşünürler. Oysa bedensel, cinsel ve duygusal olarak onlar da benzer gelişim gös-

terirler. Sevebilir, karşı cinse istek duyabilir ve cinsel ilişkide bulunabilirler. Ancak tutum ve davranışları farklılık gösterebilir. Bu nedenle yardım ve desteğe ihtiyaçları olur.

Aileler cinsel bilgi verilen çocukların, bu bilgiler nedeni ile cinselliğe eğilimlerinin artacağı endişesi taşırlar. Zihinsel özürlü çocukların, diğer çocuklardan daha fazla cinsel içerikli davranış gösterdikleri kanısı yaygındır. Bu gerçek değildir. Sadece o çocuklar nerede ve nasıl davranacaklarını bilmedikleri için, davranışlarını kontrol edemedikleri için bu şekilde algılanmaktadırlar.

Özür Derecesine ve Yaşa Göre Farklılıklar

Ağır derecede zihinsel özürü olanlar, kuralları anlamakta ve uygun davranışlar göstermekte zorluk çekerler. Cinsel dürtülerini kontrol edemezler. Orta derece zihinsel özürlülerde ise cinsel gelişim gecikmekle birlikte, destek ve eğitim ile cinsel dürtüler kontrol edilebilir. Hafif derece zihinsel özürlülerde, cinsel gelişim diğer çocukların gelişimine benzer. Cinsel eğitim ve kontrol olanaklıdır.

Zekâ düzeyi arttıkça cinselliğe ilgi artar. Özellikle ergenlik döneminde bedendeki değişimleri anlayabilecekleri şekilde anlatmak gerekir. Kız ergenlere adet kanamaları ve bu dönemdeki temizlik konusunda bilgi vermek önemlidir. Diğer çocuklar gibi zihinsel özürlü çocuklar da mastürbasyon yaparlar. Kuralları anlamadaki zorlukları nedeni ile göz önünde mastürbasyon yapmaları olanaklıdır. Bunun onlara açıklanması gerekir. Yine, başka uğraşı, arkadaşı ve sosyal çevresi olmaması nedeniyle mastürbasyon başlıca uğraşı haline gelebilir. Bu durumda ailenin, çocuğun zevk alacağı sosyal etkinliklere katılmasını sağlaması sorunu çözecektir.

Otistik Çocuklar

Otistik çocuklarda da cinsel gelişim farklı değildir. Diğer alanlarda görülen gelişim gecikmeleri, cinsel alanda da görülebilmektedir. Kendi dünyalarında ve sosyal etkileşimden uzak oldukları için cinsel bilgi alabilecekleri tek kaynak bu alanda verilecek eğitimdir. Otizmin derecesine göre, eğitim için kullanılacak iletişim yöntemi belirlenebilir.

Otistik çocuklara, gelişim dönemlerine uygun şekilde cinsel bilgiler aktarılmalıdır. Bedenini tanıması menstürasyon (adet kanaması), ereksiyon (sertleşme) gibi kavramların yanı sıra, uyaranlara vermesi gereken yanıtlar önem kazanır. Otistik çocuklarda, diğer çocuklara benzer şekilde mastürbasyon davranışı görülür. İşlevselliği arttıkça, mastürbasyon görülme oranı da artmaktadır. Benzer şekilde başka aktivitelere yönlendirme, mastürbasyon yapabileceği yerler konusunda bilgilendirme ve kısıtlama yardımcı olabilir.

İKİ YAŞINDAN ALTI YAŞINA....

Annem Bir Leylek Olamaz!



NORMAL GELİŞİM NASILDIR?

Anne-baba olmaya karar verdiğimizde çoğumuzun beklediği küçük ve sağlıklı bir yavruyu kucağımıza almaktır. Bu aşamadan sonra onu büyütmek, beslemek, geliştirmek için çabalar başlar. Tüm bu çabaların başarıya ulaşabilmesi için bebeğin normal gelişimini bilmemiz gerekir. Hangi yaşta kaç kilo olması gerekir, boyu ne kadar olmalı, neleri yapabilmeli, kaç kelime söyleyebilmeli gibi bilgiler yapmamız gerekenleri düzenler.

Tüm bu koşturma içinde bir gün henüz çok küçük olduğunu düşündüğünüz çocuğunuz karşınıza geçerek "Ben arkadaşımla sevişebilir miyim?" diye sorduğunda ya da arkadaşları ile konuşurken onlarla cinsellikten bahsettiğini duyduğunuzda, onun sandığınızdan daha fazla büyüdüğünü fark edersiniz. Bu durumda şaşırmamak için, çocuğun cinsel gelişimini, ne

zaman neleri öğrenmesi gerektiğini ve size neler sorabileceğini bilmeniz gerekir. Aynı sorulara üç yaşında, sekiz yaşında ve on beş yaşında vermeniz gereken yanıtlar farklı olacaktır.

CİNSEL KİMLİK GELİŞİMİ



Bebek henüz anne karnındayken, ailenin beklentisiyle bir anlamda cinsiyeti belirlenir. Aile kız ya da erkek çocuk beklentisine göre hazırlık yapar ve isim düşünür. Bebek doğduğu zaman eğer beklenen cinsiyette değilse ve aile çok istiyorsa, fark etmeden bebeği istedikleri cinsiyete uygun yetiştirmeye başlayabilirler. Bebeklikten itibaren kız gibi giydirilen, saçları uzatılan erkek çocuklar ya da erkek gibi giydirilip, oyunları yönlendirilen kız çocukları gibi. Bu davranışlar doğal olarak bebeği bir kargaşaya götürür. O nedenle bebeğin cinsel kimliğinin oluşumunda ilk adım doğarken getirdiği cinsel kimlik ve ailenin bunu kabullenmesidir.

Bebeğin ilk on iki ayında en büyük gereksinimi sevgidir. Onu tutuşunuz, gülümsemeniz, okşamanız mutlu olmasını sağ-

lar. Bu dönemde bebeğin tanıma ve zevk alma organı ağzıdır. Meme emmek ona haz verir. Eline geçirdiği her nesneyi ağzına götürmeye çalışır. On iki aydan sonra yürümeye ve tek tük kelimelerle olsa da konuşmaya başlayan çocuk daha bağımsızdır. On iki ayla otuz altı ay arasında tuvalet eğitimi önem kazanır. Tuvalet eğitimi ve temizlik bu dönemde kazanılan becerilerdir. Yıkanma, tuvalet eğitimi gibi süreçlerde çocuklar kendi bedenlerini görür ve dokunurlar. Bu sırada hem bedenlerini tanır, hem de haz duyarlar. Bu dönemde çocuğun kendi cinsel organına dokunması ve bundan haz duyması yaygındır. Çocuğun kendine dokunması, bedenini tanımak amaçlıdır. Bu dokunmaları aşırı tepki gösterilerek engellenmeyen çocuklar, bir sonraki döneme sağlıklı geçerler. Bu süreçler onlara beden bölümlerini anlatmak için birer fırsatır. Yıkanırken "Gözlerimizi kapatalım, evet işte gözlerimiz." şeklindeki konuşmalar cinsel organlar için de yapılabilir. "Evet, bu senin penisin ya da bu senin vajinan, buradan çişini yapıyorsun." demek açıklayıcı olur. 0-3 yaş arası çocukların bağlanma isteği vardır. Sevgi dolu sarılmalar, gıdıklamalar, öpmeler onlara güven verir. "Seni seviyorum" demeniz rahatlatır. Yaşı gereği istekleri olmadığında size "Seni sevmiyorum" diyebilir. Ona "Olsun, ben seni seviyorum" diye yanıt vermeniz ama yine de doğru olmayan isteğini yapmamanız gerekir. Benzer şekilde, cinsiyete özgü olmayan oyunları onlarla paylaşmanız gelişimi için önemlidir.

Çocuklar iki yaşına gelene kadar kız ve erkek olmanın biyolojik farklılıklarını ayırt edemezler. Ancak kız ya da erkek olmasından kaynaklanan sorumlulukları, haklarını ve zorunluluklarını, ailesi ve diğer çevresi ona doğduğu andan itibaren vermeye başlar. Yetişkinlerin çocuklara, cinsiyetleriyle birlikte aktardıkları değer ve beklentilere sosyal roller adı verilmektedir.

Bu dönemdeki çocuklardan yapabilmelerini beklediğimiz bazı şeyler vardır. Bunlar, tuvalet eğitimi, cinsel organların temizliğini bilme, beden uzuvlarını tanıma, sevgisini gösterme, öpme gibi ilişki becerilerini geliştirmeleridir. Çocuklardan bunları beklerken bizim de yapmamız ve asla yapmamamız gereken davranışlar vardır. Bunlar:

1- Asla çocuklara bedenlerinin bazı kısımlarının kötü ya da utanılacak yerler olduğunu söylemeyin. Örneğin cinsel organına dokunduğu zaman, bunu yapmamasını çünkü pis ve ayıp olduğunu söylemeniz, çocuğun kaygılarını artıracaktır. Bu davranışın gizlenmesi ve utanılması gerektiğine inanacaktır.
2- Yaptıkları ya da söyledikleri şeylerden dolayı onu utandırmayın. Erişkinler küçük çocukların anlamını bilmeden yaptıkları şeyleri ya da söyledikleri sözleri eğlenceli bularak onlara gülebilirler. Televizyonda gördükleri ya da duydukları cinsellikle ilgili bir şeyi taklit etmesi size eğlenceli gelse de onu utandırır.
3- Bunları başka kişilere anlatarak ve gülerek utanmasına neden olmayın.
4- Yaptığı bazı şeylere cinsel anlamlar yükleyip abartmayın. Annesinin göğsüne dokunan ya da arkadaşına sarılan bir çocuğa "Bak çapkına, neler yapıyor?" demek ya da benzer abartılı davranışlar sergilemek çocuğu rahatsız eder.
5- Onun yanında başkalarının dış görünüşleri ile dalga geçmeyin.
6- Cinsiyete bağlı sınırlar koymayın. "Erkek ya da kız çocuklarla oynama." gibi.

Tüm bunların yerine, bu dönemde çocuğunuza sarılın, dokunun, gıdıklayın. Ona tuvalet eğitimi verirken ve temizliği-

ne yardım ederken, bedenine ve işlevlerine ilişkin bilgiler verin. Gülümsemek, merhaba demek, teşekkür etmek gibi olumlu sosyal ilişkiler kurmasını sağlayacak becerileri öğretin ve teşvik edin.



Hermafrodit Çocuklar ve Cinsel Kimlikleri

Bir bebek dünyaya geldiğinde, sağlıklı olduğu haberinden sonra beklenen, cinsiyetinin açıklanmasıdır. Haber veren kişinin, bebeğin kız ya da erkek olduğunu söylemesi, aslında ona verilen ilk cinsel kimliktir. Doğumu yaptıran kişiler, bebeğin cinsel organlarının dış görünüşüne göre bu yargıya varırlar. Bu karardan sonra, isim ve yetiştirilme şekli, saptanan cinsiyete uygun olarak sürdürülür. Oysa bazı çocukların cinsiyetlerine,

doğdukları zaman cinsel organlarına bakılarak karar verilemez. Hem kız hem de erkek cinsel organlarına benzer özellikler taşıyan bu çocukların, iç cinsel organları da farklı olabilmektedir. Mitolojiye dayanarak hermafrodit ya da çift cinsiyetli denen bu çocuklar, diğerlerinden farklı cinsel kimlik sorunları yaşarlar. Bir anlamda, hem kız hem erkek, aslında ne kız ne erkektirler. Daha da önemlisi, bir an önce fark edilerek doğru müdahale yapılmazsa, çift cinsiyetli denilen bu çocuklar tam aksine cinsiyetsiz kalmaktadır.

Doğduğu zaman cinsiyetine karar verilemeyen çocuğun ailesi, doğumu yaptıranlar tarafından doğru yönlendirilmediyse, kendilerince kız ya da erkek kararını verir. Bu kararda, dış cinsel organların bir cinse ait organlara benzetilmeleri kadar, ailenin çocuğun cinsiyetine ilişkin beklentileri fazlasıyla etkili olur. Çocuğun gelecekteki cinsel kimliğinin oluşmasında, ailesinin onu yetiştirirken seçtiği cinsiyetin önemi büyüktür. Ailenin verdiği bu cinsel rol, çevrenin tutumlarıyla pekişir. Bu etkenler, cinsel kimliğin gelişiminde biyolojik ve hormonal etkenlerden daha önemli olmaktadır. Eğer ailenin atfettiği kimlikle, gerçek kimlik birbirinden farklıysa yirmi dört aydan önce müdahale etmek gerekir. Çünkü bu yaştan sonra yapılacak müdahele, cinsel kimlik karmaşasına ve psikolojik sorunlara neden olur. Hermafrodit çocukların, sağlıklı bir cinsel kimlik oluşturabilmesi için, organlarının belirlenmesi ve olanaklı olduğu kadar fonksiyon görür hale gelmesi için ameliyat edilmesi gerekir. Eğer bu zamanında yapılmamışsa ve aile ile çevrenin çocuğa verdiği cinsel kimlikle, ameliyatla oluşturulabilecek kimlik arasında fark varsa, sorun var demektir. Özellikle ergenlik dönemine değin fark edilmemiş olan olgularda sorun büyüktür. Ergenlik dönemine değin belli bir cinsel kimliğe

göre büyümüş olan çocuğun, bundan sonra başka bir cinsel kimliğe, amaca, davranışlara, çevrenin tepkilerine, arkadaşlara bağlanması zordur. Bu durum birçok ruhsal soruna yol açar. Daha önce fiziksel ve laboratuvar bulgulara göre cinsiyet seçimine karar verilse de, ergenlikte benimsediği cinsel kimlik için söz hakkı çocuğundur.

Cinsiyete Özgü Davranışlar ve Özdeşim

Okul öncesi dönemdeki çocuklar, kızlar ve erkeklerin, yalnızca isimleri, kıyafetleri, saçlarının uzun ya da kısa olması, oynadıkları oyunlar açısından farklı olduklarını düşünürler. İlk kez aynı ismi hem bir kız hem de bir erkek çocukta duyduklarında çok şaşırırlar. Bazı kız çocukları pantolon giydikleri zaman erkek olabileceklerini düşünüp, kesinlikle pantolon giymek ve saçlarını kestirmek istemezler. Uzun saçlı bir erkeği ise yadırgarlar. Erkek çocukları bebekleri eline bile almazken, kız çocukları tabanca ve tüfeklerin yalnızca erkekler tarafından kullanılabileceğini düşünürler. Kızlara hanım hanımcık olmaları yönünde verilen mesajlar, kızgınlıklarını gizlemelerinin yollarını aratırken, erkekler çok canları yandığında bile "erkek oldukları için" ağlamamaya çalışırlar.

Anne-babalar çocuklarının cinsiyetlerine özgü davranışlarını gördükleri zaman genellikle istemdışı bir şekilde ödüllendirmeler yaparlar. Örneğin, dans eden, bebekleriyle oynayan, ev işlerine yardım eden kız çocukları, dikkat çektiklerini ve annelerinin güler yüzle bu duruma yaklaştıklarını gördükleri zaman, aynı davranışı tekrarlarlar. Ancak bebeklerle oynayan ya da annesine ev işlerinde yardım eden erkek çocukları çoğu zaman benzer bir yüreklendirmeyle karşılaşmazlar. Aynı

durum babası gibi davranmaya çalışan kız çocukları için de geçerlidir. Fiziksel güç gerektiren bir eşyayı kaldırmaya çalışan kız çocuklarına engel olunurken, erkek çocukları "Ne kadar kuvvetli benim oğlum" gibi cümlelerle desteklenirler. Tüm bunlar aslında kişilerin bilinçli bir şekilde yapmadıkları, dolaylı ödüllendirmelerdir.

Üç yaşına gelene kadar fotoğraflarda gördükleri kişileri kadın ya da erkek olarak ayırt etmeyi başaramayan çocuklar, üç yaştan sonra oyun arkadaşı olarak kendi cinsiyetlerinden olan çocukları seçmeye başlarlar. Bu seçim, cinsiyetine ilişkin kimliğin oluşmaya başladığının ve davranışlarını etkilediğinin en önemli göstergelerinden biridir. Ancak bu tam bir oluşumu ifade etmez. Aşağıdaki örnek, çocukların bu yaştaki cinsiyet algısını açıklamaya yardımcı olacaktır.

Yuvadaki iki erkek çocuktan biri o gün saçında toka olan diğer arkadaşını "Sen kız oldun" diye kızdırıyor. Diğer çocuk da ağlamaklı bir şekilde "Hayır, ben erkeğim!" deyip duruyor. Sonra o kadar sinirleniyor ki pantolonunu indirip "Bak, benim pipim var." diyor. Bunun üzerine arkadaşı şu cevabı veriyor: "Herkesin pipisi var; ama bir tek kızlar toka takar!"

Cinsiyet farkını bu denli somut algılayan çocuk diğer yandan, karşı cinsin bedensel farklılığını anlamaya çalışır. Bu merakı gidermek için doktorculuk ve evcilik gibi oyunlara bu dönemde çok ilgi gösterir. Cinsel organlarına dokunma, başkalarına gösterme, çıplak olmayı sevme, başkalarını çıplak görmek isteme, kadınların göğüslerine dokunma gibi davranışlar sıklıkla gözlenir. Ayrıca evde çıplaklık sık gözlenen bir şeyse, çocuğun bu davranışları gösterme olasılığı artar. Erkek çocuklar, kız çocukların niçin penisi olmadığını anlamaya çalışır. Kız

çocuklarının penisini kaybetmiş olduğunu düşünen erkek çocuklarının aksine, kız çocuklar, büyüdüklerinde penisleri olacağını umut ederler. Bazı erkek çocuklar büyüdüklerinde kendilerinin de göğüslerinin büyüyeceğini düşünürler. Penisini kaybedeceğinden korkan erkek çocuk, bir yandan babaya benzemeye çalışmakta, bir yandan anneye hayran olduğu için babası tarafından cezalandırılacağından korkmaktadır. Cinsel gelişim ön plana çıktığı ve penisi onun için en önemli organ haline geldiği için, erkek çocuk en büyük cezanın penisini yitirmek olduğunu düşünür. Bu korkuları yaşayan çocuğun 3-6 yaş arasında sünnet edilmesi, penisini kesmekle ilişkili şakalar yapılması korkusunu artırır. Eğer babayla iyi ilişki kurulamamışsa, baba aşırı sert ve uzaksa bu korkular daha da artar ve çocuk özdeşimini sağlıklı yapamaz. Ama babayla ilişkiler sağlıklı olursa, bu korkuyu yener ve "baba gibi" olmaya çalışarak sağlıklı bir şekilde özdeşimini ve cinsel kimliğini tamamlar. Benzer şekilde kız çocuk da anneyle sağlıklı bir ilişki kurarsa gelişimi sağlıklı olur, penis beklentisi sona erer. Bu dönemde erkek çocukların sık sık penislerini ellemeleri, kaybetme korkusu nedeniyle onu kontrol etmelerinden kaynaklanır.

Küçük kız babasına "Büyüyünce seninle evleneceğim baba." dedi. Babası, "Nasıl olacak o?" diye kaşlarını çatarak sordu. Küçük kız hemen anlattı. "Ben gelinlik giyeceğim. Yüzümü duvak örtecek. Sonra sen onu açıp, bana seni seviyorum diyeceksin. Evlenmiş olacağız."

Dört yaşındaki Murat annesine geldi ve "Seninle evlenelim anne." dedi. Annesi gülerek, "Peki babanı ne yapacağız?" diye sordu. Murat büyük bir ciddiyetle annesine, "Biz düğüne giderken, onu komşuya bırakırız. Dönünce de alırız." dedi.



Çocuklar iki yaşına gelene kadar, kız ya da erkek olmaları fark etmeden bütün ihtiyaçları anneleri tarafından karşılanır. Bu yüzden de anne en güçlü bağın kurulduğu kişidir. Üç yaşına geldikleri zaman bu kadar güçlü yanında olma isteğine yönelik bağ, yerini "tıpkı onun gibi olmak isteğine" bırakır. Çocuklar kadın ve erkek olmayı, anne-babalarıyla özdeşim kurarak öğrenirler. Kız çocuklar annelerini taklit etmeye, onların yaptıklarını yapmaya, makyaj malzemelerini kullanmaya, elbise ve ayakkabılarını giymeye çalışır. Erkek çocuklar ise

babanın konuşmasını, yürümesini, traş olmasını taklit etmeye çalışır. Bu dönemdeki kız çocuklarının, annelerinin topuklu ayakkabılarını giyip makyaj yapmaya çalışmaları ya da erkek çocuklarının babaları gibi traş olmaya çalışmalarına benzer şekilde, anne veya babanın yerini almanın bir göstergesi de karşı cins ebeveynle evlenme isteğidir. Çocukların bu şekilde davranmalarının altında yatan esas sebep, aynı cins ebeveyni kendilerine model olarak seçmiş olmalarıdır. Altında kadın ya da erkek olmaya çalışmanın olduğunu bilmeyerek, "Büyüğünce seninle evlenelim" cümlesi nedeniyle çocuk aşırı utandırılırsa cinsel gelişimine ilişkin ciddi sorunlar çıkar. Benzer şekilde bu duygunun aşırı desteklenmesi de sorunlar yaratır. Bu durumda en uygun yanıt, "Biliyorum, beni çok seviyorsun, ben de seni çok seviyorum, ama çocuklarla anne ve babalar evlenmezler." olmalıdır. Bu soruya "Terbiyesiz, bir daha duymayayım." ya da "Elbette canım, evleniriz." şeklinde yanıt vermek çocuğu kargaşaya sürükler.

Bu aşamadan sonra, kız ve erkek çocukları için model alma yoluyla ayrışma dönemi farklı şekilde gerçekleşir. Erkek çocuk annesinin birçok yönden kendisinden farklı olduğunu, baba ile ise benzerlikleri bulunduğunu fark edecek bilişsel olgunluğa erişmiştir. Kız çocuklar için ise, anneye yönelik güçlü bağ, annenin kendisine benzer olmasıyla birlikte onun gibi olma isteğiyle devam eder. Erkek çocuklar için, anneyle kurulan bu kadar güçlü bir bağdan sonra, sağlıklı bir ayrışmanın ve babaya yönelik bir yakınlaşma sürecinin gerçekleşebilmesi çok önemlidir. Ancak bunu gerçekleştirmeye çalışırken çocuk, önemli ölçüde suçluluk duygusuna kapılabilir. Ailenin, erkek çocuğunu, babası gibi olma yönünde yüreklendirmesi, suçluluk duygusunu hafifletecektir. Babaların çocuklarla kurduğu ilişki çok

önemlidir. Babaların olmadığı evlerde büyüyen erkek çocuklarının, ilerde karşı cinsle ilişki kurmakta zorluk çektikleri görülmektedir. Kız çocuklarda babalarıyla kurdukları olumlu ilişki sayesinde daha kadınsı olabilmektedir.

Yine aynı dönemde, biyolojik olgunlaşmayla birlikte haz alma duygusu, 3-4 yaşlarına kadar çocukları en çok rahatlatan bölge olan ağızdan, cinsel bölgeye geçmeye başlamıştır. Haz alınan bölgenin yer değiştirmesi çocukların cinsel organlarına yönelik farkındalığını artıracaktır. İlk kez bu yaşlardan sonra, erkekler ve kızların bu yönden farklılık gösterdiklerini anlamaya başlarlar. Buna karşın, aynı dönemde cinsiyetin kalıcı ve sürekli olduğunun farkında değillerdir. Kızken erkek, erkekken kız olunabileceğini düşünürler.

Ayşe evin üç kız çocuğunun en küçüğü iken bir erkek kardeşi olmuştu. Dört yaşında olan Ayşe, "Ben erkeğim." diyerek dolaşmaya, oyuncaklarını önüne tutarak "Pipim var." demeye başlayınca aile kızmıştı. Bunun üzerine Ayşe'ye kız olduğunu, kızların erkek olamayacağını söylemişlerdi. Kızdıkları için oyundan vazgeçen Ayşe bu sefer, "Ben büyüdüğümde erkek olacağım." demeye başlayınca aile telaşlanmış ve doktora gelmişti. Evdeki konuşmalar ve davranışlar nedeni ile yeni doğan kardeşe erkek olduğu için daha çok ilgi gösterildiğini ve onun daha çok sevildiğini düşünen Ayşe, yaşı gereği kızların erkek olabileceğine inanıyor ve erkek olmak istiyordu.

Çocukların kendi cinslerinden olan yetişkinlere benzeyebilmeleri için, yaşanan çevrede ya da çocukta bazı etmenlerin varlığı oldukça önemlidir. Örneğin, evde çocuğun kendi cinsinden ebeveyn yaşamıyorsa bile, çocuğun gözlem yapıp öğrenmeyi gerçekleştirebileceği farklı kaynaklar gerekmektedir. Ağabey ya da abla, yakın bir komşu ya da akraba, kitap, gazete ve

televizyondan gördüğü kişiler çocuk için model olabilir. Model almanın gerçekleşebilmesi için, bu kişilerin ortamda varlığı kadar, çocuğun bu kişilerin davranışlarına dikkat ediyor olması da önemlidir. Dikkat ettiği şeylerin ne anlama geldiği eğer çocuk tarafından anlaşılmazsa, benimsenmez ve unutulur. Çocuğun 3-4 yaşlarından itibaren çevresinde olan biten her türlü davranışa isim verebilecek düzeye gelmesi, gördüğü davranışı aklında tutabilmesi, daha sonra deneyebilmesini kolaylaştıracaktır. Çocuk davranışı, ancak fiziksel olarak gerçekleştirme ihtimalinin olabileceğini öngörüyorsa dener. Tüm bunlar kadar önemli olan bir başka etmen, çocuğun davranışı gerçekleştirmek için bir hevesinin olmasıdır. Gördüğü davranışı, uyguladığı zaman bir ödül alacağını, bu davranışın çevre tarafından olumlu karşılanacağını ya da ona keyif verebileceğini düşünüyorsa, davranışı denemeye heveslenecektir. Bu dönemde çocukların özdeşim yapabilecekleri bir model yoksa ya da model uygun değilse, yani anne veya baba çocukla ilişki kurmuyor, uzak duruyorsa çocuk karşı cinsle özdeşim kurabilir.

Ahmet beş yaşındaydı. Hekime getirilme nedeni evcilik oynamak istemesi, bebek alınması için tutturması ve kız arkadaşları yeğlemesiydi. Yapılan değerlendirmede babasının iki yıldır işi nedeniyle uzakta yaşadığı, işinde yaşamsal tehlike olması nedeniyle çok az görüştükleri, annenin babayı yitirme korkusuyla Ahmet'e çok fazla bağlanıp üstüne çok düştüğü, hiç yanından ayırmadığı görüldü. Baba yanlarına yeni dönmüştü, geçirdiği dönem nedeniyle kendi ruhsal sorunları vardı ve Ahmet'ten uzak duruyordu. Babanın tedavi edilmesi, Ahmet ve baba arasındaki ilişkinin yeniden yapılandırılması, annenin Ahmet'e olan bağlılık ve ilgisinin azaltılması sonrasında Ahmet, bir erkek çocuk gibi davranmaya, oyunlarını ve arkadaşlarını çeşitlendirmeye başladı.

Kemal evde beline örtü bağlayıp, "Ben dansözüm," diyerek dolaşmaya başladığında aile aşırı telaşlanmıştı. Henüz dört yaşına yeni girmişti ve aşırı derecede annesine bağımlıydı. Bu nedenle kreşe başlatamamışlardı ve evde annesiyle kalmaya devam ediyordu. Babası çok yoğun çalışan ve sert biriydi. Genellikle Kemal uyuduktan sonra geliyor, erkenden de gidiyordu. Bazen aynı evin içinde 5-6 gün hiç görüşmedikleri oluyordu. Görüştükleri zaman da Kemal babasından korkuyor ve onunla olmamak için annesine kaçıyordu.

Aşırı telaşlı olan ve Kemal dışında bir işi olmayan anne de ona çok düşkündü. Yemek yemez diye okula gitmesini istemiyor, dışarıda başına bir şey gelir diye bahçeye yalnız bırakmıyordu. Görüşmeden sonra ailenin davranışlarındaki değişmeyle her şey normale döndü.

OKUL ÖNCESİ DÖNEMDE ÇOCUKLARLA CİNSELLİK KONUSUNDA KONUŞMAK

Bebekleri leyleklerin getirdiğini söylemekten çok uzun yıllar önce vazgeçtik. Bu cevapla çocukların dilinden kurtulabilmek eskisi kadar kolay değil. Ama sekiz yaşına gelene kadar onlara detaylı açıklamalar yapmak doğru olmaz. Çünkü sekiz yaş öncesinde çocukların beyinleri biz büyüklerinki gibi çalışmaz ve ona verilen bilgileri soyutlayamazlar. Yani bilgiyi somutlama, elle tutulur, gözle görülür hale getirebilmeye ihtiyaç duyarlar. Cinsellikle ilgili vereceğiniz, gelişimlerinin üstünde her ayrıntılı bilgi onlarda korku ve kaygı yaratabilir.

Çocuklara okul öncesi dönemde verilecek olan cinsellik eğitimi; kendi fizyolojisini tanıtmak, bedensel sınırları anlatmak, karşı cinsteki arkadaşından ne açıdan farklı olduğunu

aktarabilmek, iyi ve kötü dokunuşu ayırt edebilmesini öğretmektir.

Sekiz yaş öncesinde size dünyaya nasıl geldiğini soran çocuğunuza, anne ve babaların birbirlerini sevdiklerinde bir bebekleri olabileceğini söyleyebilirsiniz. Bu durumda o size, "Tamam, ama nasıl?" diye ısrarlı sorular sormaya devam edebilir. Bu soruyu yaşına uygun yanıtlamak gerekir. "Tüm canlılar, bitkiler, hayvanlar ve insanlar tıpkı kendilerine benzeyen diğer canlılar üretirler. Kızların ve erkeklerin cinsel organlarının birbirinden farklı olmasının sebebi büyüdüklerinde anne-baba olabilmeleri içindir. Ancak bu herkesin anne ve baba olacağı anlamına gelmez. Kadınların vücudunda yumurtalar, erkeklerin vücudunda ise tohum hücreleri (spermler) olur. Tohum hücreleri ile yumurta ile bir araya geldiğinde, bebek oluşmaya başlar. Bütün kız ve erkekler dünyaya bu yolla gelirler."

Çocuğun yaşına göre karnınızı göstererek, "Bebek annenin rahmindeki yumurtada büyür ve vajina denen özel bir boşluktan dışarı çıkar." diyebilirsiniz. Bu yaş çocuklarına, sorsalar bile sevişmeyi anlatmanın gereği yoktur, çünkü bu kavramı anlamayacaklardır. Israrlı soruları karşısında verilebilecek en iyi tepki, bunun güzel bir deneyim olduğu, ancak sekiz yaşından sonra bunu daha iyi anlatabileceğinizi ve anlayacağını söylemek olmalıdır.

Çocukların cinselliğe ilişkin bilgileri kazanımları, nasıl dünyaya geldikleri sorusunu sormalarından çok daha önce, bedenlerini tanıyarak başlar. Genellikle çocuklar bir yaşını doldurana kadar cinsel organlarıyla ilgilenmezler, o zamana kadar cinsel organları, eli ayağından farksız, vücudun diğer parçaları gibi görünür. Bir yaşında iken çocuk, bezi olmadığında cinsel organı ile ya da kakası ile oynayabilir. Bu çok doğal bir meraktır. Küçük çocuklar çıplakken, altları değiştirilirken ya da ban-

yodayken genellikle kendilerine dokunurlar. Bu yaşta çocuklarda utanma duygusu olmaz. Yaptıklarının kabul edilir olup olmadığı konusundaki algıları ebeveynlerinin tepkileri ile şekillenecektir. Kendi vücutlarına olan ilgileri nedeniyle ayıplanmamalı ve utandırılmamalıdırlar. Cinsel organlarına dokunan çocuk kendini iyi hisseder ve sakinleşir. Çocukların hissettiği bu duygular yetişkinlerinkinden farklıdır.

Çocuklar iki yaşına geldikten sonra kendi başlarına soyunmayı ve giyinmeyi öğrenmeye başlarlar. Bu da çıplak olmaktan zevk alınan başka bir dönemi beraberinde getirir. Diğer kişilerin giysilerinin altındaki görüntüsünü de merak ederler. Bu davranışlar normaldir. Çocuk sürekli olarak çıplak gezmediği ve çıplak bir şekilde diğer çocuklarla cinsel oyunlar oynamadığı sürece bu durum için endişelenmeye gerek yoktur. Çocuklarla "özel"in ne olduğunu konuşmak önemlidir. Çocuğa diğer insanların önünde nelerin yapılmaması gerektiğini açıklamak iyi olacaktır. Bu açıklama, çocukların, cinselliğin özel bir şey olduğunu anlayabilecekleri bir zamanda yapılmalıdır. Ebeveynlerin, çocukla, kendine dokunma davranışını, nerede ve ne zaman yapıp yapmayacağına ilişkin konuşması önemlidir. Bununla birlikte yetişkinlerin çok fazla kuralcı bir yaklaşım içerisinde olması, çocuğun vücudundan utanmasına neden olabilir.

Okul öncesi dönemde, çocuklar cinsel organlarını isimlendirmeye de başlarlar. Erkeklerin, penisi, erbezleri ve testisi varken; kızların yumurtalık, vajina ve klitorisi vardır. Bunların isimleri ve genel olarak cinsel organ olarak isimlendirildiği çocuğa söylenmelidir. Dış görünüşleri farklı olmakla birlikte, aynı organ yapısı erkeklerde dışa, kızlarda ise içe doğrudur. Bu yüzden kızlar ve erkekler tuvaleti farklı şekilde kullanırlar.

Çocuklara bu bölümlerin ve işlevlerinin isimlerinin doğru bir şekilde öğretilmesi gerekir. Örneğin, 'vajina' ve 'penis' kelimelerini bilmelidirler. Bunların çiş yapmak için kullanıldığını bilmelidirler. Çocuklara bu bölümler için argo kelimeler kullanmak daha rahat gelebilir. Oysa doğru kelimeleri bilmeleri önemlidir. Argo kelimeler genelde karışıktır ve kişiden kişiye farklı anlamlar taşıyabilir ve çocuğun doğru kelimeyi bilmemesi utandırıcı olabilir. Eğer doğru şekilde söylersek, çocuklar bunun sıradışı ve kaçınılması gereken bir durum olmadığını öğrenebilirler.

Okul Öncesi Dönemde Çocuklarla Cinsellik Konusunda Konuşmalara Örnek

Konuşma için çocuğun sorduğu herhangi bir soru ya da davranış başlangıç olarak kullanılabilir. Kardeşinin doğumunu ya da cinsiyetini merak etmesi, bir arkadaşı ile birlikte cinsel organlarına bakmaya çalışması, 'ben nasıl dünyaya geldim' gibi sorular sorması konuşmaya başlamak için iyi fırsatlardır. Bu konuşmayı yaparken resim kullanmanız işinizi kolaylaştırır. Bu konuşmada sayfa 183, 184 ve 185'deki resimleri kullanabilirsiniz.

"Anlıyorum ki bazı şeyleri merak ediyorsun. İnsanların bazılarına kız, bazılarına ise erkek diyoruz. Kız ve erkekleri çeşitli şekillerde ayırt edebiliriz. Kız ve erkek isimleri genellikle farklıdır. Ama bazen aynı olabilir. Aynı şekilde farklı kıyafetler giyerler ama onlar da bazen aynı olabilir. Kızların saçları uzun, erkeklerin kısadır. Ama bazen kızların kısa, erkeklerin saçı uzun olabilir. Değişik oyunlar oynarlar. Ama birlikte oynadıkları oyunlar da vardır. Kızlarla erkeklerin bedenleri farklı olur. Bedenlerinde kolları, elleri, yüzleri, bacakları, ayakları (göste-

rerek) vardır. Bunlar da birbirine benzer. Ama farklı olarak, erkeklerde penis, kızlarda ise vajina bulunur. Penis dışarı doğrudur ve erkekler çişlerini ordan yaparlar. Vajina ise içeri doğrudur. Önü vulva ile kapalıdır. O nedenle penis gibi görünmez. Kızlar bu nedenle çişlerini otururak yaparlar.

Böyle bir konuşma beden tanıtımı ile kız ve erkek farkı için yeterlidir. Bundan sonrasını çocuk sorarsa anlatın.

Bebek olması istendiği zaman annelerde olan yumurtalar, babalarda olan tohumlarla (sperm) birleşir. Bu yumurtalar çok küçüktür. Annenin içinde ve adına rahim (uterus) dediğimiz yerde büyümeye başlarlar. Bu uzun sürer. Bebek orada büyürken güvendedir. Sonra zamanı geldiğinde ve büyümesi bittiğinde doktorların yardımı ile bebek vajinadan dışarı çıkar.

CİNSEL OYUNLAR

Okul öncesi dönemde çocuğun kendini en iyi ifade etme şekli oyundur. Cinsellik konusundaki merakı, bu sebeple oyunlarına yansıyacaktır. Cinsel içerikli oyunlar, erişkinlerin düşündükleri ile aynı anlama gelmez. Çocuklar için doktorculuk, hemşirecilik gibi oyunlar hem kendilerinin hem de karşı cinsin bedenine yönelik keşif için önemli bir araçtır. Çocukların cinsellikle ilgili merak ettikleri ve öğrenmek istedikleri çok şey vardır ve cinsel oyunlarla çok fazla ilgilenirler, ama bütün zamanlarını da bunları oynayarak geçirmezler.

Çocukların yaşları ve gelişim düzeyleri aynı ise ebeveynlerin bu oyunlar için endişelenmelerine gerek yoktur. Ancak çocuklara gözetlendikleri hissini yaşatmadan, oyun oynarlarken çevrelerinde olmak ve güvenli bir şekilde oynadıklarından emin olmak önemlidir. Bu oyunlarla ilgili yapılan eleştiriler utanma ve gizlenmeyi beraberinde getirir. Bu tür oyunları kendilerinden büyük çocuklarla oynamaları da doğru değildir.

Çocuğunuzun cinsel bir oyun içerisinde olduğunu görürseniz anlık tepkiler vermekten kaçının. Bunun, çocuğunuzun gelişimsel döneminin sağlıklı bir parçası olduğunu hatırlayın. O sırada ona vereceğiniz tepkinin korkutucu ve eleştirel olması, onda uzun dönemli sorunlara yol açabilir. Zaten bunu yapmanız bu tür oyunları oynamasını engellemeyecektir. Yalnızca gizliliği ve utanmayı artıracaktır. Bu durumda öncelikle çocuğunuzun dikkatini farklı bir yöne çekmek yardımcı olur. Oyun çocuğun cinsel merakının bir parçası olduğu için, uygun bir zamanda, cinselliği anlatan, kendi yaş grubuna özgü resimli kitaplardan faydalanarak bu merakı gidermeniz daha doğru bir yaklaşımdır. Onun arkadaşının vücuduna karşı duyduğu merakı anladığınızı, ancak artık büyük bir kız ya da oğlan olmaya başladığı için insanların vücutlarının başka insanlarla beraberken kapatılması gerektiğini anlatın.

Çocuğunuz iki yaşına geldikten sonra, sizin kendi bedeninizin özel olduğunu çocuğa gösterme biçiminiz, onun doğru öğrenmesi için önemlidir. Çocuğunuzu yıkamak için banyoya girdiğinizde mutlaka üzeriniz giyinik olmalıdır. Eğer siz çocuğunuza, bedeninizin size özel olduğunu ve bunu başkalarına göstermenin doğru bir davranış olmadığını gösterebilirseniz, çocuğunuzu tacizlere açık hale gelmekten koruyabilirsiniz. Bunu sağlamanın yolu bazı şeyleri abartmadan çocuğa öğretmektir. Siz kendi davranışlarınıza dikkat eder ve bebeklikten itibaren çocuğun kendi odasında yatmasını sağlarsanız sorun çıkmayacaktır. Bedeni tanımaya çalıştığı için siz soyunurken odaya girip sizi izlemek isteyen ya da giysinizi kaldırarak bakmak isteyen çocuğa "Ayıp, terbiyesiz, ne yapıyorsun?" diye çıkışmak onu utandıracak ve kendisini suçlu hissetmesine sebep olacaktır. Benzer şekilde bunları yapmasına izin vermek, onun nerede çıplak olunabileceğini ve bedenini nasıl sakınacağını öğrenmesini engeller.

MASTÜRBASYON (ÖZDOYUM)

İnsanların bedeninde tıpkı avuçiçleri ve dudaklar gibi, derilerinin daha ince olduğu bölgeler daha hassastır. Bu noktalara dokunulduğu zaman kişi bundan haz duyabilir. Kişinin cinsel organı da bu bölgelerden biridir. İnsanlar her yaşta haz almayı rahatlamanın bir parçası olarak görürler. Cinsel organa dokunmanın ismi de mastürbasyondur. Çocukların herhangi bir şekilde genital bölgelerini uyarmaları ve bu sırada terleme, kızarma, nefes nefese kalma gibi bulguların olmasına çocukluk mastürbasyonu denir. Bu durum aileleri çok endişelendiren konulardan biridir. Birçok aile endişenin yanı sıra geleceğe ilişkin korkuya da kapılırlar. Aslında mastürbasyon, bebeklik döneminden itibaren çocukların gevşemek için keşfettikleri parmak emme, tırnak yeme gibi davranışlardan çok farklı değildir. Bebekler genellikle altları temizlenirken, genital organlarının

uyarılmasından haz aldıklarını fark edebilmektedirler. Bazen çocuğun kendisini yoksun hissetmesine yol açan, az ilgi, memeden kesme, bakıcı değişimi, kardeş doğumu, aile içi sorunlar gibi durumlar mastürbasyona yönelmesine neden olabilir. Kimi zaman cinsel tacize uğrayan çocuklarda sonradan ortaya çıkabilmektedir. Ayrıca çocuğun genital bölgesinde kaşıntı ve tahrişe neden olabilecek enfeksiyon gibi etkenlerin de gözden geçirilmesi gerekir.

Kız ve erkek çocuklar arasında belirgin fark olmamasına karşın, aileler mastürbasyon davranışını kız çocuklarında gördüklerinde daha fazla telaşlanmaktadırlar. Bazen elini kullanan çocuklar bazen de bir yere sürtünürler ya da başka nesneler kullanabilirler. Ailelerin sık uyarması ve utandırıcı, kızgın sözleri çocuğu o an için durdursa da tekrarlamasını ve ailenin görmediği yerlerde yapmasını önleyememektedir. Bazı çocuklarda sadece uykuya dalma sırasında görülürken, bazılarında boş ve yalnız kaldıkları her yer ve zamanda görülebilir.

Enfeksiyon dışında, nadiren de olsa epilepsi (sara) belirtisi olabilir. Gerekirse beyin elektrosu (EEG) çektirmek gerekir. Enfeksiyon olmasa da sürtünme nedeniyle, tahriş olma, kızarıklık ve kaşıntı sonradan oluşabilir. Tedavi için öncelikle bu durumun, çocuklukta olabilen ve aşırı endişelenilmemesi gereken bir durum olduğunu, ailenin anlaması ve kabul etmesi gerekir. Bu davranışın ne zamanlar daha sık olduğu gözlendiğinde, önceden çocuğa daha iyi seçenekler sunmak yararlıdır. Eğer o sırada fark edilirse, kızıp, "yapma" demek yerine dikkatini başka yöne ve şeylere çekmek doğru davranıştır. Uykuya dalma öncesi masal anlatmak, ellerini, saçını okşayarak rahatlatmak yararlı olur. Bazı durumlarda çocuğu rahatlatıcı ilaçlar kullanılmaktadır.

CİNSEL İSTİSMAR

Çocuğunuz, başka kişilere dokunduğu zaman o kişiyle arasındaki ilişkinin özel olduğunu hisseder. Sizinle kucaklaşması, arkadaşıyla el ele tutuşması, öğretmeninin elini sıkması bu yakınlığın ifadesidir. Ancak eğer birinin ona dokunmasını istemiyorsa, bunu açıkça söylemeli ve dokunulmaktan hoşlanmayan birine saygı duymayı öğrenmelidir. Herkes dokunulmaya, başkası tarafından kucaklanmaya ihtiyaç duyar. Bu, sevginin en güzel ifade ediliş biçimlerinden biridir. Çocuğunuza birinin ona sarılmasını istediğinde, bunu söyleyebilmeyi de öğretmelisiniz. Ancak iyi dokunuşla kötü dokunuşu ayırt etmeyi ve eğer kötü bir dokunuş karşısında, karşısındakini durdurmakta güçlük yaşıyorsa mutlaka bir büyüğüne söylemesi gerektiğini bilmelidir. 0-6 yaş dönemi cinsel taciz diğer çocuk yaşlarına oranla az görülmektedir. Ama bu durum, onların güvende olduğunu göstermez. O nedenle çocuğu korkutmadan, hoşlanmadığı dokunmalar konusunda bilgi vermek gerekir.

TELEVİZYON VE İNTERNET

Okul öncesi dönem çocukları, televizyon programları ya da internette gördükleri cinselliğe ilişkin görüntülerden etkilenirler. Bu yaşta çocukların hayal güçleri geniştir ve hayalle gerçeği ayırt etmede zorluk çekerler. Bu nedenle gördükleri şeyleri taklit ederler. Onlara benzemeye çalışırlar. Duydukları kötü sözleri hemen bilgi dağarcıklarına eklerler. Orada gördüklerine göre kadın ve erkek farkını, kadın-erkek rollerini öğrenirler. Cinsiyet farklılıklarını öğrenmiş olmakla birlikte, gördükleri, dinledikleri şeyler yüzünden, cinsiyetlerinin değişebileceği inancını geliştirebilirler. Tüm bu sakıncaları nedeniyle, bu dönem çocuklarının tek başlarına televizyon izlemelerine ya da internete girmelerine izin vermemek doğru olur. İzlediklerini ve oynadıklarını onlarla paylaşmak, onlara doğru açıklamaları yaparak, ekranda olabilecek yanılgılardan korumak cinsel eğitimin bir parçasıdır.

OKUL ÖNCESİ DÖNEM ÖZET



Okul öncesi dönem çocuğundan beklentiler: Bu dönemdeki çocuklardan yapabilmelerini beklediğimiz bazı şeyler vardır. Bunlar, kendi bedeni ve işlevleriyle ilgilenmeleri, sınırlara gerek duymaları, ebeveynleri ile evlenmek istediklerini söylemeleri ve cinsel konularda utanmamalarıdır.

Okul öncesi dönemde yapılmaması gerekenler: Çocuklardan bunları beklerken, bizim de asla göstermememiz gereken davranışlar vardır. Bunlar:

1. Uygunsuz olan ve sizin de fark ettiğiniz davranışlarını, meraklarını aşırı eleştirmek. (Cinsel organına dokunan çocuğa bağırmak, soyunan birini izlerken gördüğünüzde utandırmak yanlış sonuçlara yol açar.)
2. Oyun ve oyuncaklarını sadece cinsiyetine özgü olanlarla sınırlamak ve diğer oyuncaklarla ilgilendiğinde aşırı tepki vermek.

3. Başka insanların yaşam biçimleri ve değerlerini çocuğun önünde yargılamak.
4. Sınırsız, kontrolsüz televizyon ve intenet kullanımına izin vermek.

Okul öncesi dönemde yapılması gerekenler: Tüm bunların yerine, bu dönemde çocuğunuzun bebeklik fotoğrafları ya da ultrason görüntülerine bakmak, hamilelik ve doğumu konuşmak, ona özdeşim modeli olmak, arkadaşlığı teşvik edici özellikleri vurgulamak gerekir. Ayrıca farklı aile yapılarını ve geleneklerini ona anlatarak hepsinin değerli olduğunu anlamasına olanak sağlayabilirsiniz.

SIK SORULAN SORULAR VE YANITLARI OKUL ÖNCESİ DÖNEM (0-6 YAŞ)



Banyo, çıplaklık gibi kurallara ilişkin sorular

1- Üç yaşında bir kız, beş yaşında bir erkek çocuğum var. Onlara birlikte banyo yaptırıyorum Bu doğru mudur?
2- Anne-babalar küçük çocuklarının yanında giyinip soyunabilir mi? Evde çıplak dolaşabilir mi? Bu sorun yaratır mı?

Üç yaşına değin çocukların sizleri ya da kardeşlerini çıplak görmeleri sorun yaratmaz. Üç yaşından sonra çocuk sosyal durumlarda yapılabilecekler ve yapılamayacaklar konusunda bilgi sahibi olmalıdır. Arkadaşlarının yanında, sokakta çıplak olunmayacağı için bu ayrımı yapmayı öğrenmesi gerekir. Bu yaştan sonra gizliliği, kişiye özel durumları, sınırları konuşmanız gerekmektedir. Bu nedenle kapı çalmadan odaya, banyoya girmemeyi, evde

çıplak gezmemeyi anlatmış olmalısınız. Onları ayrı yıkayın. Kız çocukların anne, erkek çocukların baba ile yıkanması farklılıkları konuşmak için fırsat olabilir. Ancak iki yaşından büyük çocuklarınızı yıkarken çıplak olmamaya özen göstermeniz önemlidir.

Mastürbasyona ilişkin sorular

1- Üç buçuk yaşındaki kızım mastürbasyon yapıyor. Ne yapmalıyım?
2- On bir aylık çocuğum yüz üstü yatıp öne arkaya sürtünerek uyuyor. Bu durum beni endişelendiriyor? Normal midir?
3- İki buçuk yaşında bir kızım var. Fırsat bulduğu her durumda cinsel organını koltuğa sürtüyor ve bunu yaparken terliyor. Bu normal mi?
4- Beş yaşındaki oğlum devamlı pipisi ile oynuyor. Bu geçici mi?
5- Dört yaşında bir oğlum var. Çok uzun süreler boyunca yüzüstü yatıyor ve cinsel organı acıyana kadar öyle kalıyor. Kaldırmak istiyoruz; dikkatini çekmek için oyunlar oynuyoruz fakat işe yaramıyor. Ne yapabilirim?
6- Altı yaşında bir kızım var. İki buçuk yaşından beri yere yatıp sürtünerek kendini uyarıyor. Bunu odasında yapabileceğini, başkalarının yanında ayıp olduğunu söylemiştim. Bu zamana kadar da başkalarının yanında yapmamıştı. Ancak geçen hafta bir akraba ziyaretinde dışarıda oynarken yaptığını gördüm ve tepki gösterdim. Başkalarının yanında yapmanın ayıp olduğunu söylediğimde ağlayarak çok utandığını bir daha asla yapmayacağını söyledi. Yanlış yapmaktan korkuyorum, nasıl bir yol izlemeliyim?

Cinsel organa dokunmanın ismi mastürbasyondur. Çocukların herhangi bir şekilde genital bölgelerini uyarmaları ve bu sırada terleme, kızarma, nefes nefese kalma gibi bulguların olmasına çocukluk mastürbasyonu denir. Mastürbasyon, bebeklik döneminden itibaren çocukların gevşemek için keşfettikleri parmak emme, tırnak yeme gibi davranışlardan çok farklı değildir. Bebekler genellikle altları temizlenirken, genital organlarının uyarılmasından haz aldıklarını fark edebilmektedirler. Bazen çocuğun kendisini yoksun hissetmesine yol açan, az ilgi, memeden kesme, bakıcı değişimi, kardeş doğumu, aile içi sorunlar gibi durumlar mastürbasyona yönelmesine neden olabilir. Bazen elini kullanan çocuklar bazen de bir yere sürtünürler ya da başka nesneler kullanabilirler. Ailelerin sık uyarması ve utandırıcı, kızgın sözleri çocuğu o an için durdursa da tekrarı ve ailenin görmediği yerlerde yapmayı önleyememektedir. Bazı çocuklarda sadece uykuya dalma sırasında görülürken, bazılarında boş ve yalnız kaldıkları her yer ve zamanda görülebilir. Endişe edilecek bir durum değildir.

Bu davranışın ne zamanlar daha çok olduğu gözlendiğinde, önceden çocuğa daha iyi seçenekler sunmak yararlıdır. Eğer o sırada fark edilirse, kızıp, "yapma" demek yerine dikkatini başka yöne ve şeylere çekmek doğru davranıştır. Uykuya dalma öncesi masal anlatmak, ellerini, saçını okşayarak rahatlatmak yararlı olur. Üç yaşından sonra, diğer özel şeyleri öğretirken sosyal ortamlarda yapmaması gerektiğini de öğretmek gerekir. Bunu bağırmadan ve suçlamadan yapmak uygundur.

Cinsel bölgelere dokunma isteğine ilişkin sorular

1- Beş yaşında olan kızım son zamanlarda benimle cinsel bölgelerle ilgili oyunlar oynamak istiyor. Göğüslerini

öpmemi istiyor. Ona sadece böyle oyunlar oynanmayacağını ve birisi onunla oynamak isterse bana söylemesi gerektiğini söyledim. Acaba bu konuda onunla detaylı konuşmam gerekir mi?

2- Dört yaşında olan oğlum bana sürekli kadınların neden pipileri olmadığına, pipileri olmadan nasıl çiş yapabildiklerine dair şeklinde sorular soruyor. Bu tip sorulara cevap vermekte zorlanıyorum, ne önerirsiniz?

3- Dört yaşındaki oğlumu dudaklarından öpmemde bir sakınca var mıdır?

Bu yaştaki çocuklara bedenlerini, kız-erkek farkını anlatan bilgilerin verilmiş olması gerekir. Çocuk sarılmanın iyi bir şey olduğunu öğrenmelidir. Sizinle, arkadaşlarıyla hangi dokunmaların uygun olduğunu öğrenmelidir. Sırf istiyor diye beş yaşına gelmiş çocuğun göğüslerinize dokunmasına izin vermek, onu bu konuda tersleyip utandırmak kadar yanlıştır. Ona sizi sevdiğini bildiğinizi, ama annelerle onun yaşındaki çocukların sevgilerini farklı gösterdiklerini söylemek açıklayıcı olur. Yine dudaktan öpüşmek gibi, kimi zaman sizin de hoşunuza giden tutumların çocuğun yanlış bilgilenmesine neden olacağını hatırlamak gerekir. Benzer açıklama ile yanaktan öpmek sorunu çözecektir. Dokunmanın öneminin yanı sıra ona mutlaka, birinin dokunuşları rahatsız ediyorsa bunun doğru olmadığını öğretmelisiniz. Aynı zamanda bu kişiyi nasıl durduracağını öğretmek gerekir. Böyle bir şey olduğunda size ya da orada bulunan erişkinlere anlatması gerektiğini bilmelidir.

Cinsel kimliğe ilişkin sorular

1- Beş yasında bir oğlum var. "Ben de kız olsaydım, ben de etek giyebilir miyim?" gibi sözler söylüyor. Bazen benim

makyaj malzemelerimi sürmeye, ablanın ayakkabılarını giymeye çalışıyor. Ne yapmamız gerekir?

2- Dört yaşındaki oğlumun kadınsı davranışları var. Bu nedenle rahatsız oluyorum ama evde büyük ablaları var onlardan etkileniyor olabilir mi? Bir önlem alınması gerekir mi?

3- Üç buçuk yaşındaki oğlum kız eşyalarına meraklı. Televizyonda kızların olduğu çizgi filmleri daha çok seviyor, kız çantası taşımak istiyor ya da gözüne, dudağına makyaj malzemesi sürüyor. Bu konuda ne yapabiliriz?

4- Üç buçuk yaşındaki oğlum zaman zaman kendisine oje sürmemi istiyor. Ona ojeyi erkeklerin sürmediğini anlatıyorum ve konuyu geçiştirerek halletmeye çalışıyorum. Ne yapabilirim?

5- Altı yaşında bir kız annesiyim. Kızım oyunlarda benimle evlenmek istiyor, ayrıca Barbie bebeklerini birbirleriyle evlendiriyor. Bunu ben ona uygun bir dille anlattım fakat devam ediyor. Bunu da üç yaşından beri yapıyor. Bir uzmana gitmem gerekir mi?

3-4 yaş arasında çocuklar özdeşim yapmaya başlarlar. Özdeşim yaparken, kendi cinsleri ile özdeşim yapabilecekleri bir özdeşim modeli gerekir. Ayrıca taklit ettiği davranışların onanması, desteklenmesi, onun kendi cinsine uygun seçimlerini etkiler. Aile içinde kendi cinsinden özdeşim modeli yoksa ya da karşı cinsten olan kişilere önem verildiğini fark ederse onlar gibi davranmaya, onların davranışlarını, kıyafetlerini taklit etmeye çalışırlar. Ailelerin doğru bilgileri ve yönlendirmeleri yapmada geç kalması bu durumu artırır. Aynı zamanda çocuğun davranışlarından ve konuşmalarından dolayı aşırı endişelenmeleri ve çocukla ilgilenmeleri bu tür davranışları durdurmak yerine pekiştirecektir.

Cinsel bilgi eksikliğine bağlı sorular

1- Oğlum üç yaşında ve televizyonda oryantal izlediği zaman pipisi kalkıyor. Bir keresinde arkadaşıma gittiğimde arkadaşımın kızına pipisini gösterdiğini gördüm. Ne yapmamız gerekiyor?
2- Altı yaşında kızım var. "Baba hadi gel sevişelim." "baba hadi gel dudak dudağa öpüşelim." gibi şeyler söylemeye başladı. Ayrıca tuvaletin kapısını açıp içeri giriyor, bakmaya çalışıyor. Ne yapmalıyım?
3- Altı yaşında oğlumla TV seyrederken öpüşme veya çıplaklık sahnelerinde hemen kanalı değiştiriyorum. "Niye değiştiyorsun?" diye soruyor. "Bunlar ayıp şeyler, günah, pis şeyler." diyorum. Nasıl bir tavır takınmam gerekir?
4- Dört yaşında bir kızım var. On dört yaşındaki abisiyle oynarken abisinin pantolonunu gösterip "Bu ne?" diye sormuş. Abisi de, "O ellenmez." demiŞ .şimdi merak ediyor, ellemek istiyor, ne yapabiliriz?

Tüm bu sorular ailelerin çocukların cinsel gelişimi konusundaki bilgisizliklerini, yanlış inançlarını ve korkularını göstermektedir. Bu nedenle de yanlış yanıtlar vermekte ve çocuklara yanlış davranmaktadırlar. Soruların birçoğu çocukların normal gelişimlerinde görülebilecek davranışlara yöneliktir. Kendi durumları nedeni ile çocuklara da yaşlarına uygun bilgi verilmemiştir.

Yukarıda örneklenen durumlarda yapılması gereken, annebabaların, çocukların yaş grubu ile ilgili gelişimsel bilgiyi edinmeleri ve bu konuda çocuklarına da net açıklamalar yapmalarıdır. Çocukların yukarıdaki durumlardaki davranışları, merak ve öğrenme isteğinden kaynaklanmaktadır. Ayıp, günah, pis

gibi ifadelerle çocuklarının utandırılmaları ve korkutulmaları beraberinde önemli sorunları getirebilir. Bu ifadelerle çocukların merak duygusu giderilmeyeceği için başka kişilerden öğrenmeye çalışacaklardır. Onlardan öğrendikleri, yanlış ya da tehlikeli durumlarla karşılaşmalarına sebep olabilecektir.

Gelişim dönemine uygun olmayan cinsel bilgi ya da tacizle karşılaşma

1- Altı yaşındaki kızım bilgisayarda cinsellik içeren bir şey seyretmiş. Gece ağlayarak, korkarak geldi. Çıplak adamla kadını seyrettiğini, pişman olduğunu söyledi. "Pişmanım, mutsuzum." diye ağladı. Teselli edemedik. Bir zararı olmuş mudur?

2- Altı yaşındaki yeğenim geçen gün internette yanlışlıkla cinsel birleşme içerikli yani porno yayına tanık olmuş. Çocuğun kafası karışmış. Ne yapacağımızı bilemedik. Sorular soruyor. Dört yaşındaki kızımla oynuyor. Ona bir şey anlatır mı ya da gördüklerini yapmaya çalışır mı?

Çocukların yaş dönemine uygun olmayan cinsel içerikli bilgiler, her zaman çocukların kafasını karıştırır. Çünkü çocuk hazır olmadığı bir bilgiye maruz kalmıştır. Bu yüzden de öncelikli olarak yapılması gereken paniğe kapılmayarak onun endişesini arttırmadan, çocuğun akıl karışıklığını gidermeye çalışmaktır. "Çok korkmuşsun ve aklın karışmış" diyerek söze başlayıp, gelişimsel olarak açıklayabileceğiniz ölçüde cinsel gelişime ilişkin bilgi vermek, çocuğun sorularının ötesine geçmemek önemlidir. Eğer siz bu durumu endişe ile karşılayarak telaşlanırsanız, çocuğunuzun da pişmanlık, korku ve panik hissi güçlenecektir. Sakin bir şekilde, gerekli açıklamaları yapmanız izlenecek en doğru yoldur.

Cinsel oyunlara ilişkin sorular

1- Altı yaşındaki kızımı aynı yaştaki erkek arkadaşıyla odalarında oynarken, yatakta birbirlerine sarılmış vaziyette gördüm. Kızım eteğini beline kadar çekmişti. Ne yaptıklarını sordum, "Evlilik oyunu oynuyoruz, mahsuscuktan karı kocaymışız." dediler. İlgilerini başka yöne çekip, başka bir oyuna yönlendirdim. Arkadaşı gittikten sonra kızımı yanıma alıp, bunun doğru olmadığını anlatmaya çalıştım. Fakat "Neden doğru değil, oyun oynuyoruz, ne olur ki?" gibi soruları karşısında yetersiz kaldığımı ve onu tatmin edici cevaplar veremediğimi fark ettim. Ne yapmam gerekir?

2- Dört yaşında ikizlerim var. Birbirlerinin pipi ve popolarını açıp bakıyorlar. Ne yapmamızı tavsiye edersiniz?

3- Beş yaşındaki kızım aynı yaşta olan kız arkadaşı ile oynarken odaya girdiğimde ikisinin de iç çamaşırı olmadığını gördüm. Aşk oyunu oynadıklarını söylediler. Arkadaşı ağlayarak gitti. Aynı cinsten oldukları için daha da korktum. Ne yapmalıyım?

Çocukların bu dönemdeki cinsel içerikli oyunlarının ardında yatan merak, öğrenme isteği ve bundan haz almanın farkına varmalarıdır. Ancak cinsel içerikli oyunları fark ettiğiniz zaman ilk yapılması gereken, çocukları azarlamadan, korkutmadan bazı şeyleri merak ettiklerini anladığınızı onlara hissettirmektir. Bu oyunlardan hareketle merakları ve cinsel gelişimleri üzerine konuşmak uygun olacaktır.

Bunlar kadar önemli olan bir başka durum da, çocuklara kişisellik ve özel bölgelerin gizliliği ile ilgili gerekli bilgilerin verilmesidir. Bedeninin hangi ortamlarda gösterilip (doktorda, banyo sırasında vb.) hangi ortamlarda gösterilemeyeceğini (toplum içerisinde, oyun sırasında vb.) öğretmek bu yaş grubu için gereklidir.

YEDİ YAŞINDAN ON BİR YAŞINA...
Arkadaşlarım Diyor Ki!



OKUL DÖNEMİ

7-11 arası yaşlar çocuklar için okul dönemi, başlamasıyla birlikte birçok değişimi de beraberinde getirir. Önceki yaşlarda kendini ve aileyi tanımaya yönelik merak duygusu, çocuğun ailesinden uzak kalmaya başlamasıyla birlikte geniş bir çevreye yayılır. İlkokulun erken dönemlerinde, çocuğun kendi vücuduyla doğal uğraşı, yerini sosyal uğraşlara bırakır. Zamanını arkadaş edinmeye, fiziksel ve sosyal yetilerini geliştirmeye harcamaya başlar. 7-11 yaş arasındaki okul dönemi, cinsel gelişim açısından, 7-9 yaş ve ergenlik öncesi dönem diye adlandırılabilecek 9-11 yaş olarak iki evreye ayrılabilir.

Okul döneminde kızlar da erkekler de kendi yaş gruplarıyla daha çok vakit geçirmeyi, hemcinsleriyle oyunlar oynamayı tercih ederler. Altı yaşlarındayken çocuklara en yakın arkadaşlarının kim olduğu sorulduğunda % 68'i hemcinsi birini söyler-

ken, on bir yaşına gelindiğinde bu oran % 90'a çıkar. Çoğu kültürde 7-11 yaşları arasındaki çocukların, cinsiyet ayrımcılığı yaparak arkadaş seçmeleri yaygın bir durumdur. Bu, okul, aile çevresi ve yaşanan yere göre çok büyük farklılık göstermez.

Okul döneminde karma gruplarda oynanan oyunlar çoğu zaman birbirlerini kızdırmaya, dalga geçmeye dayanır. Sınıf öğretmenleri için kız ve erkek çocukları bir arada, aynı sırada oturtabilmek güçtür. Bir şekilde, yakınlaştıkları zaman karşı cinsin özelliklerinin kendilerine bulaşabileceğini düşünürler.

Sınıfında hiç arkadaşı olmadığı için getirilen sekiz yaşındaki erkek çocukla konuşulduğunda, aslında birçok kız arkadaşı olduğu ama erkek çocukların onunla arkadaşlık etmedikleri gözlendi. Ders aralarında sınıfın erkek çocukları futbol oynuyordu. O ise futbol oynamayı beceremediği için oyuna alınmıyordu. Yalnız kaldığında kızlar onu kendi oyunlarına çağırıyorlardı. Bu nedenle erkek çocukları ondan iyice uzak durmaya başlamıştı. Onu aralarına almak istemiyor ve "kız" olduğunu söylüyorlardı.

Unutulmamalıdır ki, 7-11 yaş grubu, insanın birçok şeyi bilmediği için fazlaca meraklı olduğu dönemlerden biridir. Bu dönem çocukları, medyadan ve çevreden gördüğü şeyleri deneyerek merakını gidermek ister. Karşı cins gruplarının içinde yer almayı bir bakıma casusluk gibi algılarlar. Karma grupların oluşturulması durumunda yakalama ve öpme oyunları oynayıp dalga geçmek yaygındır. Bu meraklarını göstermenin bir yolu diğerleri ile oynadıkları oyunlardır. Bazı çocuklar, diğer çocuklara iç çamaşırlarını ve cinsel organlarını göstermek isteyebilirler. Cinsellik oyunları öpüşmeyi içerebilir ve evlilikle ilgili oyunlar oynanır. Bazıları diğerlerinin vücudunu görmek ister. Ayrıca cinsel terimleri birbirlerine saldırı amaçlı kullanmaya

başlayabilirler. Bu yaşlarda cinsel terimler çok fazla kullanılır. Genellikle diğer çocuklara neleri bildiklerini göstermek için kullanırlar. Bu yaştaki çocuklar gizliliğin ne olduğunu ve topluluk içinde hangi davranışların uygun olduğunu anlarlar. Öğrenebilmeleri için gizliliğin geç kalınmadan doğru bir biçimde anlatılması anne-babalara düşen bir görevdir.

Anne-babalar tıpkı bir öğretmen gibi yaklaşarak, temel konuları, ilk kez bilgi verme amaçlı aktarmalıdır. Yedi yaş, çocukların bilişsel olarak buna en hazır oldukları dönemdir. Gelişim dönemleri dolayısıyla ne kadar tuhaf olursa olsun arkadaşlarından duyduklarına hemen inanma eğilimindedirler. Bu nedenle gelip size sorular sormaya başlarlar. Temel bilgilerin verilmesi için geç kalınması, çocuğunuzun bu konuda arkadaşları tarafından çok daha erken bilgilendirilmesine, dolayısıyla edinebilecekleri yanlış bilgilerle cinselliği "iğrenç", "pis" ve "yaşanmaması gereken" bir durum olarak algılamalarına sebep olabilir. Edinilmiş bir bilgiyi değiştirmenin, yeni bir bilgi edinmekten çok daha zor ve yorucu bir süreç olduğu unutulmamalıdır. Cinselliğin pis olması düşüncesi, zevkli olması düşüncesine eşlik etmeye başlayabilir.

Sekiz yaşında ikinci sınıfa giden Selin ağlayarak eve geldi. Annesi ısrarla ne olduğunu sordu. Çünkü Selin aynı zamanda korkmuş görünüyordu. Annesinin ısrarları üzerine, kızmayacağı sözünü aldıktan sonra açıkladı. Sınıfındaki bir çocuk onu öpmüştü. Arkadaşları Selin'e bir erkek onu öptüğü için bebeği olacağını söylemişti. Ailesi tarafından bebeklerin oluşması ve diğer cinsel konularda bilgi verilmediği için onlara inanmıştı. Aşırı kaygısının ve ağlamasının nedeni buydu.

Bir aradayken tavırlarının farklılaşması gibi kız ve erkeklerin gruplaşma biçimleri ve grup içindeki etkinlikleri de farklı-

dır. Kızlar daha çok 2-3 kişilik gruplarla sohbet etmeyi tercih ederken, erkekler kalabalık gruplarla oyunlar oynamaya yönelik davranışlar içerisinde olurlar.

Elbette ki sayılan özellikleri bütünüyle göstermeyen, her iki cinsiyetten de çok yakın arkadaşları olan ya da yalnız olmayı tercih eden çocuklar olabilir. Bunun nedeni, 7-11 arası yaşların ara bir dönem olması, çocukların yaşları aynı olsa bile gelişimsel düzeylerinin farklı olabilmesinden ileri gelmektedir. Bazıları daha erken ergenlik dönemine girerek, bir sonraki döneme özgü özellikleri göstermeye başlarken, bazıları gelişimsel olarak yaş döneminin gerisinde kaldıkları için yaşıtlarından farklılık göstermektedirler.

Bir önceki gelişimsel dönemde kazanılmış bilgiler bu dönemde etkilerini farklı şekillerde gösterirler. Bu dönemde genellikle çocuklar vücutlarına "bakmanın" ve mastürbasyon yapmanın özel/gizli bir şey olduğunu bilirler. Meraklarından ötürü cinsel içerikli oyunlar oynamaya ve başkalarının vücutlarına bakmaya devam ederler. Hamilelik ve doğum ile ilgilenmeyi sürdürürler.

OKUL DÖNEMİ ÖZET



Okul dönemi çocuğundan beklentiler: 7-9 yaş arası çocukların yapabilmesini beklediğimiz bazı şeyler vardır. Bunlar, cinsler arası fiziksel ve davranışsal farkları ayırdedebilme, gizlilik isteği, cinsel davranışları oyun gibi dile getirme ve cinselliğe ilişkin gözlemlerini ailesi ve arkadaşları ile paylaşabilmeleridir.

Okul döneminde yapılmaması gerekenler: Çocuklardan bunları beklerken, bizim de yapmamız gereken davranışlar vardır:

1. Cinsellikle ilgili konularda konuşmaktan kaçınmayın.
2. Çocuğun sözel ya da davranışsal olarak sizinle kurmaya çalıştığı iletişimi duymazdan, görmezden gelmeyin. Siz bunu yaparsanız iletişimi başka yerde arayacak ve yanıtları orada bulmaya çalışacaktır.

3. Sınırsız ve kontrolsüz televizyon ve internet kullanımına izin vermeyin.
4. Onaylamadığınız kişilerle etkileşimini kontrolsüz bırakmayın.

Okul döneminde yapılması gerekenler

Bu dönemde çocuğunuzla arkadaşlık ilişkilerini ve nasıl geliştireceğini konuşmak, kaygılarını sizinle paylaşacağı ortamlar sağlamak, onunla konuşmaya zaman ayırmak, okulu ve arkadaşlarını konuşurken onun dünyasını anlamaya çalışmak yararlı olacaktır.

ERGENLİK ÖNCESİ DÖNEM

9-11 yaşlar okul dönemi olmakla beraber, ergenlik öncesi dönemdir. Ergenlik belirtilerinin başlaması nedeniyle bazı bilgilerin verilmesi gerekir. Bu dönemde kız ve erkek çocuklar arasında gelişimsel fark açılmaya başlar. Kız çocuklar bedensel ve ruhsal olarak erkek çocuklardan daha önce gelişirler. Erkekler henüz kendi cinsleri ile oyun oynarken, kız çocuklar karşı cinse ilgi duymaya başlar. Cinsiyetlerinin artık davranışlardan bağımsız ve değişmez olduğunu fark etmişlerdir. Bu dönemde büyüdüklerini düşünerek onlara cinsiyeti vurgulayıcı konuşmalar yapmak ve davranışlarda bulunmak doğru değildir. "Artık büyüdün, kızlar erkeklerle oynamaz" gibi uyarılar ya da kız arkadaşıyla konuşurken gördüğünüz oğlunuza "Sevgilin mi?" şeklinde sorular ilişkilerini zedeleyicidir. Ayrıca çocuğun

henüz değişimleri anlamadan cinsiyeti ve olacaklar konusunda aklını karıştırır. Aksine bu dönemde çocukla sağlıklı ve olumlu ilişkiler kurması konusunda konuşarak kişiliğinin oluşumuna katkıda bulunmak gerekir. Ergenlik öncesi dönemde çocuklar okul döneminde olduğunun aksine kız ve erkeklerden oluşan arkadaş gruplarına yönelirler. Bu dönem, çocukları ergenlik döneminde karşılaşacağı sosyal ilişkilerle ilgili bilgilendirme dönemi olmalıdır. Çocuk, aşk ve hoşlanmak gibi konularda çeşitli fikirler oluşturmaya ve duygularına isim vermeye başlamıştır. Onunla bunları paylaşıp desteklemeli ve anlamasına yardımcı olmalısınız.

Ergenlik öncesi dönemde, çocuğu olabilecek bedensel değişimler konusunda bilgilendirmek gerekir. Deneyimlerine, sorularına yanıt vererek, bu değişime uyum sağlamaları kolaylaştırılabilir. Bu bedensel değişimlerin hormonlarla ilgili olduğu ve kişilere göre farklı zamanlarda olabileceği aktarılmalıdır. Çünkü kendi bedenlerindeki ve arkadaşlarının bedenlerindeki değişimleri fark eden çocuklar, kıyaslamalar yaparak endişelenebilirler.

Bu bilgilerin kız çocuklarına anne ya da aynı cinsten biri, erkek çocuklara baba ya da aynı cinsten biri tarafından verilmesi uygun olur.

CİNSEL GELİŞİM

Kızlarda ve erkeklerde cinsel gelişim farklılıklar gösterir. Bedensel değişimler kızlarda 10-12, erkeklerde ise 12-14 yaşları arasında ortaya çıkar. Kızlarda yağ dokusu ve kalça belirginleşmesini, meme büyümesi izler. Erişkin benzeri meme oluşumu ortalama dört yıl sürer. Meme oluşumu on bir yaş civarında olmakla birlikte, en erken sekiz yaşta, en geç on üç yaşta olabilir. Yaklaşık aynı zamanlarda pubik (kasık bölgesi) tüylenme olur. Pubik tüylenmenin tamamlanması ortalama iki buçuk yıldır. Onu koltuk altı tüylenmesi izler. İç ve dış üreme organlarının gelişmesi hızlanır. Yaklaşık bir yıl sonra ise menstürasyon (adet kanaması) başlar.

Erkeklerde ise cinsel olgunlaşmanın ilk belirtisi testislerdeki büyümedir. Testis büyümesi on iki yaş civarında olmakla

birlikte, en erken on yaşta, en geç on üç yaşta olabilir. Bunu pubik (kasık) bölgede tüylenme izler. Bu tüylenmeye koltuk altı ve memeler eşlik eder. Bıyık ve sakal oluşumu başlar. Yaklaşık bir yıl sonra penisin büyümesi hızlanır ve gece boşalmaları başlar. Bu süreçte erkeklerde ses değişimi olur. Başlangıçta çatallı bir hal alan ses, 14-15 yaş civarında adem elmasının gelişimi ile kalınlaşmaya başlar. Erkeklerde de meme gelişimi olabilir.

Bu gelişimler kızlarda ortalama on bir, erkeklerde on iki yaşlarda olmakla birlikte, meme ve testis büyümesi ile pubik tüylenmesi daha erken olarak kızlarda sekiz, erkeklerde dokuz yaşlarında başlayabilir. Bu nedenle kız çocuklara dokuz, erkek çocuklara on yaşlarında bu değişimler ve ne oldukları hakkında bilgi verilmelidir.

Tüm cinsel organların oluşturduğu sistemlere, üreme sistemleri denir. Erkek ve kadın üreme sistemleri birbirini tamamlayıcıdır. Kadın cinsel organları bedenin içine, erkek cinsel organları ise dışına doğru gelişir.

KIZ ÇOCUKLARDA CİNSEL GELİŞİM

Kadın Üreme Organları

Kız çocuklarına ait üreme sistemini oluşturan cinsel organlar iç ve dış üreme organları olarak ikiye ayrılırlar. Dış üreme organları: Büyük dudaklar (labia majör) ve küçük dudaklardır (labia minör). Büyük dudaklar dışardan görünen bölgedir. İçinde ter bezleri, yağ bezleri, kan damarları ve sinirler vardır. Üstü gelişimden sonra kılla kaplanır. Küçük dudaklar ise onların altında bulunur. Onların birleştiği yerde bulunan çıkıntının adı ise klitoristir. İç ve dış üreme organları arasında bulunan zarın adı ise himen'dir. Toplumda, kızlık zarı olarak adlandırılır.

İç üreme organları vajina, yumurtalıklar (overler), tüpler ve rahimdir (uterus). Rahim (uterus) bebeğin geliştiği bölümdür. İçi kan damarlarından zengin bir doku ile kaplıdır. Bu damar-

lar bebeğin beslenmesini sağlar. Her ay bebeğin yerleşebilmesi için kalınlaşarak hazırlanır. Bebeğin oluşmadığı zamanlarda, yeniden hazırlanabilmek için içerdeki doku dışarı atılır. Buna menstürasyon (adet kanaması) denir. Yumurtalıklar ise rahimin iki kenarında bulunur. İçinde binlerce yumurta vardır. Rahim ve yumurtalıkları birleştiren ve yumurtaların rahime geçmesini sağlayan kısım ise kanallardır (tüpler). Vajina ise rahimle vücudun dışı arasında kalan kanal şeklindeki kısımdır. Bebeğin dışarı çıktığı, adet kanamasının olduğu ve cinsel birleşmenin gerçekleştiği bölge burasıdır.

Menstürasyon (Adet Kanaması)

İlk adet kanamasına menarj adı verilir. Kanamanın nedeni, salınan yumurta hücrelerinin rahimden atılmasıdır. Bu, ortalama yirmi sekiz (21-35) günde bir olur ve 3-7 gün sürer. İlk bir yıl düzensizlikler olabilir. Eğer on altı yaşa değin başlamamışsa yardım almak gerekir.

Menstürasyon (adet) başlangıcı, kızlar için önemli bir dönemdir. Bazı kız çocukları, büyümenin bir göstergesi olarak gördüklerinden heyecanla bekleyebilirler. Ancak yeterli bilginin verilmediği ergende kaygı ve korku yaratır. Kanamanın kirlenme veya hastalık gibi anlatılarak yanlış bilgilendirme yapılması ise ergenlerde ciddi ruhsal ve cinsel sorunlara yol açar. Kanamaya eşlik edebilen ağrı, bulantı gibi belirtiler ise sıkıntı yaratabilir. Kanama için kullanılan malzemenin giysiden fark edilebileceği endişesi, kanın giysiye bulaşacağı korkusu süreci sıkıntılı hale getirecektir.

Ailesi Fatma ile bu konuda hiç konuşmamıştı. Annesi son zamanlarda konuşma arasında yakında kadın olacağından ve kirle-

neceğinden bahsedip duruyordu. Bunun ne olduğunu sorduğunda annesi, "Bir çeşit hastalık işte, zamanı gelince öğrenirsin," demişti. Kanamaları başladığında çok korktu. Annesi bilmişti, artık o hastaydı ve ölecekti. Kirlenmiş olduğu için utancından annesine söylemedi. Uykuları bozulmuş, iştahı azalmış, korku içindeydi. Çamaşırlarındaki kanı fark eden annesi, ona ped kullanması gerektiğini, bunun hastalık olduğunu ama öldürmediğini ve her ay olacağını söylemiş, biraz rahatlatmıştı. Tüm bunlar on iki yaşında olmuştu. Şimdi yirmi dört yaşındaydı. Kadın olmaktan nefret ediyor, adet zamanları kirli olduğu düşüncesi ile saatlerce yıkanıyor, yanına kimseyi yaklaştırmıyordu. Adet kanamasının doğal ve aslında olması gereken bir durum olduğunu, olmamasının hastalık olacağını öğrendiğinde yirmi yaşındaydı. Ama bu bilgi kirli olduğu fikrinin onu rahatsız etmesine engel olamamıştı.

Bazen kanamalar sırasında bel ve kasıklarda ağrı olabilir. Ağrı, kanama öncesi ya da kanama sırasında olabilir. Kimi zaman bu ağrıya mide rahatsızlığı (bulantı) eklenebilir. Aşırı olduğunda doktora başvurmak gerekir. Adet kanamaları öncesi bazı kadınlarda gerginlik, kırılganlık olabilir. Özellikle ilk adet kanamasından sonra adet düzensizlikleri görülebilir. İlk oluşu takiben bir süre adet olmaması ya da daha sık olması normal sayılır. Ama bu düzensizlikler devam ederse, kanamalar az ya da çok, sık ya da uzun aralıklarla olursa doktora gitmek gerekir.

Kızlık Zarı (Himen) ve Bekâret

Kızlık zarı ve bekâret çok önemsenen, aileler ve toplum tarafından sıklıkla gündeme getirilen bir sorundur. Kızlık zarı (Himen) vajinanın girişinde, 1.5 santimetre kadar içerdedir. Bu

nedenle kolay zarar görmesi olanaklı değildir. Çok sık sorulduğu gibi bisiklete binme, cinsel organın dışardan kaşınması gibi durumların, zarın zarar görmesine yol açması zordur. Genellikle üzerinde adet kanının aradan geçmesini sağlayacak boyutta ufak bir delik bulunan, esnek bir zardır. Zarın esnekliği kadından kadına farklılık gösterir. Adet kanının akmasını sağlayan delik bazen olmayabilir ki bu durum ilk adet sırasında kanın dışarı akamaması nedeniyle sorunlara yol açabilir. Bazen de bu delik o kadar büyük olabilir ki ilişki veya muayene sırasında saptanması zorlaşır. Benzer şekilde esnek ve damarları az olan zarlarda, ilk ilişki sırasında kanama olmayabilir. Bu kanamanın olmamasının, toplumsal olarak yarattığı sorunlar düşünüldüğünde, hele hele bunun genç kızların ölümüne bile yol açtığı bilindiğinde tüm bunları bilmenin önemi anlaşılır.

Normalde, ilk ilişki sırasında kanama bir-iki dakika sürer. Sadece, zarın aşırı damarlı olması ve fazla haşin davranılan bir ilişkide kanama, diğer cinsel organların da zarar görmesi nedeniyle aşırı olur ve dikiş atılması gerekebilir. Bu durum çok nadir görülür. Eğer ilk ilişkide ön sevişme ile kayganlaşma sağlanır ya da dışardan kremler kullanılırsa erkek de uygun davranırsa ağrısız, az kanamalı bir ilişki gerçekleşir. Bazen zar delinmeden de, kan çıkışı için var olan delikten gidebilecek spermlerle gebelik olabilir.

Aile büyüklerinden ve akranlardan elde edilen cinsel bilgiler çoğunlukla yanlıştır. Hatta bazen korkutucu bile olabilir. Yapılan şakalar bile ilk deneyim için korku ve endişe kaynağı olabilir. Bunun sonucu cinsel ilişkiye girememe, kızlık zarına ilişkin yanlış bilgiler ve bilinçsiz davranışların yanı sıra başka sorunlara da yol açar. Bu nedenle doğru ve yaşa uygun cinsel eğitim çok önemlidir.

Meme Gelişimi

Kız çocuklar, memelerinin büyümeye başlayacağı ve bu büyümenin hormonal değişimler nedeniyle normal olduğu konusunda uyarılmalıdır. Belli büyüklüğe gelince sütyen giyeceği ve memelerinden utanmaması gerektiği anlatılmalıdır. Erken ve fark edilir bir meme gelişimi kızlarda utanç yaratabilmektedir. Memeleri saklama amacı ile duruş bozuklukları ortaya çıkabilir. Bazen iki memenin gelişimi eş gitmez ve biri diğerinden küçük olur. Genellikle gelişim tamamlandığı zaman eş hale gelirler. Memelerin beklenenden büyük ya da küçük olması ergeni rahatsız edebilir. Erkek çocuklarda da meme büyümesi olabilir. Bu durum hem ergeni hem de aileyi kaygılandırabilir. Erkek çocuklarda belli oranlarda meme büyümesi normaldir.

ERKEK ÇOCUKLARDA CİNSEL GELİŞİM

Erkek Üreme Organları

Erkeklere ait üreme sistemini oluşturan cinsel organlar iç ve dış üreme organları olarak ikiye ayrılırlar. Dış üreme organları penis ve skrotumlar'dır (torbalar). Penis idrarın ve spermlerin (tohum hücrelerinin) dışarı boşalmasını sağlayan organdır. Normalde aşağı doğru durur. Uyarılma ile kan damarlarından kan çekerek şişer, büyür ve sertleşir. Skrotumlar (torbalar) ise penisin alt kısmında, iki yanda bulunan deri parçalarıdır. Skrotumların içinde iç üreme sistemine dahil olan testisler (erbezi) bulunur. Testisler erkeklik hormonu (testosteron) ve sperm (tohum hücresi) üretirler. İç organlardan bir diğeri spermlerin penise ulaşmalarını sağlayan kanallardır. Prostat da bir erkek iç üreme organıdır. Bez yapısında olup, spermlerin hareketini artıran sıvıyı salgılar.

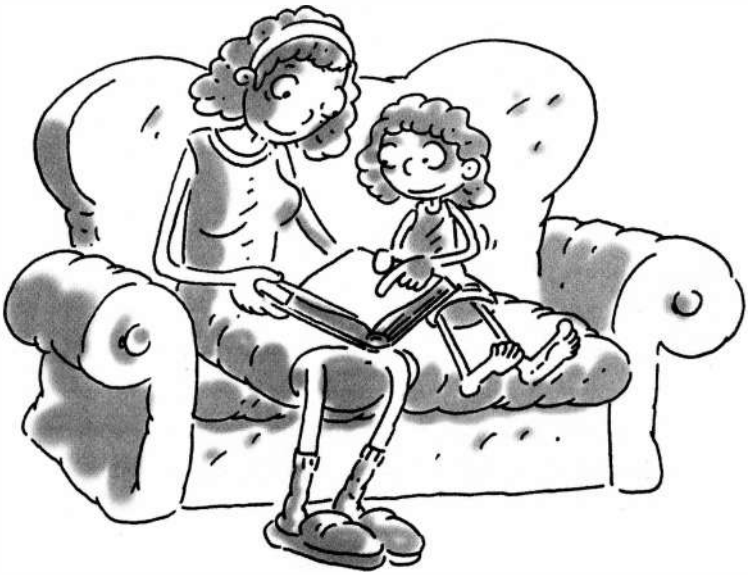
Penis Sertleşmesi ve Boşalma (Ereksiyon ve Ejekülasyon)

Sperm üretiminin başlaması ile birlikte, spermlerin ve içlerinde bulundukları meni denilen sıvının penis yoluyla atılması başlar. Buna boşalma denir. Gece rüya gören çocuklarda boşalma olabilir. Bu konu hakkında bilgisi olmayan çocuk idrar kaçırdığını düşünebilir. Gece boşalmasında cinsel içerikli rüyalar görülmesi şart değildir. Kontrol edemediği boşalma çocuğu utandırabilir. Ergenlikle birlikte boşalmanın başlaması bir yandan gurur kaynağı olurken, diğer yandan kontrol edememe nedeniyle endişe yaratır. İlk kez olduğunda suçluluk ve korku hissedilebilir. Islak gece rüyaları ve boşalma konusunda bilgilendirilmemiş ergen, bunu bir çeşit sapıklık olarak algılayabilir. Benzer bilgi eksikliği ya da yanlış bilgi nedeniyle mastürbasyon (özdoyum) ergen için kâbus haline gelebilir.

ERGENLİK ÖNCESİ DÖNEMDE ÇOCUKLARLA CİNSELLİK KONUSUNDA KONUŞMALARA ÖRNEKLER

Tüm bunların konuşulması sizi kaygılandırabilir. Çocuğunuzla yapmanız gereken bu "büyük konuşmayı" nasıl yapacağınız, nasıl başlayacağınız konusunda kaygılanmanız doğaldır. Kaygılandığımız zaman olaylarla dalga geçmek, şakalar yapmak sık kullanılan bir yoldur. Espri yapmak iyi bir yol olabilir ama aşırıya kaçmak sıkıntı yaratır. Çocuğun cinsellik konusunda daha fazla utanmasına yol açar. Ama kaygılarınıza karşın çocukla konuşmak gerekir. Çünkü yaşadığı değişiklikler ve çevresinden duymaya başladıkları nedeni ile çocuğunuz sizden daha kaygılıdır. Kendine neler olduğunu, normal olup

olmadığını, ne yapması gerektiğini düşünerek kaygılanmaktadır. Örnek olarak verilecek bu konuşma, sizin kendi yapınıza ve çocuğunuzun durumuna göre düzenlemeniz gereken bir konuşmadır. Bu konuşmanın kız çocuklarla anne, erkek çocuklarla baba tarafından yapılması gerekir. Tek ebeveyn olduğu durumlarda, aile yakınlarından, çocuğun güvendiği ve iyi ilişki kurduğu kendi cinsinden biri tarafından yapılması uygun olur. Konuşmayı yaparken elinizde anlatacaklarınızı gösterebileceğiniz resimli bir kitabın bulunması bilgilerin kolay aktarımını ve anlaşılmasını sağlar.



Kız Çocuklarla Konuşmak

Kız çocuklarla bu konuşma yaklaşık dokuz yaş civarı yapılmalıdır. Ama bazı kız çocuklar daha erken gelişebilir. Bu nedenle çocuğunuzda gözlediğiniz değişimlere göre konuşma zamanını seçmeniz gerekir. Sayfa 186 ve 189'daki resimleri anlatımda kullanabilirsiniz.

"Sanırım fark etmişsindir, senin yaşındaki kız arkadaşlarının bedenleri farklılaşmaya başladı. Kimi aniden çok uzadı. Senin ve bazı arkadaşlarının memeleri hafif belirginleşti. Çünkü kız çocuklarının büyümeye başladığının göstergelerinden biri memelerinin büyümesidir. Utanmanı ya da gizlemeni gerektiren bir durum yok. Belli büyüklüğe geldiği zaman daha rahat etmen için sütyen kullanman gerekecek. O zaman birlikte nasıl sütyen seçmen gerektiğini öğreniriz. Memelerin büyüklüğü herkeste farklı olur. Arkadaşlarının memeleri senden daha büyük ya da küçük olabilir. Bu normaldir, seni farklı yapmaz. Belki bazı şeyleri arkadaşlarından ya da derslerden duymuşsundur. Ama bu değişimler hakkında ben de seninle konuşmak istiyorum.

Büyürken olacak şeylerden biri menstürasyondur. Adet kanaması da denir. Bütün kız çocuklarında olan bu değişim bir süre sonra sende de olacak. Herkeste farklı zamanda olabilir. Ben on dört yaşında olmuştum ama bazı arkadaşlarım on bir, bazıları ise on altı yaşında olmuştu. Bu nedenle bu konuda bilgi sahibi olursan, aklın karışmaz diye düşünüyorum. Menstürasyon ya da adet konusunda bilgin var mı? Aslında basit olarak belli zamanlarda bedeninin içinden dışarı kan akışı olmasıdır. Daha önce konuşmuştuk. Bebeğin büyüdüğü yer olan uterusun (rahim) içinde ince bir katman vardır. Kanamanın nedeni, bu katmanın vajinandan dışarı atılmasıdır. Genellikle ayda bir olur. Bu nedenle period adı da verilir. Ama bazen daha kısa ya da uzun sürelerde olabilir.

Çocuklar kan sözünden korkabilir ya da kaygılanabilirler. Bu nedenle onları rahatlatacak ve bilgilendirecek açıklamalar yapmak gerekir.

"Öncelikle bilmen gereken bu kanamanın canını acıtan bir şey olmayacağı. Zaman zaman karnında ya da belinde kanama sırasında ağrı olabilir. Bu zamanlarda ağrı kesici kullanabilirsin. Bilmen gereken önemli bir şey kanama sırasında kendini ve elbiselerini nasıl koruyacağındır. Kadınlar bu dönemde özel pedler kullanır (örnek ped göstermek yararlı olacaktır). Pedlerin ve senin temizliğin aynı zamanda sağlığın için önemlidir. Yine de kazalar olabilir ve ped olmasına rağmen giysilerine kan bulaşabilir. O zaman hiç endişelenme. Birlikte onları temizleyebiliriz.

Kanamaya neden olan süreç hakkında da konuşalım istersen. (Bu aşamada kitap ve resim yararlı olur. Sayfa 189'daki şekli kullanabilirsiniz). Bu süreç over denilen ve iki tane olan organdan başlar. Büyürken adına östrojen ve progesteron denen iki hormon kadınlarda bu organların çalışmasını sağlar. Overlerin içinde çok küçük yumurtalar olur. Ayda bir kez overler bu yumurtaları dışarı bırakır. Yumurtalar tüplerden uterusa gelir. Eğer erişkinsen ve uterustaki yumurta erkek yumurtası ile döllenirse bebek olur. Olmazsa uterusun kendini yenilemesi ve bir sonraki perioda hazırlaması için yumurtanın yerleşeceği tabakayı dışarı atması gerekir. Uterusun uç kısmına serviks denir. Oradan geçip vajene gelir. İşte bu da senin menstürasyonunu oluşturur. İlk kez olduğunda sen iç çamaşırında hafif bir kan göreceksin. Bu koyu ya da açık renk olabilir. O zaman bana haber ver. Sana ped vereyim. Olduğunda korkabilir, endişelenebilir ya da mutlu olabilirsin. Bu duyguların hepsini yaşaman normaldir.

Üreme organların neler, görmek ister misin? Cinsel organının görünen dış kısmına vulva denir. Onu oluşturan iki bölüm vardır. Üstte, daha kalın olanlara labia majör (büyük dudaklar), altta ince olanlara ise labia minör (küçük dudaklar) denir. Fark ettiğin gibi üstlerinde hafif tüylenme olur. Sen büyüdükçe o tüylenme artar. Onların birleşim yerindeki çıkıntının ismi klitoris. Sonra adet kanamanın ve idrarının dışa aktığı vajinan gelir. Vajinanın üst kısmında senin göremediğin yerde, adına himen denilen bir parça deri vardır. Bu deriye zar adı da verilir. Bu zar hep orda kalmaz. Büyüdüğünde bazı durumlarda yırtılır. Ama endişelenme, bisiklete binmek, düşmek gibi şeyler yırtılmasına neden olmaz. Yırtıldığı zaman hafif bir acı duyabilirsin. Bu korkacağın bir acı değildir.

Bu konuşmanın ardından diğer değişimler ve bebek oluşumu hakkında konuşmalar olabilir. Kız çocuklarına da erkek çocukların değişimleri hakkında bilgi vermek gerekir. Böylece farkları daha iyi anlayacak ve merak ederek karşı cins hakkında gereksiz korkulara kapılmayacaklardır.

Erkek Çocuklarla Konuşmak

Erkek çocuklarla bu konuşma on yaşından itibaren yapılabilir. Zamanlama çocuğun gelişim dönemine göre seçilmelidir. Konuşmayı yaparken elinizde bir resimli kitap olması işinizi kolaylaştıracaktır. Sayfa 187 ve 188'teki resimleri kullanabilirsiniz.

"Seninle daha önce konuştuğumuz için bebeklerin nasıl oluştuğu hakkında bilgin var sanırım. Arkadaşlarından ve derslerde de bazı şeyler öğrenmişsindir. Ama bedeninin nasıl çalıştığını ve kadınlarla erkeklerin bedenlerinin işlevleri arasındaki farkları öğrenmek bazı şey-

leri daha iyi anlamanı sağlayacaktır. Bu konuda konuşmaya ne dersin?

Penisin olduğunu biliyorsun. Arkadaşlarınla bu konuda konuştuğunuzu, penis yerine başka isimler de kullandığınızı tahmin edebiliyorum. Ama daha önemlisi penisin nasıl bir organ olduğunu ve içinde neler bulunduğunu öğrenmektir. Dışarıda, oldukça yumuşak ve kolayca acıyabilen bir organdır. Penis idrarın ve spermlerin (tohum hücrelerinin) dışarı boşalmasını sağlayan organdır. İçinde süngerimsi bir yapı ve kan damarları vardır. Normalde aşağı doğru durur. Uyarılma ile kan damarlarından kan çekerek şişer, büyür ve sertleşir. Buna ereksiyon (sertleşme) denir. Belki fark ettin ya da edeceksin, gece uykuda ereksiyon olabilirsin. Uykunda içinden sperm boşalabilir. Bu normaldir ve endişelenecek bir şey değildir. Spermin ne olduğunu biliyor musun? Sperm erkeklerin tohum hücreleridir. Penisin alt kısmında ve iki yanda torbalar var. Onların adı skrotum. İçlerinde testislerin (erbezlerin) var. Onlar spermleri (erkek tohumları) üretirler. Okulda hormonları öğrenmişsinizdir. Testosteron erkeklik hormonudur. O da testislerde üretilir ve erkeklerin bedenlerinde olan değişiklikleri sağlar. Spermleri taşıyan sıvıya semen diyoruz. Semen bez yapısında olan prostat adı verilen organda yapılır. Prostat sadece erkeklerde olur.

Senin ve diğer erkeklerin bedenlerinde olan bu değişimler kızlarda da olur. Ama erkeklerde olan değişimler kızlardan biraz daha geç başlar."

Erkek çocuklara da kız çocukların değişimleri hakkında bilgi vermek gerekir. Böylece farkları daha iyi anlayacak ve merak ederek karşı cins hakkında yanlış kanılar edinmeyecektir.



Cinsel Birleşme

On bir yaşındaki erkek çocuk annesine, "Sana bir şey sormak istiyorum ama kızmayacaksın," dedi. Annenin kızmayacağına ve doğru yanıt vereceğine ilişkin güvencesinden sonra anlattı. "Okulda arkadaşlarım bir şey söylediler. Filmlerde filan kadınlarla erkeklerin seviş-

me dedikleri şey, erkeklerin penislerinin kadının içine girmesiymiş. Bu doğru mu?" Çok şaşıran ve hazırlıksız olan anne çocuğun öncesinde gerekli bilgileri almamış olduğunu düşünmeyerek, "Öyle de denilebilir, babanla konuşman gerek sanırım." diye yanıtladı. Çocuk, "Ben arkadaşlarımdan diğer şeyleri öğrendim, ama bu doğruysa iğrenç bir şey. Ben bunu asla yapmam." dedi. Ailesinin zamanında gerekli bilgiyi vermemesi, yanlış bilgiler edinmesinin yanı sıra, cinsellikle ilişkili kaygılara neden olmuştu.

Kız ya da erkek çocuğunuz bu konuşmalardan sonra size yumurtaların nasıl birleştiğini ya da duyduğu sevişme kelimesinin anlamını sorabilir. Eğer sorarsa ve hazır olduğunu düşünüyorsanız cinsel birleşme konusundan bahsedebilirsiniz. Ama sormadığı takdirde bu konuyu daha sonra ele almanız doğru olur.

"Seninle biraz önce erkek ve kız bedeninde olan değişimlerden ve üreme organlarından konuştuk. Erkeklerde olan penisin bazı durumlarda sertleştiğinden bahsetmiştik. Penis sertleştiği zaman kadın vajinasının içine girebilir. İşte buna cinsel birleşme denir. Bunun nedeni, bebek olabilmesi için erkek spermlerinin (tohum hücrelerinin), kadın yumurtasına ulaşmasını sağlayabilmektir.

Bunları öğrenmen için biraz erken olabilir. Bu nedenle rahatsız edebilirsin. Öğrenmek istediğinde ve daha fazla şey merak ettiğinde bana sorabilirsin."

On dokuz yaşında olan Çağla aşırı panik, korku ve sıkıntı nedeni ile ailesi tarafından getirilmişti. Her şey bir ay önce annesi ile bir film izlerken başlamıştı. Filmde olan bir sevişme sahnesi sırasında annesine, "Kapat şu iğrenç şeyi." demişti. Annesi artık on dokuz yaşında olduğu ve üniversiteye gittiği için buna bir anlam verememiş ve "İğrenç değil, insanların çocuk sahibi olmak için yaptıkları doğal bir

şey." diye yanıtlamıştı. Bunun üzerine şaşıran Çağla annesine, "Sen ve babam beni bu şekilde mi yaptınız, siz bunu yapıyor musunuz?" diye sorup, "Evet" yanıtını alınca çılgına dönmüştü. O günden beri uyuyamıyor, anne ve babası evdeyse okula gitmiyor, anne babasının odasının kapısını açık bırakıyor, gece defalarca kalkıp onları kontrol ediyordu. Dışardan eve geldiğinde annesine "Yaptınız mı?" diye soruyor, o "Hayır" dese bile inanmıyor, banyoyu, sabunluğu, havluları kontrol ediyordu. Çağla bu konu hakkında doktorla konuşurken de aşırı kaygılı ve endişeli idi. Düşündükçe midesinin bulandığını, anne babasını filmdeki gibi düşündüğünde çıldıracak gibi olduğunu anlatıyordu. Çağla'nın ailesi onunla cinsellik hakkında hiç konuşmamıştı. On dokuz yaşına kadar sadece adet kanaması olduğunda annesi temiz olmasını söylemişti. Aile, bu tür şeyleri çocuklarla anne babaların konuşmaması gerektiğini ve Çağla'nın arkadaşlarından zamanı geldikçe gerekli bilgileri öğrendiğini düşündüklerini aktardı. Oysa Çağla arkadaşları ile bunları hiç konuşmamıştı ve şimdi ciddi takıntılarla boğuşuyordu.

Bu dönem mastürbasyondan bahsetmek için de uygun bir dönemdir.

Mastürbasyon (Özdoyum)

Mastürbaston, bir cinsel boşalma yoludur. Yalnızca erkeklere özgü olduğuna ilişkin yanlış inanç birçok kültürde var olabilir. Ama kadınların da kullandığı bir cinsel tatmin yoludur. Mastürbasyona yönelik tutumlar, kültüre göre farklılık gösterir. Ailenin ve bireyin verdiği anlama göre mastürbasyon sorun olabilir. En gelişmiş ülkelerde dahi mastürbasyonun, zayıflattığına ya da bazı hastalıklara neden olduğuna ilişkin inançlar vardır. Bu inançlar, mastürbasyonun körlükten akıl hastalığına

kadar farklı bir yelpazede sebep olabileceği olumsuzlukları içerir. Buna rağmen, birçok genç mastürbasyon yapar. Ancak, sonrasında suçluluk ve korku yaşayabilir. Özellikle, mastürbasyonun günah ve kötü olduğu söylenen ailelerde, bu durum ergeni ciddi ruhsal sıkıntılara sokabilir.

Ciddi bir kronik hastalığa yakalanan genci tedaviye uyumsuzluğu nedeni ile görmem istenmişti. Görüşmelerde yoğun suçluluk duygusu hissettiğini fark ettim. Hastalandığı için öfkeli olmasını ve bunun neden kendi başına geldiği konusunda isyankar olmasını beklerken, suçluluk duyması çok olağan değildi. Hastalığa kendi yaptıklarının neden olamayacağını, bu süreci değiştirmesinin pek mümkün olmadığını söyleyince konuşmaya başladı. Çok küçükken mastürbasyon yaparken ailesi görmüş ve kızmıştı. Annesi ona mastürbasyonun sapıklık olduğunu, iyi insanların asla böyle şeyler yapmayacağını, eğer yaparsa başına çok kötü bir şey geleceğini ve bu suretle cezalandırılacağını söylemişti. O da bir daha hiç yapmamıştı. Ama ergenliğe girdiği zaman, arkadaşları ile konuşurken onların da mastürbasyon yaptıklarını öğrenmiş, bir şey olmadığını düşünerek o akşam mastürbasyon yapmıştı. Şimdi hastalığının, o gece mastürbasyon yaptığı için kendisine verilen bir ceza olduğunu düşünüyordu. Ayrıca bir sapık olduğuna göre tedavi olup iyileşmesi bir şeyi değiştirmeyecekti. Bu bedeli ödemesi gerektiğine inandığı için tedaviye uymuyordu.

Ailelerin mastürbasyondan korkma nedenlerinden biri, çocuğun mastürbasyon için cinsel organına dokunması ve bundan haz almasıdır. Çocuğun cinselliği keşfetmesine ilişkin korkuları olan ailelerde mastürbasyona karşı tutum belirgindir.

Bazı zamanlarda mastürbasyon psikolojik açıdan sorun olabilir. Ergenin cinsellikle aşırı uğraşının nedeni sağlıklı ilişki kuramaması olabilir. Bazen de kendini başka konularda yeter-

siz hissettiği için, bu açığını mastürbasyonla kapatmaya çalışıyor olabilir ama ergenlikte mastürbasyon genellikle normal ve öz doyum sağlayan bir cinsel aktivitedir. Bu onlara hem bedenlerini tanıma, hem de üreme ve cinsellikle ilgili yeteneklerini fark etme fırsatı verir.

Tüm bunları anlatırken iki önemli şey unutulmamalıdır. Bunlardan birincisi, çocuğunuzun ihtiyaçlarını en iyi sizin bileceğinizdir. Konuşmalarınızda ne kadarını, ne zaman aktarmanız gerektiğine karar vermeniz gerekir. Bunun en iyi yolu onu dinlemek, sorularına ve davranışlarına ilgi göstermektir. İkincisi ise cinselliğin sadece üreme için olmadığını anlamasına yardımcı olmanızdır. Böylece, bu konuda değerlerinin oluşmasını ve davranışlarını kontrol edebilmesini sağlayabilirsiniz.

TELEVİZYON VE İNTERNET

Okul dönemi, çocukların televizyon ve bilgisayara en çok ilgi duyduğu dönemdir. Bu dönem çocukları, kadın ve erkeğe ilişkin, daha önce farkına vardığı toplumsal cinsiyet rollerini benimsemeye başlar. Bu nedenle, gördüğü ve duyduğu yargıları hemen kabullenir. "Erkekler ağlamaz, erkekler çocukla ilgilenmez, erkekler sert olur." ya da "Kadınlar çalışmaz, yemek yapar, bulaşık yıkar, çocuk bakarlar." gibi hükümleri hemen benimserler. TV'de verilen ve gördüğü ahlâki değerleri doğru kabul eder ve içselleştirir. Gruplarla olmak, onların yaptıklarını yapmak önem kazandığı için, TV ve internette gördüğü cinselliğe ya da kötü alışkanlıklara ilişkin grupların yaptıklarını benimser. Yaşlarının üstünde, öğrenmedikleri ya da öğrenmeleri için erken olan bilgiler ve görüntüler yanlış düşüncelere

neden olabilir. Bu durum aynı zamanda korku da yaratabilir. Tüm bu nedenlerle çocukların izledikleri oyunlar ve internette neler yaptıkları izlenmeli ve kontrol edilmelidir. Gözden kaçan yanlış bilgileri düzeltmek, doğruyu anlatmak gerekir.

ERGENLİK ÖNCESİ DÖNEM ÖZET



Ergenlik öncesi dönemde beklentiler: 9-11 yaş çocuklarının yapmasını beklediğimiz bazı şeyler vardır. Bunlar; ergenlikle gelen değişimleri anlayabilmeleri, cinsel etkinliklerle ilgili karar verme yeteneğini geliştirmeye başlamaları, cinsel süreçlerle duygusal süreçler arasındaki farka ilişkin bilgilerinin artması ve cinsellik konusunda yönlendirici olan aile değerlerinizi anlamalarıdır.

Ergenlik öncesi dönemde yapılmaması gerekenler: Çocuklardan bunları beklerken bizim de asla yapmamamız gereken davranışlar vardır. Bunlar:

1. Romantik hislerini görmezden gelmek
2. Duygusal değişimlerine karşı gelip, hep aynı kalmalarını istemek

3. Cinsel değerleri sizden farklı olan kişileri onların yanında eleştirmek
4. Önyargılara kapılıp, bazı kişileri küçümsemek ve bunu onlarla paylaşmak
5. Yaşıtlarının çocuğunuz üzerindeki etkilerini ve güçlerini önemsememek.

Ergenlik öncesi dönemde yapılması gerekenler: Tüm bunların yerine, bu dönemde çocuğunuzun yaşıtlarıyla ilişkilerini ve onlardan gelebilecek baskıları onunla konuşmak, karar verme aşamalarında örnekler göstermek, duygularını ve romantik hislerini paylaşmak ve en önemlisi sizinle konuşmak istediğinde ona zaman ayırmak, onun ergenliğe geçişini, sizin ise bir ergenle yaşamayı öğrenmenizi kolaylaştıracaktır.

SIK SORULAN SORULAR VE YANITLARI
OKUL DÖNEMİ (7-11 YAŞ)



Mastürbasyona ilişkin sorular

1- Dokuz yaşında olan kızım, yastık alıp karnına bastırıyor. Bunu genelde yalnız kaldığında yapıyor. Engellemeye çalıştıysam da başaramadım. Sorduğum zaman hoşuna gittiğini söylüyor. Bu hareketinden nasıl vazgeçirebilirim?

2- Sekiz yaşındaki kızım iki yıldır mastürbasyon yapıyor. Okula başladığında geçer diye düşündük ama geçmedi. Ceza verdik, konuştuk ama kâr etmedi. Bu konuda ne yapacağımızı bilmiyoruz.

3- Dokuz yaşındaki oğlum beş yaşından beri oyun oynarken, otururken bacaklarının arasına penisini sıkıştırıyor ya da evdeyken sürekli pantolonundan çıkarıyor ve faz-

lalık hissettiğini, onu rahatsız ettiğini söylüyor. Ne yapmam gerekir?

Mastürbasyon, bir cinsel boşalma yoludur. Yalnızca erkeklere özgü olduğuna ilişkin bir yanlış inanç birçok kültürde var olabilir. Ama kadınların da kullandığı bir cinsel tatmin yoludur. Ailelerin mastürbasyondan korkma nedenlerinden biri, çocuğun mastürbasyon için cinsel organına dokunması ve bundan haz almasıdır. Bazen çocuk kendini başka konularda yetersiz hissettiği için ya da duygusal olarak rahatlamaya ihtiyaç duyduğu için bu açığını mastürbasyonla kapatmaya çalışıyor olabilir; ama genellikle normal bir cinsel aktivitedir. Bu onlara hem bedenlerini tanıma, hem de üreme ve cinsellikle ilgili yeteneklerini fark etme fırsatı verir. Başkalarının yanında, ortada yapmamaları gerektiği cinsel bilgiler içinde anlatılmalıdır. Cezalandırmak, korkutmak son derece yanlış tavırlardır. Bu çocuğu korkuya ve endişeye sürükleyebilir. Bu durumda çocuğunuz rahatlamaya daha fazla ihtiyaç duyarak mastürbasyon davranışını normal dışı bir şekilde artırmaya da başlayabilir. Bunun normal ve doğal bir süreç olduğunu paylaşmak, rahatlamasını sağlayıcı farklı aktivitelere yönlendirmek doğru yaklaşımlar olacaktır.

Cinsel bilgi eksikliğine bağlı sorular

1- Yedi yaşındaki oğlum bu aralar kadın cinsel organını çok merak ediyor. Ben de "Erkeklerden farklı" dedim, ama nasıl olduğunu kavramıyor. Bu durumda nasıl tarif etmemiz uygun olur?

2- On yaşında bir kızım var. Memeleri kabarmaya, tüylenmeye başladı. Kızıma regl ve ergenlik dönemini nasıl anlatabilirim?

3- Dokuz yaşında oğlum var. Onunla cinsellik hakkında ne zaman konuşalım?
4- Dokuz yaşındaki kızıma, ilk adet görme konusunu nasıl anlatmalıyım?

Tüm bu sorular ailelerin çocukların cinsel gelişimi konusundaki endişelerinin ve kendilerini yetersiz hissetmelerinin yansımasıdır. Çocuklara yaşına uygun cinsel bilgileri düzenli ve sürekli verdiğimizde bu endişelere gerek kalmaz. Yedi yaşında bir çocuğun daha önceden kız ve erkek cinsiyet farkı konusunda bilgi sahibi olması gerekir. Eğer bu konuda gerekli bilgileri daha önceden vermemişseniz, resimli kitaplardan yararlanarak anlatmak uygun olur. Adet görme, meme büyümesi, tüylenme gibi konular kız çocukları ile gelişimine göre dokuz yaş, erkek çocuklarla da on yaş civarı konuşulmalıdır. Nasıl anlatılacakları kitap içinde verilmiştir.

Akranların etkilerine ve akranlarla olan ilişkilere dair sorular

1- On yaşındaki çocuğumun aynı cinsten oyun arkadaşı ile birbirlerine cinsel şakalar yaptıklarını fark ettim. Bu arkadaşlığı engellemeli miyim?
2- Kızımın sınıfındaki kız ve erkekler birbirleriyle çıkmaya başladılar. Ben bu durumu normal bulmuyorum. On bir yaşında olan kızım gelip ben biriyle çıkıyorum derse ne yapmalı, nasıl tepki vermeliyim?
3- On yaşındaki kızım bir erkek arkadaşından "sevgilim" diye bahsediyor. Büyüdüğünü ve bir erkek arkadaşı olabilecek yaşa geldiğini düşünüyor. Nasıl davranmalıyız?

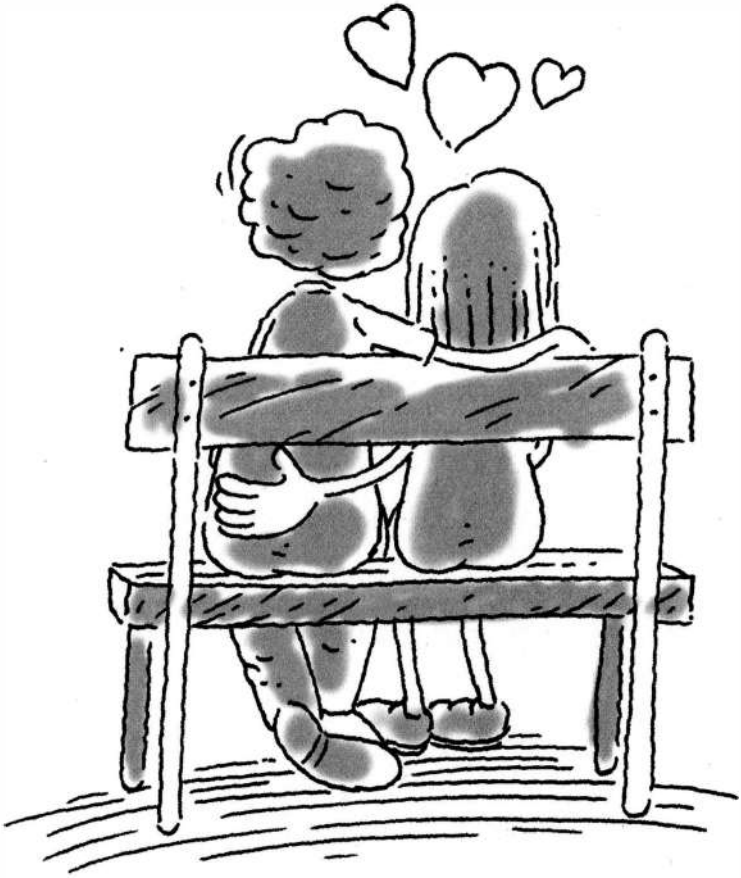
İlk kız-erkek ilişkileri genellikle 13-14 yaşlarında başlar. Bu yaşlarda flört adeta bir oyundur ve daha çok içlerinde yaşarlar. Yüzeysel, beğenme ile sınırlı ve kısıtlıdır. Genellikle kalabalıkta, grup içinde birlikte olurlar. Grup içinde biriyle olmak, bir çeşit gurur kaynağıdır. Buna rağmen kendi cinsleri ile birlikte olmaktan daha çok hoşlanırlar. Değişen etkenler, filmler, diziler ve çevrelerindeki örnekler nedeniyle son yıllarda, çocukların, özellikle de kızların, daha küçük yaşlarda özel arkadaşlık özentileri olduğu görülmektedir. Bu durumlarda çocuklara aşırı tepki verip kızmamak, ama desteklememek de gerekir. Onlara bazı arkadaşlarımızla daha iyi anlaşabildiğimiz için onları özel bulduğumuzu, ama bunun büyürken hızla değişeceğini, onun için kiminle daha iyi anlaştığını anlaması için beklemesi gerektiğini söyleyebiliriz.

Aileler, akranların çocuklar üzerindeki etkisini kabullenmekte zorluk çekerler. Akranlarının değerlerinden hızla etkilenmeleri ailelere korkutucu gelir. Akranlar çok kolay bir şekilde birbirlerini etkilerler. Bu durumda ailenin, devamlı çocuğu gözleyip, arkadaşlarının etkilerini izlemek yerine, çocuğuna aklı karıştığında hemen ona gelebileceği inancını vermiş olması önemlidir. Çocuğunuzla kurduğunuz ilişki içinde ona, incindiğinde, merak ettiğinde, zorluk çektiğinde size gelip danışabileceği güvenini vermelisiniz. Eğer bir arkadaşının çok olumsuz etkileri olduğunu görürseniz, bunu diğer çocuğun ailesi ile paylaşabilirsiniz. Ama her aile eleştiriye açık olmayabilir. Çok tehlikeli görüyorsanız, çocuğunuzla arkadaşının olumlu ve olumsuz yönleri ile ilgili konuşmak, arkadaşlık ilişkilerini birlikte gözden geçirmek doğru bir yaklaşımdır. Oyunları sırasında da mümkün olduğunca gözlemci olmanız ve çocuğunuzun

ilişkisini kontrollü bir şekilde devam ettirmesi konusunda sınır koymanız gerekir. Unutmamanız gereken önemli nokta, çocuğunuzun sizinle her konuyu tartışabileceğini ve onun duygularına önem verdiğinizi bilmesidir.

ON İKİ YAŞINDAN YİRMİ BİR YAŞINA...

(Ben Artık Büyüdüm!)



ERGENLİK DÖNEMİ

Bazı kaynaklarda adolesan dönemi olarak geçen kavram, dilimize ergenlik dönemi olarak çevrilmiştir. Gençlik ise, ergenlikten daha uzun bir süreci (yirmi dört yaşa kadar) kapsamaktadır. Ergenlik terimi, Latince'de "gelişen" anlamı taşımaktadır. Fiziksel, cinsel, ruhsal ve sosyal gelişimlerle gider. Ergenlik genellikle hızlı fiziksel değişimlerle başlar, psikososyal olgunlaşma ile sürer. Kişinin bağımsızlığını ve sosyal üretkenliğini kazandığı, çok da belirli olmayan bir zamanda sona erer. Başlama yaşı gibi, bitiş zamanı da bireye, ülkeye, sosyal çevreye göre değişimler gösterebilir. Buna karşın, genellikle 11-12 yaşlarında başladığı ve yirmili yaşlarda sona ermesi gerektiği kabul edilmektedir. Ergenlik dönemi uzun bir dönem olduğu için, 12-14 yaş arası erken ergenlik, 14-17 arası orta dönem ve daha sonrası da geç dönem olarak değerlendirilebilir.

Erken ergenlik (12-14): Ergenin çocuk bedeni büyük bir hızla değişime uğrar. Bu dönem, bedensel değişimlerin önde olduğu dönemdir. Bedendeki bu hızlı değişim ergen için zordur. Bu değişime uymaya çalışan ergen sürekli bedeniyle ilgilenmeye başlar. Kısa-uzun, şişman-zayıf olmak, sivilceler gibi bedenine ilişkin her şey önemli hale gelir. Zamanını aynanın karşısında geçirmesi, ailesiyle arasındaki en önemli çatışma konularının başında gelmeye başlar. Bedenin bu denli önemli olması, yeme bozukluklarının en sık başladığı dönem olmasına neden olur.

Orta ergenlik (15-17): Gencin yaşamında, arkadaşları ailesinden daha ön plana geçmeye başlar. Bu dönemde arkadaşları tarafından kabul görmek genç için en önemli şeydir. Bir gruba ait olabilmek için her şeyi göze alabilir. Uygunsuz tutum ve alışkanlıklar en çok bu dönemde başlar. Özellikle, ailesiyle uygun ilişki kuramamış ve sorunları olan ergenler, bu dönemde kolayca yanlış yollara sapabilir. Bu dönem aynı zamanda, yaşam felsefesini, sosyal değerlerini, dini ve ahlâki yönelimlerini keşfetmeye ve geliştirmeye çalıştığı dönemdir. Bu gelişimler için akran desteği önemlidir. Değerlerinin açık hale gelebilmesi için birbirlerine ayna görevi görürler. Buna karşın, öz saygı kazanmaları anne-baba bağlılığı ile ilişkilidir. Bu dönemde okulların toplumsal projeler ve sorumluluk ortamı hazırlaması, ergenin gelişimini olumlu etkiler. Toplum hizmeti projelerinde çalışan ergenler daha olgun kimlikler geliştirirler.

Geç ergenlik (18-21): Gencin kimlik gelişimini tamamladığı dönemdir. Bireysel kimliğinin yanı sıra sosyal ve mesleki kimliğinin de oluştuğu dönemdir. Bu dönemde genç, sosyal durumunu belirlemiş ve mesleğini seçmiş olacaktır.

Ergenlik dönemi, biyolojik açıdan bir dizi fiziksel ve hormonal değişimin olduğu bir dönemdir. Ruhsal ve sosyal gelişimde

kültürel etkiler önemlidir. Toplumun sosyal yapısı, bireylerin gelişiminde olumlu ya da olumsuz etkiler yapar. Araştırmacılar sevginin eksik olduğu ve toplumsal olarak kendilerini dışlanmış hisseden ailelerin, çocuk gelişimindeki kötü etkilerine dikkat çekmişlerdir. Çünkü ergenlikte oluşan bazı davranışlar, toplumsal manevi değerler, bağımsızlık, cinsel tutumlar gibi kültürel olaylardan etkilenir.

Ergenlik dönemi hızlı gelişen bir geçiş dönemidir. Bu dönemde birbirine zıt gibi görünen duygular bir arada yaşanır. Aynı anda hem mutluluk hem hüzün dönemi olan ergenlik, benzer şekilde grup halinde yaşama ve yalnızlığı, öncelikle başkalarının gereksinimlerini düşünme ve bencilliği içinde taşır. Bir yandan hızlı fiziksel, cinsel ve düşünsel değişimlerin yanı sıra, toplumun ona yüklediği yeni istekler ergenliğin özünü oluşturur. Toplumun ergenden istedikleri, yaşanan topluma göre değişim göstermekle birlikte, temel beklenti, olgunlaşması ve bağımsız yaşayabilmesidir.

Sosyal olarak kabul görme, aileden ve diğer insanlardan sevgi ve saygı bekleme, kendine saygı duyma, başarı isteği, bedenen güzel ve güçlü olmak arzusu ve bağımsızlık, ergenlik dönemindeki beklentilerin önemli bir kısmını oluşturur. Ergen aynı zamanda, tüm bunları yapamamanın getirdiği bir korku duyar. Bağımsızlık ve aileden kopuş arzulanan duygular olmalarına rağmen, bunlar ergenin sorumluluklarının artmasına da sebep olur. Korkusu ile baş edebilmek çaba gerektirir. Kendini korumak için bu korkular yokmuş gibi davranmaya, çıkan sorunlardan başkalarını sorumlu tutmaya, içine kapanmaya, kendiyle uğraşmaya başlar. Ergenin belli bir şekilde baş etmeye çalıştığı büyüme korkusu böylece, baş etme yollarını ve ergenin korkusunu anlayamayan ailelerin korkusuna ve çocukla çatışmasına dönüşür.

Ergenlikte Fiziksel Değişim

Ergenlik dönemi bir dizi fiziksel değişikliği içerir. Ergenlik döneminde olan ve cinsel gelişimi de içeren bu fiziksel değişimlere puberte (buluğ) denir. Puberte başlangıcı farklılıklar gösterir. Bu farklılıkta genetik, beslenme ve sağlık etkendir. Kızlarda on bir ya8-13) ş) civarı olan puberte başlangıcı, erkeklerde kızlardan genellikle iki yıl sonra başlar (13-14). Bitiş ise kızlarda on altı yaş civarı iken, erkeklerde 17-18 yaşa değin sürer. Değişimler boy, kilo, iskelet sistemi, kas ve yağ dokusu, solunum ve dolaşım sistemlerinin yanı sıra, merkezi sinir sistemi ve üreme organlarındaki gelişimi de kapsar. Ayrıca etnik ve kültürel farklılıkların etkili olduğu düşünülmektedir. Bu zaman aralıklarından önce başlaması erken ergenlik olarak adlandırılır. Gelişimsel ve psikolojik olarak sorun yaratabileceğinden yardım almak gerekebilir. Bedensel değişiklikler nedeniyle ergen gizliliğe daha çok önem verir. Oda, banyo gibi yerlerde kapı kilitlemeye başlar ve haber verilmeden içeri girilmesine tepki gösterirler.

Ergenliğin başlangıcında boy ve kilo artışı önemlidir. Boy ve kilo artışı çocuktan çocuğa değişir. Metabolizmada yavaşlama olur. Erkeklerde metabolizma kızlara göre daha hızlıdır. Buna karşın besin ihtiyacı artar. Boy ve kilo bu dönemde ergen için çok önemlidir. Çekiciliğini bunların gelişimine bağlayan ergen, kendini yaşıtları ile kıyaslamaya başlar. Bu dönemde doğru beslenme çok önem kazanır. Bu önem beslenmenin boy ve kiloya olan etkisi kadar, ergenin bu takıntısına bağlı çıkabilecek yeme bozuklukları riskinden de kaynaklanmaktadır. İskelet sisteminde olan değişim, el ve ayaklarda büyümeye neden olur. Ayrıca çene yapısı, alın değişir. Yağların toplanması, kalçaların değişmesi bedeni farklılaştırır. Bazı erkek çocuklar, yağların kalçada top-

lanması nedeniyle "Eşcinsel miyim?" korkusu yaşayabilir. Saç ve deride yağlanma artar. Yağlanma sivilcelere ve siyah noktalara neden olur. Bu değişimlerin tümü, çocukluğu kaybetmek anlamına gelir. Dışardan fark edilen bu değişim, ergenin kendi bedenini incelemesine neden olur. Ailelerin çoğunlukla anlayamadığı ve kızdığı, ergenin zamanını sıklıkla ve uzun süre aynanın karşında geçirmesinin temel nedeni budur. Bu değişimlere kas sistemi de katılır. Kas sistemindeki değişim kendini güç olarak gösterir. Kavrama becerisi ve kuvvet artar.

Ergenlikte olan değişimler fiziksel görüntü ile sınırlı değildir. Bu dönemde, iç organlar erişkin boyutlarına ulaşır. Bazı laboratuvar bulguları değişir. Üreme sistemindeki değişimlere neden olan hormonal farklılaşma önemlidir. Kızlarda östrojen, erkeklerde testosteron artışı değişimlere neden olur.

Sanılanın aksine, anne karnında başlayan beyin gelişimi okul öncesi dönemde bitmez, ergenlik döneminin sonuna kadar devam eder. Beyin büyüklüğünde çok az değişim olmasına karşın, yapısal değişim devam eder ve yirmili yaşlarda biter. Özellikle karar verme ve davranış kontrolü sürecinde görev yapan bölgeler, ergenlikte önemli fiziksel değişim gösterir.

Kilo ve Boy Artışı

Ergenin kilo ve boy artışını algılamasında, idealize edilmiş fiziksel görünüm ölçütleri, kültürel kabuller ve algılama önemlidir. Erkeklerde daha çok kas kütlesi artışı olurken, kızlarda yağ dokusu artışı fazladır. Bu durum kızlarda şişmanlığın görülmesine ve belirlenmiş zayıf kadın imajından uzaklaşmaya neden olur. Kızların bedenlerinden memnuniyetsizlikleri erkeklerden daha fazladır. Ergenler genellikle kendilerini olmadıkları kadar çirkin,

güçsüz, uzun ya da kısa hissedebilirler. Bu, özgüven eksikliğinden toplum tepkisine kadar birçok şeyle bağlantılı olabilir.

On altı yaşında olmasına karşın 12-13 yaşında gösteren Elif'i ailesi ağlamaları, sıkıntısı ve arkadaşı olmaması nedeni ile getirmişti. Erken adet görmüş, adet görmesi ile birlikte boy uzaması durmuştu. Kilosu boyu ile orantılı, meme gelişimi ise geriydi. Endokrin açısından değerlendirilmiş, doktorlar yapacak bir şey olmadığını söylemişti. Elif'in arkadaşları flört ediyor, geziyor, eğleniyordu. Elif'e ise çocuk muamelesi yapıyor, aralarına almıyorlardı. Beden görüntüsünü, özellikle de boyunu aklına takan Elif depresyon belirtileri göstermeye başlamıştı. Bu arada geniş aile çevresi çare aramak adı altında bu konuyu devamlı gündemde tutuyor, her aile toplantısında Elif'in boyunun kısalığı konuşuluyordu. Elif öleceğini bile bilse, internetten öğrendiği boy uzatma ameliyatını olmak istiyordu. Oysa Elif'in hem fiziksel, hem de beceri olarak başka güçlü yönleri vardı. Onları fark etmeyi başardığında, boyu önemini kaybetti.

Bazen de bu toplumsal beklentilere çok uygun olmak, yani ergenin çok dikkat çekici olup, ilgi görmesi sorun yaratabilir. Çünkü ergen başka alanlarda rekabeti öğrenemeyebilir ve diğer gereksinimlerini fark edemeyebilir.

Kimlik Gelişimi

Ergenlik döneminde oluşan bedensel, cinsel ve zihinsel gelişim ergene yeni sorumluluklar ve beklentiler getirir. Kimlik bulma çabaları doğumdan itibaren başlar. Anne, onunla ilişkiler, sonra baba, öğretmenler ve diğerleri. Özdeşim yaparak, deneyerek, beraberinizde getirdikleriniz katılarak bir kimlik oluşturulur. Biçimlendirilen kimlik, benliği tanımlayan bir

çekirdektir. Kimlik duygusu arama, ergenlik döneminde ön plana çıkar. Bu dönemde ergen, hem kendi, hem de başkaları için kim olduğu sorusunun yanıtını arar. Çünkü o zamana kadar elde edilen rollere ve o rollerin sorumluluklarına, yeni alınması gereken roller ve yeni sorumluluklar eklenir. Toplumsal beklentilerle kimlik yeniden gözden geçirilir, geçmişten getirilenlerle yenileri birbirine eklenir. Böylece, "Ben kimim, neyim?" sorularının karşısında fazla bocalamadan kendi kimliğini tanıyabilmiş ve kabullenmiş olur. Kişinin kendini ne olarak algıladığı ve diğerlerinin onu nasıl gördüğü, ondan neler beklediği arasındaki tutarlılık, bütünlenmiş bir benliktir.

Kimlik duygusu tek parçadan oluşmaz. Kimliğin, cinsel, mesleki ve toplumsal öğeleri vardır. Çocuklukta oluşan cinsel kimlik, ergenlik döneminde sınamadan geçer. Ergen, cinsel kimliğini ve yeterliliğini başkalarıyla karşılaştırmaya başlar. Bazen yetersiz bulur, üzülür, hatta sorun olduğunu ve bu sorunla yaşamanın olanaksız olduğunu düşünür. Kimi zaman, bu karşılaştırmalar ergeni yanıltır, başka cinsel kimlik seçimleri olduğunu sanır, bundan sıkıntı duyar. Ergen süreç içinde, kendi cinsel yapısını ve yeterliliğini kabullenir ve cinsel kimlik duygusuna kavuşur.

Ergenliğe kadar, toplum içinde yer aramak gerekmez. Ailenin kimliği içinde yaşanır. Ama ergenliğe gelince, ergenin kendi toplumsal rolünü, yerini, değerini bilmesi ve başkalarına göstermesi gerekir. Toplum içinde yer alabilme adına gruplara girer, onlar tarafından kabul görme adına, adeta başkası olur. Acımasızlıkla tanışır, başka olanı dışlama, uymayanı uzaklaştırma ve bunlara karşı koyup, "ben"i koruma sancılıdır. Bu dönemde aşklar, ergenin kendini anlatmasının bir yoludur. Eğer başarabilirse, bunların tümü ergeni kendi toplumsal kim-

liğini tanıma ve başkalarına anlatarak, toplumsal kimliğini kabul ettirmeye ulaştırır.

Toplum içinde kim olunduğu sorusunun yanıtlarından biri de, edinilen meslek, yapılan iştir. Bu nedenle sağlanan eğitim ve iş olanaklarının kısıtlı olduğu ülkelerde, mesleki kimliğe ilişkin kargaşa ve sorun yaşamak kaçınılmazdır. Toplum içinde kullanılacak mesleki kimliği seçmek, başlı başına bir zorluk, bir uğraştır. Genç, ne olmak istediğine karar verdiğinde, yaşam boyu sunacağı mesleki kimliği de seçmiş olur. Ama sadece seçmek sorunu çözümlememekte, bizimki gibi toplumlarda, ergenin seçimini kullanarak mesleki kimliğini uygulama sıkıntısı olabilmektedir.

Cinsel, toplumsal ve mesleki kimliğin yanı sıra, ergenin kendi benliğini bilinçli ya da bilinçsiz kabullenmesi, kimlik duygusunu tamamlamasını sağlayacaktır. Kimlik duygusunun tamamlanması ergenlik döneminde olur. Erikson'a göre, ergenin belirgin bir kimlik duygusuna sahip olabilmesi için çocukluk döneminde yaptıkları ile ilerde yapmaya söz verdikleri arasında bir bağlılık hissetmesi gerekir.

Kimlik Karmaşası

Erikson, ergenlik döneminin çocukluk ve erişkinlik dönemi arasında bir geçiş, bekleme, askıya alış dönemi olduğunu söylemiştir. Kimlik bocalaması farklı yoğunlukta yaşanarak geçer. Ama bazı ergenlerde, kimlik bunalımı ağırlaşır, uyum ağır bir şekilde bozulur. Artık söz konusu olan kimlik karmaşasıdır. Bir türlü atlatılamayan bir belirsizlik ve çalkantı sürer gider. Doğru dürüst bir karar veremez, düzgün bir seçim yapamaz. Bu karar verememe ve seçim yapamama, meslekten cinsel

kimliğe değin uzanır. Ağır cinsel kuşkular oluşur. Hangi cinsten hoşlanmaktadır, cinsellikte yeterli midir gibi sorulara bir türlü yanıt bulamaz. Anne babasının, toplumun hatta kendisinin bile beklentilerine ters gelen davranışlar içine girer. Okuduğu okul bitmek üzereyken, orada olmaması gerektiğini düşünenler olur. Başkaları gibi olmaktan nefret eden genç, onlara benzemek istemez ama ne olmak, kim olmak istediği sorusunun yanıtını da bulamaz. Bu kimlik karmaşası değişik ruhsal sorunlara neden olur. Borderline kişilik bozukluğundan başlayıp, şizofreniye değin uzanan bir tablo ortaya çıkabilir. Kim olduğunu bilememenin getirdiği çökkünlük depresyona, depresyon paniğe ve intihar girişimine ulaşır. Kuşkucu ve alıngan olan, anlaşılmadığını ve haksızlığa uğradığını düşünen genç, yaşamın tadını çıkaramaz olur. Uyumsuz insan ilişkileri, yüzeysel, gelip geçici, kendini aradığı ama bulamadığı aşklar ve tepkisel davranışlar görülür.

Kimlik karmaşasının sağlıklı çözümü, karmaşa yaşayan ergenin uygun danışma ve tedavi ile iyileşmesi ve kimliğini tamamlamasıdır. Ama bu, her zaman mümkün olmaz. "Ergenlik döneminde olur." diyerek hekime ulaşmayan ya da aileleri tarafından fark edilip ele alınamayan kimlik karmaşaları, farklı şekillerde sonlanırlar. Bir sonlanış, olumsuz kimlik oluşturmaktır. Toplumun ve ailesinin istediği gibi olamayacağı inancına kapılan ergen, tam tersi bir kimliği benimser. Uyuşturucu, farklı dini inançlar, dinini değiştirmek, cinsel kimliğini değiştirmek, uygunsuz cinsel ilişkiler kurmak, yetiştiği toplumun tüm değer yargılarını reddetmek bunun yansımalarıdır.

CİNSEL KİMLİK VE CİNSEL YÖNELİM

Cinsel kimlik, cinselliğin biyolojik, psikolojik, sosyal ve zihinsel süreçlerinin etkileşimi ile oluşur ve gelişir. Cinsiyet terimi doğuştan olan biyolojik yapımızı tanımlar. Toplumsal cinsiyet ise yaşanılan toplumun kız ve erkek olarak belirlediği işlevlerle oluşan rolleri gösterir. Bu roller zaman içinde ve toplumdan topluma değişim gösterir. Cinsel kimlik gelişimi kişinin kendini kadın ya da erkek olarak algılamasıdır. Cinsel yönelim ise kişinin belli bir cinsteki kişiye karşı duyduğu cinsel çekimi ve duyguları anlatır. Sıklıkla karıştırılmakta olan bu terimleri bilmek önemlidir. Cinsel yönelimler heteroseksüalite, homoseksüalite ve biseksüalite olarak sınıflanabilir. Heteroseksüalite sadece karşı cinse, homoseksüalite ise sadece kendi ile aynı cinse ilgi duymaktır. Biseksüalite her iki cinse de ilgi

duyma durumunu anlatır. Bu nedenle heteroseksüel, homoseksüel ve biseksüel erkeklerin cinsel kimlikleri erkek, kadınların cinsel kimlikleri de kadındır. Homoseksüel erkekler kendilerini kadın, kadınlar da erkek gibi hissetmezler. Transseksüalite ise kendi biyolojik cinsiyetini kabul etmeyerek kendini karşı cinsten biri olarak hissetmektir. Hem kadın hem de erkek için geçerlidir. Ameliyat olsun olmasın, kendini cinsel kimlik olarak karşı cinsten görür ve onun özelliklerini yaşar. Diğer bir cinsel yönelim, karşı cinsin kıyafetlerini giymek, karşı cins gibi davranmak şeklinde ortaya çıkan travestilerin yönelimidir.

Cinsel yönelimler konusunda farkındalık genellikle ergenlik döneminde olur. Kendi yönelimlerinin farklı olduğunu algılayan ya da farklı olduğunu sanan gençler birçok sorun yaşarlar.

Homoseksüalite (Eşcinsellik)

Kişinin kendi cinsi ile cinsel ilişki kurma eylemine ve isteğine homoseksüalite (eşcinsellik) denir. Günümüzde nedenlerini açıklayacak kesin biyolojik, genetik, hormonal etkiler hakkında bilgi bulunmamıştır. Ergenlikteki cinsel kimlik gelişimi sırasında, ergenler aynı cinsten birilerine dokunmaktan hoşlandıklarını fark ettikleri zaman dehşete kapılırlar. Bu konuda bilgisi olmayan ergen, cinsel yönelimi hakkında kuşkuya kapılır. Kişilik özelliklerine göre bu korkusu yaşantısını etkileyecek kadar fazla olabilir. Ergenlik döneminde, özellikle erkek ergenler arasında cinsel el şakaları oldukça yaygındır. Bu endişesini paylaşamayan ergen şakalaşmalar nedeniyle, kendini iyice çıkmazda hissedebilir. Bazen bu tür şakalar merakla birleştiğinde, bazı cinsel denemeler olabilir. Bu durum ergeni, artık geri

dönülmez bir yola girdiği inancına yöneltebilir. Kimlik bocalaması olan ergenlerde, bu durum daha sıkıntılı yaşanabilir. Bu durumda ergene, bunun cinsel yönelim seçimi anlamına gelmediği ve bulunduğu döneme özgü genel bir durum olduğunu anlatmak, onu rahatlatacaktır. Yoksa, benliği ile uyumlu olmayan bu süreç birçok ruhsal hastalığa neden olabilir. Bunu yapabilmek için ebeveynlerin de bu konuda bilgi sahibi olmaları ve çocukları için aşırı endişe duyarak ergene baskı yapmamaları gerekir. Baskı ve kızgınlık sorunu sadece artırır. Eşcinsel olduğunu fark etmek, sadece ebeveyne değil ergenin kendisine de acı verecek ve travmatik tepkiler doğuracaktır. Toplumsal öğretiler nedeni ile suçluluk, korku, utanç, ayıplanma, reddedilme, yalnızlık, inançsızlık, öfke ve iğrenme duyguları yaşanacaktır. İnsanları acımazsızca yargılamaktan uzak durmalıyız. Çocuğunuz eşcinsel olduğunu size açarsa, ona yardım elinizi uzatın. Ona, onu hâlâ sevdiğiniz ve anlamaya çalıştığınız garantisini verin.

On altı yaşında olan kızlarının lezbiyen olduğunu söylemesi ile dehşete kapılan aile, onunla birlikte doktora başvurmuştu. Hemen hemen hiç arkadaşı olmayan genç kız, erkeklerden değil kızlardan hoşlandığını, bir kadının onu öpmesini, okşamasını hayal ettiğini, bir kadın sevgilisi olmasını çok arzuladığını söyledikten sonra, "Bu nedenle ben lezbiyenim." açıklamasını yaptı. Görüşmelerden sonra, evde bir tartışmada annenin "Neden?" diye bağırması üzerine, ağlayarak, "Çünkü sen beni hiç sevmedin, beni sevecek bir kadın olmalı." dedi.

On dört yaşındaki erkek çocuk görüşmeye anne ve babası ile birlikte, kendi isteği ile geldi. Annesi bilgisayarda, messenger'da büyük bir erkekle yazışmalarını okumuştu. Yazışmalarında adama gay olduğunu söylemişti. Annesi onunla konuşunca ağlayarak bunu istemediğini

ama öyle düşündüğünü, bunun bir hastalık olduğunu ve tedavi olmak istediğini söylemişti. Anne, baba ile konuşmuş, aile aşırı tepki göstermemiş, sadece çok üzüldüklerini belirtmişti. Bu yaşına değin babası onunla hiç ilgilenmemiş, beş kadınla büyümüş ve geçen sene yatılı okula gitmişti. Eve geldiğinde babasının, kendisinden beş yaş küçük kardeşi ile aşırı ilgilenmesine çok kızıyor, kardeşi ve babası ile hiç ilişki kurmuyordu. Görüşmede babasından nefret ettiğini söyledi.

Ergenlik dönemini tamamlamış ve genç erişkin döneme gelmiş olan çocuğunuz, yıllarca bu durumu düşünerek ve kabullenerek size eşcinsel olduğunu söylüyorsa, bu durum farklıdır. Sizi kızdırsa ve üzse bile cesaretli olup, sizinle bu durumu söyleyebilecek kadar iyi bir ilişkisi olduğunu düşünmeniz gerekir. Birçok aile bu durumda öncelikle kişiyi tedavi ettirmeye, bu durumun geçmesi için yardım almaya zorlar. Kabul ettiremez ya da sonuç alamazsa kızgınlık, görmek istememe, reddetme davranışları gösterir. Eğer gelişim dönemini tamamlamış bir erişkin, düşünerek ve inanarak size bunu söylüyorsa, yapabileceğiniz en iyi şey, onu bu durumda da desteklemek ve sevmektir. Çünkü bu durumu değiştiremez ve size ihtiyaç duyar. Eşcinsellik sadece bir cinsel yönelim değil, bir yaşam biçimi seçimidir. Toplum içinde önyargı ve sevgisizlikle karşılaşabileceği için, onun adına endişelenebilirsiniz. Ama durumu kabul etmekten başka seçeneğiniz yoktur. Oğullarının eşcinsel olduğunu kabullenmek anneden çok baba için zordur. Bunun sizin namusunuzla alakası yoktur. Yetişkin bir çocuk kendi hayatını nasıl yaşayacağına kendisi karar verebilir. Bu ona karşı sevginizi de etkilememelidir. Duygularını yadsıyıp cinsel açıdan size göre normal seçimler yapmasını isteyebilirsiniz, ama en doğrusu düşüncelerinizi kendinize saklamanızdır.

ERGEN CİNSELLİĞİNDE AİLE

Aileler çocukların cinsellikle ilgili ilk eğitmenleridir. Çocuklar, bebekliklerinden başlayarak ailelerinden ve çevrelerinden cinselliğe ilişkin mesajlar alır. Alınan bu mesajlara göre, bilgisini, kimliğini, alışkanlıklarını, eğilimlerini oluşturarak ergenliğe değin gelir.

Ergen cinselliğinde aile çok önemlidir. Çünkü ergenlik döneminde cinsellik ayrı bir dünyadır ve ebeveynlerin etkisinin olmadığı ya da çok az olduğu bir alandır. Ergen cinsel konuları merak eder ve denemek ister. Ama ailenin tutumu ergen üzerinde etkili olur. Ergenin cinselliği konusunda endişeli ve mutsuz olan aile hem sınır koymada hem de destek olmada yetersiz kalacaktır.

Bazı ebeveynler "Cinsel ilişki yaşamanı istemiyorum, bunu yapma." yerine aynı şeyi "Yaparsan haberim olsun." şeklinde, umursamaz olduğunu sandıkları bir yöntemle söylerler. Bu

durum ergenin, gereksinim duyduğunda onlara başvurmasını ve yardım almasını engelleyebilir. Ya da "Olan biten her şeyi bilmek istiyorum." diyerek, ergeni korumaya ve olayları kontrol etmeye çalışırlar. Oysa ergenler ailelerinin bilmesini istemedikleri hiçbir şeyi onlara söylemezler.

Bazen aileler çocuklarına, toplumsal, ahlâki ya da dini nedenleri ileri sürerek, cinsel ilişkinin yanlış olduğunu anlatırlar. Ergenlerin algıları kendilerine dönük olduğu için, yanlış ve doğrulara kendilerinin karar verebileceğini düşünürler. Bu girişimler ancak benzer ve yoğun değerlere sahip ergenlerde işe yarar ve başka sorunlara yol açabilir. "Daha küçüksün, şimdi olmaz" yaklaşımı korkunuzu ona açık bir şekilde gösterir. Bazen aileler ergene, olumlu yaklaştıklarını düşünerek, aşık olmadan cinsel ilişkiye girmemesini öğütler. Ama gençler dürtülerini kolayca aşk sanabilecekleri için cinsellik aşka, aşk da erken evliliğe dönüşebilir.

Aileler ergenlerin erken yaşta cinselliği denemelerinden endişelenmekte haklıdırlar. Erken dönemde cinsellikle aşırı uğraşma, başka sorunların yanı sıra, zamanlarının büyük kısmını alarak, başka alanlarda gelişmelerini engelleyici olacaktır. Bu nedenle aile, ergenin cinsel deneyimini olanaklı olduğunca ertelemesini sağlamaya çalışmalıdır. Bu hem kız hem de erkek ergenler için geçerlidir. Bunu sağlayabilmek için öncelikle, ergenlikte cinselliği algılamak ve kabullenmek gerekir. Sonra, gençleri cinsellik konusunda en iyi şekilde bilgilendirmeye çalışmak lazımdır. Ama daha önemlisi, cinselliğin sadece fiziksel bir kadın–erkek ilişkisi değil, duygusal bir ilişki olduğunu anlatmaktır. Kendi yaptıklarınıza ve verdiğiniz bilgilere güvenin. Daha önemlisi, eğer genç yaşamının diğer alanlarında doğru ve sorumlu davranıyorsa, cinsellik konusunda da öyle davranacağına güvenmeniz gerekir.

ERGENLE CİNSELLİK KONUŞMAK

Ergenlerle cinselliği konuşurken, önceki dönemlerden farklı olarak, öğretmenden çok bir danışman gibi olmak gerekir. Sosyal ve gelişimsel konular üzerinde durarak, temellerden çok davranışlardan bahsedilmelidir. Çünkü gençlik döneminde cinselliğin odağı yavaş yavaş "bilmek"ten çok "uygulama" aşamasına geçmeye başlamıştır. Çocuğunuzun bilinçsizce cinsel etkinliğe girmesi beraberinde çok önemli sorunları getirebilir. Bu olasılık anne ve babalar için ergenlik dönemindeki korku ve kaygıların önemli bir kaynağıdır. Korku ve kaygılarla baş edebilmenin en doğru yolu, çocuğunuzu cinsellikle ve bunun getirebileceği olumsuz yaşam olaylarıyla ilgili bilgilendirmenizdir. Çocuğun artık cinsel olarak etkin olmaya yakın dönemlerde olduğunu göz önünde bulundurarak, cinsel etkinliğin bera-

berinde getirebileceği fiziksel ve duygusal sıkıntılar üzerinde durulmalıdır. Onu endişelendirmeyecek ölçülerde cinsel yolla bulaşan hastalıklar, istenmeyen gebelikler ve bunların yaşatacağı zorluklarla ilgili de bilgi verilmelidir.

Çoğu zaman aileler, genç çocuklarının cinsellik konusunda kaygılanmalarına engel olmak amacıyla, cinselliğin haz verme özelliğiyle ilgili aşırı vurgu yapabilmektedirler. Cinselliğin haz vermesine ilişkin vurgu, benzer şekilde medya ve arkadaş çevresi tarafından da kullanılmaktadır. Ancak unutulmamalıdır ki, ergenlik döneminde kişiler olumsuzlukları göz ardı ederken, olumlu, eğlendirici ve keyif verici noktalara daha fazla odaklanmaktadırlar. Tüm olumsuzlukları anlatılsa da, keyif verici noktalara olan ilgi nedeniyle gençlik döneminde alkol, madde kullanımı ve uygun olmayan, korunmasız cinsel ilişki artmaktadır. Ergenlik döneminin bu gibi özellikleri göz önünde bulundurularak, bilgi verirken olumsuzları beraberinde getirebilecek ve ergene cazip gelebilecek olumlu yönlerin öne çıkarılmamasına özellikle dikkat edilmelidir.

Ergeni Cinselliğe Hazırlamak

Bebeğin çevresindeki objelere dokunarak dünyayı tanımaya çalışması gibi, ergenler cinselliği denemek isterler. Bir ergeni cinsellik deneyimine özenle hazırlamak oldukça önemlidir. Ergenlik çağındaki çocuğunuzla cinsellik konusunda konuşurken ona, her şey kontrolden çıkmadan kendi kendine, "Buna hazır mıyım?" ve "Gerekli korunma yöntemlerini sağladım mı?" sorularını sormasını aktarmak bir yoldur.

Gençler bazen söylentiler ve yanlış bilgiler nedeniyle kontrolsüz olabilirler. Örneğin, bazı şartlar altında ya da bazı anlar-

da hamile kalınmayacağına inanırlar. Gerçek şudur ki her an hamile kalınabilir. Benzer şekilde, AIDS sadece eşcinsellere bulaşan bir hastalık değildir. Birlikte olunan kişinin, başka hiç kimseyle cinsel ilişki kurmadığına ilişkin yemin etmesine inanarak, güvende olduğunuzu düşünmeniz, hastalık kapmanıza engel olmayacaktır. Bu nedenle gençlere, güvenli cinsel ilişki, hamilelik ve hastalıklardan korunma yolları gibi konularda bilgilerin aileler tarafında aktarılması gerekir. Bu bilgileri konuşmaya başlamadan, ona cinsel yönden aktif olmasını istemediğinizi, uygun bulmadığınızı ve bunun nedenlerini anlatmanız uygun olur. Sonra, cinsel yönden aktif ve sorumluluk sahibi kişilerin kendilerini ve birlikte oldukları kişileri korumaları gerektiği belirtilebilir. Önlem alma sorumluluğu sadece erkeklere değil kızlara da düşer.

Ergenlik çağındaki çocuklarınızın cinsellik ve ilişkilerle ilgili söylediklerine kulak verin. Sizden daha fazla şey biliyor olabilirler. Uzun süreli bir ilişki yaşayana kadar ya da evlenene kadar cinsel ilişki kurmak istemiyor olabilirler. Kızınıza, işin içinde ne kadar "okşama" olursa olsun cinsel birleşmeye "hayır" deme hakkının olduğunu iyi açıklayın. Birçok genç kız bir noktaya kadar izin verince "dur" demenin zor ya da yanlış olduğuna inanır. Oysa, bazı şeylere çok ileriye gitmeden dur demek daha güvenilirdir. Bedenlerine ve bakireliğe önem veren, sadece evlenecekleri insanla sevişeceklerini düşünen insanların, bunu açıkça ifade etmeleri gerekmektedir. Eğer bu düşüncelerine ve inançlarına rağmen olayları kontrol edemez ve cinsel ilişkiye girerlerse, sonradan ciddi ruhsal sıkıntılar yaşayabilirler.

Eğer dini inançlarınız güçlüyse ya da evlilik öncesi sekse karşıysanız, bunları çocuğunuzla daha önceden oturup konuş-

manız gerekir. Bu konuşma onu tehdit etme, yasaklama şeklinde değil, düşünce ve inançlarınızı paylaşma şeklinde olmalıdır. Sizin inandıklarınızı kabul etmek zorunda değildir. Ama en azından, size göre evlilik dışı cinsel ilişkinin neden yanlış olduğunu açıklamış olursunuz. Daha sonra yaptıkları seçim, sizin düşüncelerinizden dolayı suçluluk hissetmelerine neden olmamalıdır.

Çocuğunuzla açık ve dürüst bir ilişkiniz varsa, size rahatlıkla onları rahatsız eden soruların yanıtlarını sorabilirler. Eğer yanıtları bilmiyorsanız, bu konuda yazılmış kitaplardan yararlanabilirsiniz. Evde birkaç tane cinsellikle ilgili kitap bulundurmanız pornografiye merak sardığınız anlamına gelmeyecektir.

Cinsel ilişki sadece üremekle ilgili değildir, çeşitli duygular da içermektedir. Çocuğunuzun duygularını asla küçümsemeyin. Aşık olmak güçlü bir duygudur. Bırakın ergenleri, yetişkinlerin bile baş etmekte zorlandıkları bir duygudur. Siz ergenlik çağındayken, duygularınızla baş etmekte nasıl zorlandığınızı hatırlıyor musunuz? Bazen o yıllarda yaşadığımız zorlukları hatırlamaya çalışmamız, çocuğumuzu anlamamızı ve ona yardım etmemizi kolaylaştırır. Ergenler çekici olduklarına pek inanmazlar. Cinselliğe adım atmalarının nedeni, itici olmadıklarını ispat etme hevesleri olabilir. Ergenler kendilerini bu nedenden dolayı kullandırmaktadırlar. Bu nedenle, onunla konuşarak cinselliğin sadece bedensel çekicilik ve beğeni ile ilişkili olmadığını, duygularla, kendini hazır hissetmekle ve istemekle bağlantılı olduğu söylemek, onun duygu ve düşüncelerini dinlemek gerekir.

ERGENLİKTE CİNSELLİK

Ergenlik dönemine girerken oluşan değişikliklerin çoğu ergenin cinselliğine yansır. Memelerin büyümesi, kıllanma, ses değişiklikleri, yağlanmanın dağılımı hep cinsellikle bağlantılıdır. Tüm bunlar, zihninin de cinsellikle aşırı uğraşmasına neden olur. Konuşmalar, şakalar ve karşı cinse duyulan ilgi belirgindir. Ergenlikte cinsellik duygusal bir konudur. Kız ve erkek ergenlerin cinselliğe bakışı ve yaklaşımı farklılık gösterir. Kızlar için cinsellikte sevgi ve aşkın önemi daha fazladır. Hayal etmek ve hissetmek daha önemlidir. Çoğunlukla cinsel dürtülerini çok büyükler ya da ünlü kişiler gibi ulaşılmazlara yöneltirler. Erkeklerde ise cinsellik dürtüsü yoğundur. Mastürbasyonla, erkek arkadaşlarla yapılan konuşmalarla, cinsel dürtüler doyurulmaya çalışılır.

Duygular ve Cinsellik

Cinselliği tam anlamak için cinsellikle birlikte aşk, sevgi, yakınlık, samimiyet gibi duyguları da anlamak gerekir. Çocuklara cinsellik anlatılırken, bu duygular ve değerler de anlatılmalıdır.

Aşk, Sevgi ve Değerler

Birini sevdiğimizi söylemek aynı anda birçok şeyi ifade edebilir. İçinde hoşlanmayı, arkadaşlığı, fiziksel beğeniyi, fedakarlığı ve bir çok duyguyu barındırabilir. Cinselliği de içeren kavram ise çoğunlukla aşktır. Ama aşk, cinsellik olmadan da yaşanabileceği gibi, aşk olmadan cinsellik de olanaklıdır. Gittikçe artan oranda aşk, daha kısa süreli, daha maddi, daha yıkıcı duygular için kullanılan bir kelime olmaya başlamıştır. Oysa aşk, sevgi ve yakınlık gibi çok daha derin ve boyutlu kavramları içerir. Kısa dönemli, fiziksel birliktelikten çok, uzun dönemli duygusal bir bağın ifadesidir. Birinin size, sadece siz olduğunuz için değer vermesi, kendi duygularını kabul ettirmeye çalışmadan sizi anlaması ve kabul etmesidir.

Çocuklarımızla cinsellikle ilgili konuşurken, cinselliğin salt bir fiziksel aktivite değil, duygusal, sosyal ve ruhsal bir aktivite olduğunun üstünde durmak gerekir. Eğer aşk ve sevgiyi onlara anlatırken yeterince dikkatli ve bilinçli yaklaşmazsak, aşkın asla ulaşılamayacak bir duygu olduğunu düşünebilirler.

Değerlerimiz, kuracağımız bağların belirleyicileridir. Değerleri çocuklarımızla konuşmamız gerekir. Ona, kendinde ve arkadaşlarında beğendiği, önem verdiği özelliklerin, değer verdiği şeyler olduğunu söyleyerek başlayabiliriz. Çünkü cinsel yaşamda değerlerin önemi büyüktür. Yoksa cinsellik, sadece

yüzeysel bir durum olarak yaşanacaktır. Çocuklara, doğru ilişkiler yaşayabilmeleri için kendi değerlerini oluşturabilmelerini ve karşılarındaki kişilerle bu değerleri paylaşmalarını öğretmeliyiz. Çünkü kendi değerlerinin ne kadar farkında olurlarsa, paylaşacakları kişileri o ölçüde iyi seçeceklerdir.



Kız-Erkek Arkadaşlığı: Flört

Bilinçli ya da bilinçsiz olarak ihtiyaçlarımızı karşılama mücadelesi veriyoruz. İlk ve en önemli ilişki deneyimimizi annemizle yaşarız. Bu, bizim ilişkinin ne demek olduğunu anlamamıza yardımcı olur. İhtiyaçlarımız değiştikçe, babamız ve ailenin diğer bireyleri hayatımızda önemli rol oynamaya başlarlar. Zaman geçtikce ihtiyaçlarımızı karşılayabilmek amacıyla başka ilişkiler yaşama arayışına gireriz. Sevilmeye ve anlaşılma-

ya çok ihtiyaç duyarız ve yaşımız büyüdükçe anne-babamız bu ihtiyaçlarımızı karşılayamaz hale gelir. Gittikçe artmakta olan duygusal, entelektüel, fiziksel ve ruhsal ihtiyaçlarımızı tatmin edebilmek için daha çok arkadaş edinir, hayatımıza daha çok insan sokmaya başlarız. Bu ihtiyaçlarımız tatmin olunca bir bütün olduğumuzu hissederiz.

Gelişimimiz süresince bir eşe, özel bir arkadaşa, özel hayatımızı paylaşabileceğimiz birine ihtiyaç duyarız. İlişkilerde ihtiyaçları tatmin etme süresine bir müddet sonra cinsellik de girer, bu doğaldır ve yadsınamaz. Kızınız veya oğlunuz ihtiyaçlarını karşılamak için karşı cinsten birini bulma arayışına girer. Uzun süre bunun farkında olmayabilir ve sizi o kişinin sadece arkadaşı olduğuna ikna etmeye çalışabilirler. Cinselliklerini kabullenmeleri zaman alacaktır. Çocuğunuzu karşı cinsten arkadaşlar edinmeye yüreklendirmeniz, kendini tanımasına ve hayat arkadaşını seçmesine yardımcı olacaktır.

Cinsel eğitiminde buna çok az değinilmesine rağmen, çocuklarımıza, cinsellikten konuşurken sevginin ve ilginin önemini vurgulamamız gerekir. Ergenlik çağındaki çocuğunuz bir ilişkiden ne istediğine karar verirse, kendisini daha güvende hissedecek ve kalbi kırılmayacaktır. Kızınızın bir erkekle iyi arkadaşlık kurması, onunla cinsel ilişkiye girmezse onu kaybedeceği anlamına gelmez. Kızlara bedenlerine değer vermelerini öğretmek, kendilerini birine adamadan önce daha iyi seçimler yapmalarına yardımcı olacaktır. Bu, onu hayal kırıklığı veya kullanılma duygularından koruyacaktır.

Erkekler sadece cinsellik peşinde koşmazlar. Aynen bazı kızların merak edip fiziksel deneyimlerin peşine düşmeleri ya da duygusal bağlılık olmaksızın kabul edilmeyi beklemeleri gibi, erkekler de yoğun ve derin duygular içine girebilirler. Duygu-

sallığı yadsıyan gençler, çoğunlukla ya incinirler ya da reddedilirler. Ebeveynleri tarafından kendilerini suçlu hissetmeden duygularını ifade etmeye yüreklendirilmelidirler.

İlk kız-erkek ilişkileri genellikle 13-14 yaşlarında başlar. Bu yaşlarda flört adeta bir oyundur ve daha çok içlerinde yaşarlar. Yüzeyseldir, beğenme ile sınırlı ve kısıtlıdır. Genellikle kalabalıkta, grup içinde birlikte olunur. Grup içinde biriyle olmak gurur vericidir. Buna rağmen kendi cinslerinden birileriyle birlikte olmaktan daha çok hoşlanırlar. Değişen etkenler, filmler, diziler ve çevrelerindeki örnekler nedeniyle son yıllarda, çocukların, özellikle de kızların, daha küçük yaşlarda özel arkadaşlık özentileri görülmektedir. Bu durumlarda çocuklara aşırı tepki verip kızmamak, ama desteklememek de gerekir.

Orta ergenlik döneminde flört daha belirgin hale gelir. Kızlar kendilerini daha erken hazır hissederken (15-16 yaş), erkekler birkaç yıla gereksinim duyarlar. Bu nedenle kız ergenler kendi yaşıtlarından çok, daha büyüklere ilgi duyarlar. Hazır olmadan flörte başlamak, ergenin kendisinde, arkadaşlarında, hatta ailesinde bile ergenin aranan ve beğenilen biri olduğu kanısını uyandırabilir. Bu aslında bir kazanç değildir. Gelişim döneminde, çeşitli alanlara vermesi gereken ilgisini ve zamanının tümünü buraya verecektir. Bu ise ergenin geleceği için bazı olumsuzlukları beraberinde getirebilir. Uygun zamanda, kendini hazır hissederek ve sık değişimler olmadan yapılan flört, ergenin geleceğe hazırlığında etkilidir. Ergenlik döneminde flört, ergenin kişiler arası ilişkileri ve sosyal rolleri denemesine neden olur. Kendileri ve karşı cins hakkında çok şey öğrenmesini sağlayabilir.

Çocuk için ilk kez biri ile çıkacak olmak inanılmaz bir heyecan ve beklenti anlamına gelir. Ne yapacağını bilmemesi nor-

maldir. Bu nedenle amacı ilişki kurmaktan çok, ilk kez biri ile çıkmayı başarmak olabilir. Oysa bunu arkadaşları arasında bir statü sağlama amacı olarak değil, bir ilişkide aradıklarını keşfedebileceği bir deneyim olarak görmeleri gerekir. Çocuğun ilk kez biriyle çıkacak olması aile için de gerginlik verici olabilir. Bu nedenle öncelikle çocuğu dinlemek gerekir. Çıkacağı kişi ile ilgili beğendiği şeyleri ve değerleri hakkında konuşmasına izin verip, kendi tercihlerinizi bir yana bırakarak, onunkileri anlamaya odaklanmak gerginliğinizi gidermeye yardımcı olur. Onu kiminle çıkacağı, ne zaman, nerede buluşacağı, ne giyeceği gibi konularda konuşması için yüreklendirmek sizi ve onu rahatlatır. Aynı zamanda alkol almak, etkilemek için yalan söylemek, kuralları çiğnemek ve cinsel ilişki kurmak gibi olumsuzlukları da konuşmak gerekir. Eğer çocukla olumlu bir ilişki kurabilmişseniz flörtte aksayan tarafları sizinle paylaşacaktır.

TELEVİZYON VE İNTERNET



Ergenlik dönemi, erişkin otoritesinin önemsenmediği ve reddedildiği bir dönemdir. Bu nedenle ailelerin seyredilenleri ve internetteki gezintileri takip etmeleri zorlaşır. Gençlik, riskli davranışların ilginç geldiği bir dönem olduğu için, cazip bir biçimde sunulan riskli davranışlar, dönem özelliği olarak verilirse, genç tarafından kolayca benimsenir. Aşırı cinsellik öğeleri taşıyan filmler, oyunlar, algılarını ve sağlıklı gelişimini etkiler. Duyguları çok çabuk değiştiği için etkilenmesi yoğun olabilir.

Gençler gittikçe artan oranlarda yüz yüze görüşmeler yerine interneti yeğlemektedir. Bu durum sosyal ilişkilerini ve gelişimlerini engellemektedir. Başka bir tehlike de sanal dünyada tanışılan kişiler ve onlarla paylaşılanlardır. İnternetten ayarlanan randevular cinsel istismar, taciz ya da zedelenmelerle sonuçlanabilir. Öyle olmasa bile ruhsal açıdan yaralar açabilir.

ERGENLİK DÖNEMİ ÖZET

Bir Ergenden Neleri Yapması Beklenir: 12-21 yaş arasında yapılmasını beklediğimiz bazı şeyler vardır. 12-14 yaşları arasında, cinselliğin işlevini, cinsel sorunları, yakınlık ve aşkın anlamını bilmesini, kendi bedenini sağlıklı bir şekilde kabullenmesini, cinsellikle ilgili duyabileceği suçluluk, korku ve utanma ile başedebilmesini bekleriz. 15-17 yaşları arasında, düşünce, duygu ve davranışları arasında tutarlılık olmasını ve buna bağlı kimliğinden hoşnut olmasını, cinsellikten uzak durma konusunda doğru algısının olmasını, kendi duygularının farkında olabilmesini, cinselliğin, aşkın ve yakınlığın birbirinden farklı şeyler olduğunu, bunları nasıl ve ne zaman yaşayabileceğini ayırt edebilmesini umarız. 18-21 yaşları arasında ise, aile ile ayrışmaya başlayıp, yakın ve aşk temelli ilişki kurabilmesini, ilişkilerdeki çatışmaları çözümleyerek, cinsellikle ilgisini belir-

leyebilmesini, cinsel hazzın farkına vararak doğru bir cinsellik için motive olmasını bekleriz.

Ergenlik döneminde yapılmaması gerekenler: Ergenlerden bunları beklerken, bizim de asla yapmamamız gereken davranışlar vardır. Bunlar:

1. Onu başkalarıyla kıyaslamak.
2. Aşırı koruyucu ya da ilgisiz davranmak.
3. Her şeyi siz biliyormuşsunuz gibi davranmak.
4. Riskli davranışlar sergilemediği sürece ergenin kişisel ve özel yaşantısına karışmamak.

Ergenlik döneminde yapılması gerekenler: Tüm bunların yerine, bu dönemde gençle, cinsellik, yakınlık ve aşk üzerine konuşmak, kendi gençlik yıllarınıza ilişkin resimleri, yıllıkları, öyküleri paylaşmak, bunu yaparken kendi döneminizle onun dönemi arasındaki değişimlerin farkında olmak, yıllar boyu süren arkadaşlıklar, ilişkiler ve birlikteliğin cinsellik anlamına gelmediği hakkında konuşmak, onun sizi, sizin de onu anlamanızı kolaylaştıracaktır.

ERGENLİKTE RİSKLİ CİNSEL DAVRANIŞLAR



Cinsel İlişki Kurma Yaşı

Gençlerle cinsellik konusunda konuşurken, uçlarda yaşamanın getireceği sorunları mutlaka konuşmak gerekir. Cinselliğe aşırı ilginin daha önemli ihtiyaçlarını karşılamasını engelleyeceğini, çok uzak durmanın fiziksel ve duygusal yoksunluğa neden olacağını vurgulamak önemlidir.

Tüm bunlar vurgulandıktan sonra, ilk cinsel deneyimin önemi anlatılmalıdır. Çünkü biyolojik açıdan bakıldığında belli bir yaştan sonra herkes cinsel ilişki kurmaya muktedir hale gelir. Oysa sizin ona anlattığınız gibi, cinsel ilişki sadece biyolojik yeterlilikle bağlantılı değildir. Ruhsal ve sosyal açıdan da yeterlilik gerektirir. Cinsel ilişkiye girmeden önce kişinin, kendi cinselliğini anlaması ve tanıması önemlidir. Sonra karşı

tarafı değerlendirebilmelidir. Bunu, geleceğe yönelik olarak, cinsel ilişkinin getireceği toplumsal ve bireysel sonuçları değerlendirmek izler. Bunların tümünü yeterli bir şekilde yapabilen kişi cinsel olgunluğa erişmiş demektir. Henüz benliği gelişmemiş, olgunlaşmamış bir ergen için cinsel ilişki, geri dönülmez bir sorunlar yumağının başlangıcı olabilir. Hele bir de ahlâki değerler açısından hazır değilse, sorunlar artar. Bu koşullarda cinsel ilişki kurma yaşını belirlemek zordur.

İlk Deneyim

Uygun yer, uygun zaman, uygun insan ve hazır olmak gerekir. İlk cinsel deneyimi yaşama yaşı gittikçe düşmektedir. Sorulduğu zaman ergenler, anne-babalarının öğrettiği gibi kendilerini seven ve değer veren biri ile ilk deneyimi yaşamak istediklerini söylerler. Ancak çoğu genç ilk deneyimini, bu koşulları sağlamadan gerçekleştirir. Kız ve erkeklerin tutumları farklıdır. Erkekler ilk deneyimi genellikle daha erken yaşarlar. Erkek için "büyümüş" olmanın bir göstergesi gibi algılandığından, "başarma" korkusu bir yana, daha doğal algılanmaktadır. Eski geleneklere uygun olarak, ağabeylerce ilk deneyim için uygun görülen ve para karşılığı kurulan ilişkilerin, şartlar uygun olmadığından, daha sonra kaç erkekte cinsel fonksiyon bozukluğuna yol açtığının bilindiğini sanmıyorum. Üstelik bu deneyim başarısız olmuşsa, ruhsal açıdan başka sorunları da beraberinde getirmiş demektir. Cinsel eğitimin yetersizliği göz önüne alındığında, ilk deneyimde korku ve sonrasında pişmanlık oranları kız çocuklarda artmaktadır. Çoğunlukla, sonrası evlilik olacak ümidiyle girilen bu ilişkilerden sonra, bir de beklenti karşılanamamışsa sorunlar çoğalmaktadır. Ergenlik

döneminde isteksizce girilen cinsel ilişki, sonunda erken evlilik bile olsa, cinsel isteksizlik, vajinismus ve empotansa neden olabilir.

Gençlerin cinsel deneyimi ertelemeleri için önemli ve geçerli nedenler vardır. Cinsel ilişkiyi de kapsayan bir ilişki için yeterince olgunlaşmamış olmaları en önemli nedendir. Cinsel deneyim sonrası oluşacak sorunlardan korunabilmenin en etkin yolu ilk deneyimi ertelemektir. Çünkü, erken yaşta cinsel deneyimin tehlikelerini tüm dünya yaşamaktadır. Çoğunlukla ilk deneyim hazırlıksız yaşandığı için, beklenmeyen gebelik riski fazladır. Bilinçsizce girilen ilişkiler, cinsel yolla bulaşan hastalıklar için bulunmaz yayılma fırsatıdır. Bu nedenle gençlere, cinsel deneyimin sorumluluk gerektirdiği anlatılmalıdır. Cinsellik konusunda karar verme hakları vardır. Ama sonuçlarını bilmek, üstlenmek, kendilerini korumayı öğrenmek zorundadırlar. Bu nedenle onlara cinsel bilgileri ve değerleri öğretirken, korunmayı, gebeliği, hastalıkları ve yardım alabilecekleri yerleri de öğretmemiz gerekir.

Çok Erken ya da Çok Geç Yaşta İlişki

Her ergen farklı olgunlaşır. Bu nedenle çok erken ya da geç cinsel ilişki her zaman anormallik ya da sapkınlık olmayabilir. Henüz ergenliğin başında olan çocuğunuzun cinsel ilişki yaşadığını öğrenmek sizi dehşete düşürebilir. Yine de aşırı tepki göstermemekte yarar vardır. Bunun nedenlerini araştırmak gerekir. Çocuğunuz tüm bunları, gerekli bilgileri ve değerleri vermenize karşın yaşamışsa, bunun ardından da sizinle konuşabilmelidir. Eğer çocuğun her şeyi düzenli gidiyorsa, okulda, evde ve arkadaşlarıyla sorunu yoksa ve yaşamla uyumluysa,

farklı bir yaklaşım göstermeniz uygun olur. Neden ve nasıl olduğunu, neler hissettiğini ve korkularını onunla konuşmalısınız. Bunun niçin doğru olmadığını anlatmalısınız. Unutmayın, bu durumda onun da desteğe ihtiyacı olabilir.

Eğer cinsellikle ilgili aşırı cesur ve gözü kara davranışı, başka benzer davranışlarla birlikte ise sorun var demektir. Davranım bozukluğu başta olmak üzere birçok hastalığın belirtisi olabilir. O zaman yapılması gereken bir ruh sağlığı uzmanından yardım almaktır.

Ergen cinsel ilişkiye kendi isteği ile girmemiş olabilir. Bunun bir tecavüz olması gerekmez. Kendinden büyük birinin ısrarı, baskısı buna neden olmuş olabilir. Bu durumdan hoşlanmasa da hayır diyememiş olabilir. Bu nedenle huzursuz, korkmuş ve aklı karışmıştır. Hamilelik endişesi taşıyabilir. Ailesinin kızması ve onlardan korkması, gizlemesine neden olur, yaşayacağı sorunları artırır.

Bazı ergenler içinse cinsellik çok baş edilemez, kabul edilemez olabilir. Bu nedenle büyümeyi ve cinselliği tamamen reddedebilirler. Bu durum yeme bozuklukları gibi bazı hastalıklarla bağlantılı olabileceği gibi, karmaşık bazı algılamalar, inanışlar nedeni ile de görülebilir.

Ergen Gebeliği

Ergen gebeliği psikolojik, sosyal ve ekonomik bir sorundur. Ergen gebeliğinin fiziksel olarak birçok riski vardır. Gebelik sırasında görülen tüm sorunlar ergen gebeliğinde daha çok görülür. Gebeliğe ilişkin sorunlardan kansızlık, yüksek tansiyon, bebeğin yetersiz beslenmesi, beden gelişimi nedeni ile zor doğuma bağlı sorunlar ve ölüm çok daha fazla görülür. Bu

nedenle tüm dünya ergen gebeliğini önlemeye çalışmaktadır. Ergen gebeliğini engellemenin ilk adımı, hangi ergenlerin gebe kaldığını anlamaktan geçer. Bizim ülkemizdeki en önemli sorunlardan biri ergen evliliklerinin, dolayısıyla ergen gebeliklerinin doğal karşılanmasıdır. Erken evlilik yaşı, henüz çok genç olan kızların hamile kalmalarına neden olmaktadır. Ancak süreç yasal ya da geleneksel evlilik süreci olduğunda gebelik sorun gibi algılanmamaktadır. Oysa adına evlilik dense de, küçük yaşta çocukların evlendirilmesi hem çocukların cinsel yönden istismarıdır, hem de evli ergenler ve dünyaya getirdikleri bebekler evli olmayanlarla aynı risklere sahiptir. Erken yaşta cinsel deneyim; yaşama hazır olmadan hamile kalma, babasız ve bakamayacağı bir çocuk sahibi olma, cinsel yolla bulaşan hastalıklara yakalanma gibi birçok önemli soruna neden olmaktadır.

Yapılan çalışmalar, bu gençlerin daha çok okul sorunları olan ve okulda başarısız olan gençler olduğunu göstermektedir. Ayrıca sorunlu aile ilişkileri, aile bağlarının zayıf oluşu ergenlikte hamilelik riski ile ilişkili görülmüştür. Yine ergenlik döneminde okul dışı etkinliklerin olmaması, yani ergenin spor, müzik gibi alanlarla ilgilenmemesi riski artıran faktörlerdendir. Davranım bozukluğu; çocukluk çağında görülen, evden kaçma, hırsızlık yapma, kendine ve başkalarına zarar verme, madde kullanımı gibi bulguları olan bir hastalıktır. Bu hastalık ergen gebeliği için risk taşıyan sorunların en önemlilerindendir. Özellikle evden kaçma, tecavüze uğrama, birilerine sığınma ya da para bulma çabası riski artırmaktadır. Aynı zamanda davranım bozukluğu olan gençlerde dürtü kontrol bozukluğu sık görülür. Bu da gebelik için ek risk nedenidir. Sosyoekonomik düzeyi düşük olanlarda ekonomik nedenler

daha fazla etkili olurken, yüksek olan grupta psikolojik nedenler daha etkilidir. Ayrıca aile ilişkileri daha iyi olanlar, destek alanlar ve ruh sağlığı iyi olanlar çocuğu aldırmayı yeğlerken, diğerleri dünyaya getirmektedir.

Ergen gebelikleri, ergenlerin eğitimlerinin sonlanmasına neden olmaktadır. Bu durum aslında, ergenlerin eğitimsiz ve genç anneler oldukları anlamına gelmektedir. Bu durum iş sahibi olmalarını da engellemektedir. Annelik için kendilerini psikolojik, sosyal ve ekonomik olarak hazırlamadıklarından, çeşitli sorunlarla karşılaşmaktadırlar. Depresyon başta olmak üzere ruhsal hastalıkların yanı sıra yaşıtlarından uzaklaşmak, sosyal izolasyona yol açar. Bebek nedeniyle, erken yaşta yapılan evlilikler de sürmemektedir. Boşanma oranları daha fazladır.

Ergen gebelikleri, sadece ergen için değil, dünyaya gelen bebek için de büyük sorunlara yol açar. Bu bebeklerde, fiziksel hastalıkların yanı sıra yenidoğan anomalileri sık görülür. Ayrıca anne bebek ilişkisinde sorunlar, gelişimsel olarak bozukluklar oluşmaktadır.

Ailelerin unutmaması gereken şeylerden biri, eğer bir ergen hamile olduğunu ailesine söylüyorsa, bu onun için büyük olasılıkla yaptığı en zor şeylerden biridir. Evden kaçmak, yasal olmayan yollarla ve tehlikeli bir şekilde çocuk düşürmeye çalışmak, sizden gizli hamileliği sürdürerek bebek sahibi olmak ve sonra bebekten kurtulmaya çalışmak gibi yollar yerine, size anlatmayı tercih etmesi önemlidir. Durumu nedeniyle zaten korkmasına ve sizin tepkinizden çekinmesine rağmen size güvenmiştir. Ne kadar kızgın ve üzgün olursanız olun, öncelikle kendi çocuğunuzu düşünmeli ve mantıklı davranmaya çalışmalısınız. Birlikte en doğru kararı almaya çalışmak gerekir.



İstenmeyen Gebeliklerden Korunma Yöntemleri

Korunma yöntemleri hakkında ergenlere bilgi vermek, onları cinsel ilişkiye sevk etmek anlamı taşıyacağı endişesiyle, birçok aileyi korkutmaktadır. Aslında çok hazır olmayan erge-

ne, ergenliğe girer girmez doğum kontrol hapı vermek doğru değildir. Ergen, sizin ondan bu tür bir şey beklediğinizi düşünebilir. Arkadaşları bundan haberdar olursa, onun ilişkiye girdiğini düşünecektir. Ama bu endişe yüzünden ergene hiç bilgi verilmezse, korunma yolları öğretilmezse ergen gebeliği ve cinsel yolla bulaşan hastalıklar açısından riskleri artabilir. Çoğu ergen bilgisizlikten, korunma yöntemlerine nasıl ulaşacaklarını bilemediklerinden, ulaşmaya çalışmaktan çekindiklerinden korunmamaktadırlar.

Bazen kız ergenler bilerek korunmaz ve hamile kalmak isterler. Bunun nedeni yaşamlarındaki duygusal yoksunluk olabilir. Ailenin, erkek arkadaşın ilgisini çekebilmek için hamile kalmak isteyebilir. Ya da sadece kendine ait bir varlık olmasını ve onunla duygusal eksikliğini tamamlamayı düşleyebilir. Yanlış öğretilerle, hamile kaldığında erkek arkadaşını elinde tutabileceğini sanabilir. Bunların hepsi yardım edilmesi gereken durumlardır.

Gençlerin kontrolsüz cinsel ilişki kurması istenmez. Ancak cinsel olarak aktif olmalarına karşın, beklenmedik cinsel ilişkiler ya da korunma için yeterli bilgilerinin olmaması nedeni ile gebe kalabilmektedirler. Oysa gençlerin cinsel bilgileri öğrenirken korunma yöntemlerini de öğrenmesi gerekir. Evli ergenlerin de erken gebeliğin sakıncaları nedeni ile korunma yöntemlerini bilmesi önemlidir. Korunma yöntemleri, etkinliği yüksek ve sağlıklı yöntemler ile etkinliği düşük yöntemler olarak sınıflanabilir.

Etkinliği yüksek yöntemler:

Prezervatif (Kondom): Prezervatif, kondom ya da kılıf olarak da adlandırılır. Erkek cinsel organına (penis) takılarak, spermlerin (erkek tohum hücrelerinin) kadın cinsel organına ulaşmasına engel olur. Böylece spermler kadın yumurtasına

ulaşamaz ve gebelik olmaz. Her ilişkide kullanılması gerekir. Her bir prezervatif bir kez kullanılıp atılmalıdır. Önemli bir özelliği de cinsel yolla bulaşan hastalıkları engellemesidir. Koruyuculuk oranı yüksektir. Zararı yoktur.

Hormonal yöntemler: Hormonal yöntemler olarak doğum kontrol hapları ve iğneleri sayılabilir. Hepsinin etkisi yumurtlamayı durdurma ve sperm ile yumurtanın birleşimini engellemedir. Kullanmadan önce doktor kontrolünden geçmek gerekir. Kullanılan çeşide göre, belli bir sayıda gün boyunca ilaç alınır, bırakıldığında ise kanama olur. İğneler daha uzun etkili olup, bir ila üç ay arasında değişen türleri vardır. Düzenli kullanıldıklarında ve unutulmadıklarında koruyuculukları yüksektir. İlaç alımı kesildiğinde doğurganlık geri döner.

Rahim içi araçlar: Spiral adı verilen ve doktor tarafından rahim içine yerleştirilen araçlar, döllenmeyi ve döllenme olsa bile döllenmiş yumurtanın uterusa yerleşimini engeller. Çıkarıldığında doğurganlık geri döner. Öncesinde doktor muayenesi olmak ve kontrollere gitmek gerekir. Koruma oranı yüksektir.

Bariyerler: Kadın prezervatifi ya da diyafram, fitiller, sperm öldürücü köpükler bu gruptadır. Spermlerin geçmesini ya da yaşamasını engellerler. Doğru kullanılmaları önemlidir. Sağlığa zararlı değillerdir.

Tüplerin ve kanalların bağlanması: Kadınlarda tüplerin bağlanmasına tüp ligasyonu, erkeklerde kanalların bağlanmasına vasektomi denir. Bu yöntemlerin geri dönüşü yoktur. Bu nedenle sadece bir daha çocuk istemeyenler tarafından uygulanmalıdır. Sadece çocuk olmasını engelleyen, buna karşın cinsel isteğe ve diğer işlevlere olumsuz etkisi olmayan yöntemlerdir.

Etkinliği düşük yöntemler: Takvim yöntemi, geri çekme, vajinal yıkama gibi yöntemlerdir. Ancak koruma oranları çok düşüktür ve önerilmemektedirler. Takvim yöntemi, birçok kişi tarafından kullanılan bir yöntemdir. Hamilelik için tehlikeli günleri saptayıp, o günler cinsel ilişki kurmama esasına dayanır. Ancak güvenirliliği düşük ve önerilmeyen bir yöntemdir.

Cinsel Yolla Bulaşan Hastalıklar

Değişen toplumsal değerler yüzünden cinsel yolla bulaşan hastalıklar gittikçe artmaktadır. Sık değiştirilen cinsel eşler nedeniyle olan bu yayılma ürkütücü sonuçlara yol açmaktadır. Bazı hastalıkların tedavileri bilinmekle birlikte bazıları için tıp henüz çaresizdir. Cinsel yolla bulaşan hastalıklar açısından en büyük riski taşıyan grup ergenlerdir.

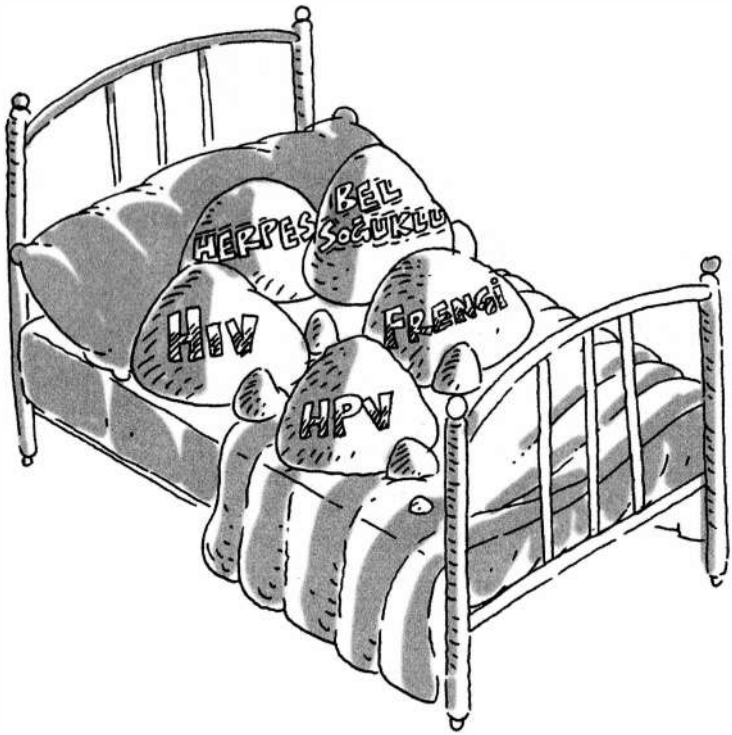
Her yıl üç milyon genç, cinsel yolla bulaşan hastalıklara yakalanmaktadır. AIDS hastalarının yarısından fazlası yirmi beş yaş altındadır ve AIDS, 13-24 yaş arası ölüm nedenlerinde yedinci sıraya yükselmiştir. Sifilis (frengi) ve gonore (bel soğukluğu), genital herpes ve en önemlisi HPV enfeksiyonları (genital siğil) gibi hastalıklar artmaktadır. Bu artışın en önemli nedenlerinden biri cinsel ilişki yaşının düşmesidir. Küçük yaşta ve kontrolsüz ilişki bulaşmayı artırır. Ergenlikte cinsel ilişkiler daha plansız olduğundan, korunma oranları da azdır. Cinsel yolla bulaşan hastalıklardan gençleri korumanın yolu, onları eğitmek, tehlikelerden haberdar etmek ve korunma yollarını öğretmektir.

En yaygın nedeni korunmasız cinsel ilişki olan, cinsel yolla bulaşan hastalıklar tedavi edilmediklerinde üreme sistemine ciddi zararlar verirler. Bu hastalıklar bakteriler, virüsler, mantarlar

ya da parazitlerle oluşur. Bu mikroplar çoğunlukla cinsel temasla bedene girer. Çoğunun belirtisi akıntıdır. Akıntı dışında kanamalar, yaralar olabilir. Özellikle bakterilerin sebep olduğu hastalıklar ilaçlarla tedavi edilebilmektedir. Ancak virüslerle olanların tedavisi zor ya da olanaksızdır. Genital siğiller özellikle genç yaşlardan itibaren görülebilmektedir. Hızla yayılan ve tedavileri zor olan genital siğillerin kanserleşme riski vardır.

İlk defa 1981 yılında tanındığında eşcinsel hastalığı olarak düşünüldüğü için üzerinde çok durulmayan AIDS artık çocuk ve ergenler başta olmak üzere herkesin sorunudur. Çünkü en sık olarak heteroseksüel ilişkiler, sonra da damar içi madde kullanımı yoluyla bulaşır. Türkiye'de de görülme oranları artmaktadır. Cinsel ilişki yaşının gittikçe küçüldüğü bir ülkede, ergenlerin yeterli cinsel bilgi donanımına sahip olamadıkları da düşünüldüğünde, HIV/AIDS hastalığının bu grup içinde yayılma riskinin büyüklüğü anlaşılabilir. Aynı zamanda madde kullanımının da ergen grubundaki artışı, riski daha da artırmaktadır. Cinsel ilişki kurmanın yoğun ve kontrolsüz olduğu ergenlik döneminde AIDS hastalığının artması, hastalığın yaygınlaşmasına neden olacaktır. Yapılan çalışmalar, bu yaş grubunun hastalığı birlikte oldukları kişilerden saklama eğiliminde olduğunu göstermiştir. Benzer şekilde madde kullanımı sırasındaki enjektör paylaşımı da daha fazladır. Bu nedenlerle ergenlerin, bedenleri, cinsellik, cinsel yolla bulaşan hastalıklar ve korunma yollarıyla ilgili eğitilmeleri çok önemlidir.

Tüm cinsel yolla bulaşan hastalıklarda bilinen en iyi korunma yöntemi cinsel ilişkiye girmemektir. Girildiğinde ise korunmalı ve sık eş değiştirmeden olması önemlidir. Prezervatif kullanımı (kondom) bilinen en etkin korunma yöntemlerindendir.



Cinsel İstismar

Cinsel istismar, büyüklerin çocukları kendi cinsel doyumları için kullanmasıdır. Cinsel istismar denilebilmesi için, istismarı yapanla kurban arasında en az beş yaş fark olması öngörülür. Cinsel istismar dendiğinde sözel istismardan, tecavüze uzanan bir kavram anlaşılmalıdır. Telefon, internet ya da yüz yüze cinsel konuşmalar, teşhircilik, dokunma, ilişki kurma, ilişki izlettirme, pornografi için kullanma ve izlettirme, fuhuşa sürükleme cinsel istismardır. Cinsel istismar

utanma, suçluluk, çevrenin tepkileri gibi nedenlerden çoğunlukla gizlenmektedir. İstismarı yapanlar genellikle aileden ya da çocuğun tanıdığı kişilerdir. Çoğunlukla erkekler tarafından yapılmaktadır. Ergenlik öncesi ve ergenlik döneminde cinsel istismar daha sık görülmektedir.

Eğer çocuğunuz size cinsel istismara uğradığını söylüyorsa ona inanmanız gerekir. Zaten korkmuş, kendi hatası olup olmadığına ilişkin endişeleri olan çocuk, yalan söylediğinin düşünülmesine dayanamaz.

Daha kötüsü, istismarın aile içinde olmasıdır. Çocukla kan bağı olan ya da çocuğa bakmakla yükümlü kişilerle çocuk arasındaki her türlü cinsel eylem, ailede cinsel istismardır. Aile içi cinsel istismara ensest denir. Aile içi cinsel istismar yabancıların yaptıklarından daha fazla ve çocuk için daha örseleyicidir. Daha çok baba-kız istismarı görülmekle birlikte, ağabey, amca, dede istismarları da yoğundur. Ayrıca aile içi cinsel istismar erkek çocuklara yönelik de gözlenebilir. Kız çocukları beş kat daha fazla istismara uğramaktadır. Amerika ve Avrupa'da yapılan çalışmalar aile içi cinsel istismarın yoğunluğunu göstermektedir. Bizde ise bu konuda da sağlıklı rakamlar maalesef yoktur. Ancak klinik gözlemler olayın bizden hiç de uzaklarda olmadığını yansıtmaktadır. Geleneksel yapımız nedeniyle birçok olay, aile içinde bulunan yapanı cezalandırma, istismara uğrayan kız çocuğunu kendinden çok yaşlı biriyle evlendirme gibi uygun olmayan yöntemlerle kapatılmaya çalışılmaktadır.

Cinsel istismarın olduğu ailelere baktığımızda, bazı ortak özellikler görülür. Bunlar, kalabalık aile, genç yaşta anne–baba olma, aşırı dinsel uğraşlar ve gelenekçi tutumlar, çevreden sosyal olarak kopuk yaşamadır. Yine benzer nedenlerle aynı odayı

ya da yatağı paylaşma zorunluluğu, ailenin çocuklar üzerindeki denetiminin ve gözetiminin az olması gibi ortak özellikler izlenebilir. Aile bireylerinin birinde ruhsal hastalık öyküsü ya da alkol kullanma öyküsü sık görülür. Aile içinde cinsellikle ilgili sorunlara rastlanır.

Babaya, anneye ve çocuğa ilişkin belli yapılar saptanmıştır. İstismara uğrayan kız çocuk, genellikle evin en büyük çocuğudur. Bir kısmının, derin olmayan zekâ gerilikleri bulunmaktadır. Seçilen çocuklar daha edilgen, içine kapanık çocuklar olmaktadır. Fazla arkadaşları olmayan, iletişimleri kısıtlı çocuklardır. Annelerin çoğunun eğitimi kısıtlıdır. Ruhsal bir hastalığın varlığı, zekâ sorunları, cinsellikte kısıtlı ilişki gibi nedenlerle kızlarıyla adeta bir rol değişimi gözlenmektedir. Bağımlı ve yetersiz, olgunlaşmamış kişilik özellikleri sıktır. Çocukları ile yeterli duygusal bağ kuramamaktadırlar. Annenin çocukluk öyküsünde de cinsel istismara uğramış olma ya da kardeşinin cinsel istismara uğramış olmasına rastlamak şaşırtıcı değildir. Babalarda ya da istismarı yapan diğer yakınlarda ise, geçmişte örselenme, alkol, madde kullanımı, antisosyal kişilik özellikleri, işsizlik gibi özellikler vardır.

Eğer bir çocuk cinsel istismara uğradığını söylüyorsa, onu mutlaka dinlemek gerekir. Yanlış bildirim çok azdır. Bunu söylemenin çocuk için çok zor olduğunu ve inanılmayacağı korkusuyla genellikle bu duruma katlanmaya devam edeceğini unutmayınız. İnanılsa bile ortaya çıktığında aile içinde olabilecekler onu endişelendirir. Saldırgana sevgi ve nefretle karışık duyguları olur. Ebeveynlerini kaybetmekten, ailesinin dağılmasından korkar. Çocukken dile gelmese bile, yaşadıkları erişkin dönemde ciddi ruhsal hastalıklar olarak ortaya çıkar. Ergenin kesinlikle ruhsal tedavi ve destek alması gerekir.

Çocuğunuz cinsel istismara uğradıysa:

- Çocuğunuz cinsel istismara uğradıysa çok fazla kızacak ve çok üzüleceksiniz. Duygularınızı, sizi anlayabilecek arkadaşlarınızla ve size destek verecek profesyonellerle konuşmaya ihtiyaç duyacaksınız, böylece çocuğunuza destek olabilirsiniz.
- Çocuğunuzun sizin çok üzgün olduğunuzu bilmesi, onun kendini daha kötü hissetmesine neden olabilir. Çocuğunuzun neye ihtiyaç duyduğuna odaklanmaya çalışın.
- Cinsel istismara uğramış çocuğunuzun şefkatli dokunuşlar ve cinsel dokunuşlar ile ilgili olarak kafası karışacak ve bunun tekrar olabileceğine ilişkin kaygı ve korku duyacaktır. Burada ebeveynlerin çocuklarına şefkatle dokunmaya devam etmeleri çocuğun kontrol sağlayabilmesi ve güvende hissedebilmesi için önemlidir.
- En önemlisi de çocuğun cinsel istismarın asla tekrarlanmayacağını ve kimin ne dediğinin hiç önemli olmadığını, olandan dolayı çocuğun hiçbir hatasının olmadığını bilmesidir.

On yaşındaki T. annesinin önünde başı eğik, sessizce duruyordu. Annesi, "Söyle kızım, baban ne yapıyordu?" diye soruyordu. Annenin sesi ağlamaklıydı ve olanaklı olduğunca yumuşak olmaya çalışıyordu. Bir yandan da gördüğü şeyin yanlış olması için dua ediyordu. T. sessizliğini sürdürüyordu. Babası işe gitmişti ama dönecekti. "Bak, kızım," dedi annesi, "lütfen konuş, baban senin yatağındaydı, gördüm, canını yakacak bir şey yaptım mı?" Başını salladı küçük kız, sadece başını salladı. Anne yerinden kalktı ve en yakın karakola gitti. Eşini on yaşındaki kızlarına cinsel tacizle suçladı. Baba her şeyi

reddetti. T. kızlık muayenesinde bakire çıktığı için baba tutuksuz yargılanmaya başlandı, ama eve yaklaşması yasaklandı. Babasının kendine ulaşamayacağına inanan T. annesine üç yıldır süren işkencesini anlattı. Son üç yıldır, babası onu okşuyor, soyunup kendisini okşamasını istiyor, anal ve oral seks yapmaya zorluyordu. Önceleri babasının "oyunlarına" katılan T. büyüdükçe bunun bir oyun olmadığını anlamış, ama babasına karşı koyamamıştı. Annesine söylerse inanmayacağı endişesi, babasından korkusu ve suçluluk duygusu onu gittikçe sessizliğe itmiş, içine kapanmış, kimseyle konuşmaz olmuş, dersleri bozulmuştu. Ta ki annesi onları görene kadar...

B. ise erkekti. Ailesi eğlensin diye tatillerde dedesinin evine yolluyordu. Evde kendinden sekiz yaş büyük amcası vardı. Önceleri oyun gibi başlamıştı. Amca onunla aynı yatakta yatıyordu. Bu kendine de, dedesine de garip gelmiyordu. Sonra amcası onu okşamaya başlamıştı. Bunu dedesine söylediğinde, dedesi kızmış, amcasının onu sevdiğini söylemişti. Bir gün dedesi, amcası onunla cinsel ilişkiye girerken yakalayana değin kimseyi inandıramamıştı. O zamana kadar iki yıl geçmişti.

Pedofili

Pedofili, erişkin bir kişinin ergenlik dönemine girmemiş çocuklarla cinsel etkinlikte bulunmaya ilişkin yoğun fantazilerinin, cinsel dürtülerinin ya da davranışlarının yineleyici biçimde ortaya çıkmasıdır. Pedofili, ruhsal hastalık olarak "parafililer" başlığı altında değerlendirilir. Cinsel istek duyulan çocuk ile arasında en az beş yaş olması ve bu durumun en az altı ay sürmesi koşulu aranır. Parafili, toplum ve kültür tarafından normal kabul edilen cinsel tutumlardan farklı davranışları kapsar. Cinsel isteklerini, fantazilerini, dürtülerini ve davranışlarını çocuklara ya da insan olmayan nesnelere yöneltirler.

Pedofili dışında, fetişizm, teşhircilik gibi sorunlar bu başlık altındadır. Parafililer toplum ve sağlıkçılar tarafından zor olarak değerlendirilen durumlardır. Zihinsel olarak sağlıklı görünürler. Sadece, tutumları toplum içinde farklı algılanır.

Cinsel davranışları sınırlayan üç temel sistem vardır. Biyolojik normallik, sosyal sistemler (aile, eğitim, din vb) ve yasalar. Ancak yasadışı cinsel davranışlar, her zaman parafilik davranışlar değildir. Parafilik eğilimleri olanların bir kısmı bunu sadece fantazilerde yaşar, hiçbir zaman gerçek bir ilişkisi olmaz. Bir bölümü için para karşılığı cinsel ilişki kuranlar, bu fantazileri eyleme dönüştürmenin doğru kişileridir. Bazıları geleneksel cinsel yaşamlarını devam ettirirken, bu eğilimlerini cinsel eşlerinden gizli fantazi olarak sürdürürler. Suça karışanlar, kurbanlarının duygularını çoğu kez anlamaz. Saldırgan davranışları genellikle ergenlik döneminde başlar, gittikçe artar. Bazılarında bu eğilimler çocukluk döneminde başlayabilir. Bunun yanı sıra başka antisosyal aktivitelere de karışırlar.

Pedofilinin nedenlerini saptamak için çeşitli çalışmalar yapılmıştır. Beyin anomalileri çalışılmış, belirgin bozukluklar saptanamamıştır. Bazı çalışmalar zekâ düzeylerini normalden düşük bulmuştur. En sık bulunan bilgi, çocukluk yaşında cinsel tacize uğrayan kişilerin bu tür sapmalara yöneldikleridir. Psikodinamik değerlendirmeler, cinsiyetler arası farkı reddetme, hadım edilme korkusu, kadın cinsiyetinden korkma üzerine yoğunlaşmıştır. Parafilik davranışların, kişinin kendi cinsel kimliğini korumaya yönelik sembolik eylemler olduğu söylenmektedir. Anne-çocuk ilişkisinde bozukluk, baskıcı bir anneden kaynaklanan çaresizlik, bunlara bağlı gücünü ispat etme, cinsel fantazilerini kendinden güçsüz kişilere yöneltme, araştırılan psikodinamik yaklaşımlardır.

Tedavide, dıştan kontrol bir yöntemdir. Hapisane bir dış kontrol mekanizmasıdır, rehabilitasyon sağlamaz. En sık kullanılan yönetemlerden biri çeşitli ilaçlarla, cinsel arzusunu azaltmaktır. Davranışçı yöntemler uygulanır. Orgazmik tekrar koşullama ile pedofilin cinsel ilgisinin kendisine uygun olan objelere (yetişkin kadınlara) yöneltilmesi ve dürtülerinin istenildik biçimde şekillenmesine çalışılır. Bu aşamada istendik yönelimler oluşturulduğunda, pedofili davranışının değiştirilmesi aşamasına, yani kapalı duyarlaştırma sürecine geçilir. Kişinin çocuklara cinsel uyarılma gösterdiği durumlarda, kişi bir itici uyaranla karşı karşıya bırakılır. Davranışçı yöntemlerin etkili olduğu bilinmektedir. Ancak bu değişimin ne kadar sürdüğüne ilişkin bilgi yoktur. Psikodinamik yönelimli terapinin ise, bozulma ne kadar fazlaysa etkisi o kadar azdır. Zekâ durumu iyi, alkol ve madde kullanımı yoksa, kişilik bozukluğu eşlik etmiyorsa tedavinin başarı oranı o kadar fazladır.

Pedofili ve çocuklara yönelik cinsel suçlar birlikte değerlendirilmekle beraber, bu suçluların hepsi pedofilik değildir. Yapılan çalışmalar, bu grup suçlunun % 30 kadarının pedofilik eğilimler taşıdığını göstermiştir.

Çocuk Pornografisi

Pornografi, cinselliği tahrik eden erotik durumlara verilen isimdir. Tüm dünyada çocuk istismarı % 15-40 arasında değişmektedir. Bu orana aile içi ve aile dışı sayılar dahildir. Genel olarak saptanan bir döngü vardır. Çocuk aile içinde biri, çoğunlukla baba, dede, ağabey veya amca tarafından cinsel olarak kullanılmaya başlar. İkinci adım bunu fark eden bir başka aile ferdinin döngüye girişidir. Aile içinde paylaşılan çocuğun



bu durumunu bilen aileye yakın yabancılar bu aşamada döngüye katılır. Sonraki aşama çocuğun bu kişiler tarafından bölgesel satışı ve pazarlanması olmaktadır. Bu süreçte bireysel olarak çekilen filmler ve resimler, tanıtım amaçlı kullanılır. Sonra ulusal ve uluslararası fuhuş ve pornografi örgütleri ve erişkin pornografi pazarı ile saldırı şeklinde döngü tamamlanır. Çocuk cinsel istismarı ve pornografisi yeni bir konu değildir. Bunu yapanlar her zaman pedofili hastası olmaz. Bazen denemek isteyenler, kişilik bozukluğu olanlar ve sadece ticaretini yapanlar bulunabilir. Pornografide çocuklar çıplak halde sadece resim olarak ya da ilişki halinde kullanılırlar. Tümünde çocuklar gülümseyen yüz ifadelerine sahiptir. Böylece karşı taraf, onun zevk aldığına ve bunu istediğine kendini inandırır. Bu tür sitelerde insanlar resme odaklanmaktadır. Bu, çocuğu

insan olmaktan çıkartmalarına yardımcı olur. Kurbanı insan olarak görmeme, kendilerini rahatlatan ve eylemi kolaylaştıran bir sistemdir. Yeni olmayan bu konuya internet kullanımı farklılıklar getirmiştir. Öncelikle kolay dağıtım ve ulaşım sağlamaktadır. Ayrıca bu yolla yaygınlaşması, davranışın normal sayılmasına yol açmaktadır. İnternetteki resimlerin çocukları bir seks objesi olarak nesnelleştirdiği ve yeni fikir arayışlarında bile, hâlâ çocukların cinsel olarak kötüye kullanılmaya devam edildiği bir gerçektir.

İnternet ve çocuk pornografisi üzerine yapılan çalışmalar, bazı başlıklar belirlemiştir. Bunlar:

1. Çocuk pornografisi ve cinsel tahrik
2. Çocuk pornografisinin koleksiyonu (biriktirilmesi)
3. Çocuk pornografisinin sosyal ilişkileri kolaylaştırması
4. Çocuk pornografisinin gerçek yaşamdan kaçış için kullanılması
5. Çocuk pornografisinin bir terapi yolu olarak kullanılması.

Çalışmalar sonrasında, "İnternetteki bu görüntüler saldırıya teşvik eder. Görüntüler saldırıların yan ürünüdür." "Çocuk pornografisi, pedofililerin çocuklara ilgisini artırır, güçlendirir ve kendilerine mazeret bulmasını kolaylaştırır." sonucuna ulaşılmıştır. Genellikle insanların pornografiyi internette kullanmalarının ilk sebebi cinsel hazza ulaşmaktır. Ayrıca internet sarkıntılıkta bir araç ve bir sosyal birleştirme aracı olarak ve aynı zamanda çocukların pornografik resimlerinin yerini keşfetmek için kullanılmaktadır. Ancak pornografik görüntüleri pedofililer normal halktan daha mı çok kullanıyor ya da bu görüntülerin saldırı planına katkısı var mı ve internetin bu sal-

dırı planında oynadığı rol nedir sorularının yanıtları halen belirsizdir.

Çocuk saldırısından mahkûm olanlar üzerinde yapılan araştırmalar sonrasında, pornografinin en çok cinsel hazza ulaşmada bir araç olarak kullanıldığı saptanmıştır. Bu durum kişilerin fantazilerini gerçekleştirebilmelerine ve cesaretlenmelerine yol açmaktadır. Böylece internette ulaştıkları, başkalarının yapabildiklerini kendilerinin de yapabileceği gücüne sahip olmaktadırlar. Resimler çekici olmasa ve cinsel olarak tahrik yaratmasa bile bu resimleri bir serinin parçası olarak toplamaktan zevk alanlar görülmüştür. Tıpkı futbolcu kartı ya da pul toplamak ve onlarla karşılaştırma yapmak gibi yaklaşımlar bu faaliyeti normalleştirmektedir. Bu da faaliyetin amacının masum görünmesini sağlar. Yapılan çalışmalar bu koleksiyonların sürekliliği olduğunu göstermiştir. Bu eğilim mücadelede önemlidir. Toplama ve biriktirme, pornografi ile uğraşanlara ulaşımı kolaylaştırmaktadır. İnternet, on-line olduklarında bu görüntülerin ticaretini yapanların, benzer şeyleri yapanlarla sosyal olarak ilişki kurmasını sağlamaktadır. Bazı çalışmacılar, internet sayesinde saldırganların eyleme geçmeyerek, kendilerini kontrol altında tutabildiklerini ileri sürmektedirler. Ama internette yayınlananlar birer ruhsuz resim değildir. Kendilerinin kontrol altına aldıklarını düşündükleri şeyler, başkalarının kontrolsüzce ve ticari amaçla gerçek çocuklara uyguladıkları görüntülerdir.

Sonuç olarak, internet çocuk pornografisine ulaşmayı kolaylaştırmıştır. Bu, çocuklara saldırıyı artırmaktadır. Tüm hukuki çalışmalara karşın, internetteki çocuk pornografisi kapsamı büyümeye devam etmektedir. Pratik olarak fantazileri ve kişisel bağlantıları kontrol etmek için anlamlı yasal girişimlerin geliştirilmesi zor ve uygulanması olanaksız görülmektedir.

Çocukların cinsel istismarı yeni değildir. Bunu yapanlar her zaman yabancılar ya da hastalar da değildir. Çok yakınımızda, ailemizin içinde, bize bakmak ve korumakla yükümlü kişilerden başlayıp, pornografiyi sadece bir ticaret olarak görenlere değin uzanmaktadır. Çocukların kullanıldığı pornografi bir özgürlük olamaz. Bu konuda alınacak hukuksal tedbirler, çocukları korumaya yönelik yasalar ve erişkinlerin eğitilmesiyle desteklenmelidir.

SIK SORULAN SORULAR VE YANITLARI

Ergenlik Dönemi (12-21)



Cinsel gelişime ilişkin sorular

1- Oğlumun sesi değişmeye başladı. Bundan utanıyor. Arada espiri yapıyorum. Duyarsız mı davranıyorum? Bunun normal gelişim olduğunu nasıl anlatabilirim?

2- On dört yaşındaki oğlum çarşaflarını kendi değiştirip, kirliye atmış. Ne oldu diye sorduğumda utandı. Islak rüya gördüğünü nasıl anlatayım?

3- On üç yaşındaki kızım arkadaşı ile konuşurken arkadaşına onun memeleri olmasına karşın kendisinin olmadığını ve bundan utandığını söylerken duydum. Ona bu konuda ne anlatmam gerekir?

4- On beş yaşında olan kızım yaşıtlarından uzun boylu ve kilolu. Memeleri çok belirginleşti. Devamlı bol ve koyu renk giyisiler giyiyor. Biri bedeninden bahsedince kızarıyor. Biz de utanmasın diye şaka yapıyoruz. Acaba yanlış mı? Onunla nasıl konuşmam doğru olur?

Öncelikle ergenlik dönemindeki çocuklar bedensel değişimlerinden endişeli olabilirler ve bunu sizin kadar eğlenceli bulmazlar. Bu nedenle değişimler konusunda espri yapmanızı pek hoş karşılamayabilirler. Onun, bu konuda ne hissettiğini anlamak için iyi bir gözlemci olmalısınız. Genel bedensel değişimleri için ergenlik dönemi özelliği olduğunu, her gencin gelişiminin farklı olacağını söylemelisiniz. Boylarının, meme gelişiminin değişim göstereceğini, bunun doğal olduğunu ve utanmaması gerektiğini söylemeniz yardımcı olur. Benzer şekilde erkek çocuklarda belli bir yaşa gelince "Adem Elması" diye bilinen sesin yapısını etkileyen ve erkeklerde olan boğazındaki çıkıntının büyümeye başladığını anlatmak, büyürken bu sürecin olacağını ve sesinin normalleşeceğini anlatmak onları rahatlatır.

Islak rüyalar (gece boşalmaları) ergenlik dönemindeki erkekler için son derece normaldir. Gece boşalmaları kişinin gördüğü rüyalarla ilgili olabilecekken tamamen bunlardan bağımsız da olabilir. Eğer şimdiye kadar bu konuyu hiç konuşmadıysanız, yaşanan bu durum iyi bir fırsattır. Ancak bunu erkek çocukla babanın konuşması daha iyi olur. Bu konuda daha önce hiç konuşmadıysanız, muhtemelen arkadaşlarından bir şeyler öğrenmiştir. Onu utandırmadan ve bilgilerinin doğruluğundan emin olacak şekilde konuşmak gerekir.

Cinsel İlişkiye ilişkin sorular

1- Günlüğünü okuduğum on sekiz yaşındaki kızımın, bir yıldır devam eden uygunsuz cinsel ilişkiler yaşadığını öğrendim. Bu konuda kendisi ile bazı olayları örnek göstererek konuşmaya çalıştım. Riskleri anlatmaya çalıştım. Ama günlüğünü okuduğumu söyleyemediğim için bana yalan söyledi ve engel olamadım. Onu kaybetmekten korkuyorum. Ne yapmalıyım?
2- On altı yaşındaki oğlumun arkadaşıyla, kızlarla yaşadıkları cinsel deneyimleri konuştuklarına şahit oldum. Babası ve ben ne yapacağımızı bilemedik. Nasıl müdahale etmemiz gerekir?
3- On yedi yaşındaki oğlumun odasında kondom buldum. Ne yapmam gerek?

Öncelikle sizin cinsellikle ilgili değerleriniz net olmalıdır. Bu yaşta cinsel ilişkiyi uygun bulup bulmadığınız önemlidir. Eğer bulmuyorsanız, kızar ve "Bir daha böyle şeyler duymayacağım!" derseniz, sizden gizli devam etmesine neden olabilir ve risk artar. Onun yerine, değerlerinizi dürüst ve kesin bir şekilde anlatın. Cinsellik yaşamanın büyük bir sorumluluk olduğunu, fiziksel ve duygusal olarak olabilecek sonuçlarını anlatın. "Bu konuşmayı bir kez yapıyoruz." yerine, her zaman sizinle konuşabileceği duygusunu ona mutlaka yansıtın. Eğer cinsel ilişkiye girmesi sizin değerlerinize göre uygunsa, o zaman ona güvenli cinsel ilişkiden bahsetmeniz gerekir.

Odalarında kondom ya da hamilelik testi bulmanız cinsel yönden aktif olduğunu göstermeyebilir. Bu yaş erkek çocuklarında kondom taşımak bir büyüme göstergesi olabilir. Ya da akranlarının baskısı nedeni ile bu kanıyı uyandırmak istiyor olabilir. Bütün bunları anlamanız gerekir.

Arkadaşları ile konuşmasını duyduğunuzda ya da odasında kondom bulduğunuzda, "Sen cinsel ilişki mi kuruyorsun?" tarzında bir yaklaşım onları sizden uzaklaştıracak ve savunmaya geçmelerine neden olacaktır. Bu tür konuşmalar zordur. Öncelikle konuşmaya, odasında bulduğunuz şeyi (günlük, kondom vb), odasını karıştırmadığınızı, tesadüfen bulduğunuzu, okumanızın ve incelemenizin doğru olmadığını bildiğinizi belirterek başlamak gerekir. Sonra "Bu konuda konuşmamız uygun olur." diyerek devam etmelisiniz. Ne olursa olsun onu sevdiğinizi, yanında olduğunuzu hissettirin. Konuşmanın güvenli, sevgi dolu ve duyarlı bir ortamda olması önemlidir. Kızgın ve suçlar bir tarz onu uzaklaştıracaktır. Unutmayın, böyle durumlarda sizin kızgınlığınız ve duygularınızdan çok, onun duyguları ve gereksinimlerine odaklanmanız doğru olur.

Flörte ilişkin sorular

1- On beş yaşındaki kızımın yirmi bir yaşındaki bir üniversite öğrencisiyle çıktığını öğrendim. Bunun yanlış olduğunu ona nasıl anlatabilirim?

2- On dört yaşındaki oğlumun cep telefonunda aşk mesajları gördüm. Ne olduklarını sorduğumda kız arkadaşına yolladığını söyledi. "Yaşın ne, başın ne?" diyerek, cep telefonunu aldım. "Bir daha duymayacağım." dedim. Flört için erken değil mi? Derslerini olumsuz etkiler diye korkuyorum. Nasıl engelleyebilirim?

3- On yedi yaşındaki kızım bir sınıf arkadaşı ile flört ediyor. Ona bunun yanlış olduğunu, bir kızın evleneceği kişi ile çıkması gerektiğini söyledim. Bana isyan etti. Acaba ruhsal bir sorunu mu var?

4- Yirmi bir yaşındayım. İki yıldır bir erkek arkadaşım var. Ailelerimizin farklılıkları nedeni ile evlenmemiz olanaksız. Bunu fark ettiğimden beri kendimden nefret ediyorum. Çünkü onunla öpüştüm, ona sarıldım. Başka bir şey yapmadık. Ama ben kendimi değersiz ve aşağılık hissediyorum. Ben artık ellenmiş bir kızım. Değerim azaldı. Kendimi namuslu hissetmiyorum. Ölmeyi düşünüyorum.

5- Ben on yedi yaşındayım. On altı yaşında bir kız arkadaşım var. Ailem flört etmek için henüz yeterince büyümediğimi düşünüyor. Ama ben onu çok seviyorum. İkimiz de okullarımızı bitirince evlenmeyi düşünüyorduk. Şimdi görüşemeyeceğimizi düşününce çıldırıyorum. Bu nedenle birlikte kaçmaya karar verdik. Okulu bırakmak zorundayız ama bize çare bırakmadılar. Başka ne yapabilirim?

Öncelikle bazı ayrımları yapmamız gerekir. Ergenlik döneminde kendisinden büyük biri ile çıkmak çeşitli sorunlar yaratabilir. Küçük yaşlarda, yaş farkı, farklı olgunluk düzeyleri nedeniyle önemlidir. On beş yaşında birinin beklentileri ile yirmi bir yaşında birinin beklentileri çok farklı olacaktır. Kızınıza bunu ve yaşanacak sorunları anlatmak gerekir. Birlikte yapabilecekleri şeyler sorundur. Yirmi bir yaşında bara gitmek, içki içmek gibi davranışlar kabul görürken, on beş yaşında bunlar doğru değildir. Sosyal paylaşımı az olan, ilgi alanları ve eğitimleri farklı olan bir ilişki sağlıklı olmayacaktır. Ayrıca yirmi bir yaşında bir erkek ilişkide cinsellik yaşamak isteyebilir. Tüm bunları ve yirmi bir yaşındaki birinin, on beş yaşında biri ile cinsel ilişki kurmasının yasal olarak suç olacağını anlatmanız gerekir. Nasıl tanıştıklarını, kızınıza cazip gelen özellikleri onu yargılamadan konuşursanız, onu kendi yaşıtlarına yönlendirebilirsiniz. Ama çok ısrar ederse, gizli yapma-

ması için kişiyi eve davet ederek onunla konuşmanız, kızınızın yaşının daha uygun olduğu zaman buna izin verebileceğinizi ama şimdi sorunlar olacağını anlatmanız sorunu çözebilir.

Ama yaşıtları ile olan flörtlerde durum farklıdır. İlk kız-erkek ilişkileri genellikle 13-14 yaşlarında başlar. Bu yaşlarda flört adeta bir oyundur ve daha çok içlerinde yaşarlar. Yüzeysel, beğenme ile sınırlı ve kısıtlıdır. Genellikle kalabalıkta, grup içinde birlikte olurlar. Grup içinde biriyle olmak, bir çeşit gururdur. Orta ergenlik döneminde flört daha belirgin hale gelir. Kızlar kendilerini daha erken hazır hissederken (15-16 yaş), erkekler birkaç yıla gereksinim duyarlar. Uygun zamanda, kendini hazır hissederek ve sık değişimler olmadan yapılan flört, ergenin geleceğe hazırlığında etkilidir. Ergenlik döneminde flört, ergenin kişiler arası ilişkileri ve sosyal rolleri denemesine neden olur. Kendileri ve karşı cins hakkında çok şey öğrenmesini sağlayabilir. Tüm bu nedenlerle onlara flörtü yasaklamak yerine, yaşlarına uygun, doğru kişilerle flört etmelerini izlemek, onlarla paylaşmak daha doğru olur. Böylece yanlış yapmalarını engelleme, onunla sorunları ve çözümlerini paylaşma şansınız olur.

Son iki soru gençler tarafından sorulan sorulardır. Aileleri tarafından aşırı yasaklamalar, utandırmalar, suçlamalar getirilen gençlerde ciddi sorunlar olabileceğinin birer örneğidir. Ailesinin suçlayıcı öğretileri nedeniyle, onlarla paylaşım yapamayan gençlerin ölüme ya da belirsiz geleceklere, yanlışlara sürüklenebileceği görülmektedir.

İnternete ilişkin sorular

1- On beş yaşındaki kızımın internette uygunsuz ve büyük kişilerle mesajlarını okudum. Kendini daha büyük göstermişti. Onlarla açık saçık konuşmalar yapmış. Adam

buluşmak istediğini yazıyor. Çok telaşlandım. Yasakladım ama arkadaşının bilgisayarından devam ettiğini fark ettim. Ne yapmalıyım?

2- Kızımın bir internet sitesinde memeleri ile ilgili sorular sorduğunu gördüm. Ne yapmalıyım?

3- On dört yaşında olan oğlumun arkadaşları ile internette cinsellikle ilgili garip yazışmalarını gördüm. Penislerinin resimlerini bir siteye yolladıklarını ve kiminkinin daha büyük olduğunun anlaşılacağını yazıyordu. Onunla nasıl konuşmam gerekir?

İnternet yararları kadar, zararları da olabilen bir buluştur. Bu nedenle kontrol her zaman sizde olmalıdır. Bu ailenin görevidir. Bunu yapabilmek için ailelerin öncelikle bilgisayarı ve interneti tanıması, öğrenmesi gerekir. Bilgisayarı evin görünen bir yerine koymak (kesinlikle çocuğun odasına değil), onu uyarmak ve denetlemek şarttır. İnternet evimizin içindeki bilgisayarın sokağıdır. Bu nedenle tıpkı sokağa çıkarken olduğu gibi onları uyarabilirisiniz. Yabancılarla konuşma, bilmediğin yerlere gitme, tanımadığın birileri sana bir şey önerirse sakın alma gibi. Belki de en iyisi nasıl biraz büyüyene kadar sokağa yalnız değil, bir büyükle çıkmasına izin veriyorsanız bilgisayar ve internette de onlara eşlik etmektir.

Diğer yandan bu yaş grubunda sosyal kimlik çok önemlidir. Bu ortamda kendisi ile ilgili şeyleri paylaşmak isteyebilir. Onlarla neleri paylaşmanın, neleri paylaşmamanın doğru olduğunu konuşmak gerekir.

Pornografi ile ilgili sorular

1- On altı yaşındaki oğlumun internette porno sitelerine sık sık girdiğini fark ettim. Bu konuyu onunla nasıl pay-

laşacağım, nasıl yaklaşacağım konusunda yardımcı olabilir misiniz?

2- On beş yaşındaki oğlumun odasında porno CD buldum. CD'yi alıp onun yerine başka CD koydum. Bir şey söylemedim. Nasıl davranmalıyım?

3- On iki yaşındaki oğlumun cep telefonunda porno video görüntüsünü gördüm. Telefonunu karıştırmamızı hiç istemiyor. Gördüğümü söyleyip söylememe konusunda kararsız kaldım. Nasıl bir yol izlemem gerektiği konusunda bilgi verirseniz çok memnun olurum.

4- On iki yaşındaki oğlumun internette pornografik sitelere girdiğini keşfettim. Bu yaşlardaki çocuklar için bu normal midir?

Pornografi hakkında konuşmak her zaman zordur. Bu tür merakları olması cinsel gelişiminin bir parçasıdır. Çocuğun sorunu olduğunu ya da risk taşıdığını göstermez. Ancak bu tür sitelerde çocuklar için son derece travmatik etkiler yaratabilecek, tehlikeli görüntüler yer alabilir. Çocuğun gelişim dönemine uygun olmayan bu görüntüler korkmasına, yanlış bilgilenmesine ve ileriki yaşlarda cinsel yaşamının olumsuz etkilenmesine neden olabilir. Bu nedenle ailelerin internet kontrolünü ellerinde bulundurmaları çok önemlidir.

Bu konu çocukla mutlaka konuşulmalıdır. Onun size bunları izlediğini anlatması ve soru sorması zordur. Açık, net ve anlaşılır şekilde çocuğunuza pornografinin yaratacağı etkileri anlatmanız gerekir. Ona zarar vereceğini, her şey için uygun bir zaman olduğunu, pornografi için henüz yaşının uygun olmadığını, cinsellikle ilgili doğru bilgileri öğrenmeden bunları izlememesi gerektiğini söylemelisiniz.

CİNSELLİKLE İLGİLİ YASAL DÜZENLEMELER

Kişilerin cinsel etkinlikleri erişkin olana değin yasalarla korunur. Erişkin dönemden sonra da cinselliğe ilişkin yasalar vardır. Çocuklarımızın ve kendimizin haklarını yasalarla koruyabilmek için bu konuda geçerli yasal düzenlemelerin bilinmesi gerekir. Bu nedenle Yeni Türk Ceza Kanunu'nda yer alan ve "Cinsel Dokunulmazlığa Karşı Suçlar" olarak öngörülen maddeleri ve kapsamlarını öğrenmek cinsel eğitimin önemli bir bölümüdür. Çocukların cinsel istismarına ilişkin, yaşlara göre farklı değerlendirmeler olan kanun maddeleri vardır.

Çocukların Cinsel İstismarı

Yeni Türk Ceza Kanunu'na göre on sekiz yaşını tamamlamamış herkes çocuktur. Çocuklara yönelik cinsel nitelikteki saldırılara ilişkin suçlara "çocukların cinsel istismarı" (TCK Madde 103) başlığı altında yer verilmiştir.

Bu suç açısından iki yaş grubu söz konusudur. Birinci yaş grubu on beş yaşını tamamlamamış çocuklardır. Bu gruptaki çocuğa yönelik her türlü cinsel davranış cinsel istismar suçunu oluşturur (Örneğin çocuğun önünde soyunup kendini seyrettirme, cinsel organlarla oynattırma v.b). Çocuğun cinsel nitelikteki davranışlara rıza gösterip göstermediği suçun oluşumu bakımından önem taşımaz. Yani kişi 'çocuğun rızası vardı' deyip cezalandırılmaktan kurtulamaz. On beş yaşını tamamlamış olmakla birlikte fiilin hukukî anlam ve sonuçlarını algılama yeteneği gelişmemiş olan çocuklara karşı gerçekleştirilen cinsel davranışlar açısından da, rızanın varlığı ceza sorumluluğunu ortadan kaldırmamaktadır. (Örneğin zekâ özürlü çocuk v.b)

İkinci yaş grubu ise on beş–on sekiz yaş grubu çocuklardır. Bu gruptaki çocuklara yönelik cinsel davranışların cinsel saldırı suçunu oluşturması için, bunların cebir, tehdit, hile veya iradeyi etkileyen başka bir nedene dayalı olarak gerçekleştirilmesi gerekir. Şayet ruhsal ve akli yönden sorunu olmayan ve on beş yaşını tamamlamış çocuğun cinsel ilişkiye rızası varsa o zaman cinsel istismar suçu oluşmayacaktır. Örneğin 16 yaşındaki çocuk 20 yaşındaki bir kişiyle kendi rızasıyla cinsel ilişkide bulunursa cinsel istismar değil, 104. maddedeki reşit olmayanla cinsel ilişki suçu meydana gelecektir.

Çocukların cinsel istismarı suçunu işleyen kişi üç yıldan sekiz yıla kadar hapis cezası ile cezalandırılır. Ancak suçun nite-

likli şekilleri bakımından daha ağır cezalar söz konusudur. Daha ağır cezayı gerektiren haller şöyledir:

Cinsel istismarın vücuda organ veya başka bir cisim sokularak işlenmesi durumunda sekiz yıldan on beş yıla kadar hapis cezası verilecektir.

Çocukla aralarında belli akrabalık ilişkisi bulunan veya çocuk üzerinde yetkili olan kişilerin bu suçu işlemesi durumunda verilecek ceza yarı oranında artırılacaktır. Kanunda bu kişiler, çocuğun vasisi, eğiticisi, öğreticisi, bakıcısı, çocuğa sağlık hizmeti veren ve çocuğa karşı koruma ve gözetim yükümlülüğü altında bulunan diğer kişiler şeklinde belirtilmiştir.

Suçun hizmet ilişkisinin sağladığı nüfuz kötüye kullanılmak suretiyle veya birden fazla kişi tarafından birlikte gerçekleştirilmesi hâlinde de, verilecek ceza yarı oranında artırılacaktır. Cezanın yarı oranında artırıldığı diğer bir durum, cinsel istismarın, on beş yaşını tamamlamamış veya tamamlamış olmakla birlikte maruz kaldığı fiilin hukukî anlam ve sonuçlarını algılama yeteneği gelişmemiş olan kişilere karşı cebir veya tehdit kullanarak işlenmesidir. Şayet cinsel istismar için uygulanan cebir ve şiddet ağır yaralanmaya neden olursa, kişi ayrıca kasten yaralama suçundan dolayı da cezalandırılacaktır.

Cinsel istismar sonucunda çocuğun beden veya ruh sağlığının kalıcı bir şekilde bozulması hâlinde on beş yıldan az olmamak üzere hapis cezası verilecektir. Bu cezanın alt sınırıdır, üst sınır diğer nitelikli unsurlara göre belirlenecektir. Suçun, mağdurun bitkisel hayata girmesine veya ölümüne neden olması durumunda verilecek ceza ise ağırlaştırılmış müebbet hapistir.

MADDE 103- (1) Çocuğu cinsel yönden istismar eden kişi, üç yıldan sekiz yıla kadar hapis cezası ile cezalandırılır. Cinsel istismar deyiminden;

a) On beş yaşını tamamlamamış veya tamamlamış olmakla birlikte fiilin hukukî anlam ve sonuçlarını algılama yeteneği gelişmemiş olan çocuklara karşı gerçekleştirilen her türlü cinsel davranış,

b) Diğer çocuklara karşı sadece cebir, tehdit, hile veya iradeyi etkileyen başka bir nedene dayalı olarak gerçekleştirilen cinsel davranışlar,

anlaşılır.

(2) Cinsel istismarın vücuda organ veya sair bir cisim sokulması suretiyle gerçekleştirilmesi durumunda, sekiz yıldan on beş yıla kadar hapis cezasına hükmolunur.

(3) Cinsel istismarın üstsoy, ikinci veya üçüncü derecede kan hısmı, üvey baba, evlat edinen, vasi, eğitici, öğretici, bakıcı, sağlık hizmeti veren veya koruma ve gözetim yükümlülüğü bulunan diğer kişiler tarafından ya da hizmet ilişkisinin sağladığı nüfuz kötüye kullanılmak suretiyle veya birden fazla kişi tarafından birlikte gerçekleştirilmesi hâlinde, yukarıdaki fıkralara göre verilecek ceza yarı oranında artırılır.

(4) Cinsel istismarın, birinci fıkranın (a) bendindeki çocuklara karşı cebir veya tehdit kullanmak suretiyle gerçekleştirilmesi hâlinde, yukarıdaki fıkralara göre verilecek ceza yarı oranında artırılır.

(5) Cinsel istismar için başvurulan cebir ve şiddetin kasten yaralama suçunun ağır neticelerine neden olması hâlinde, ayrıca kasten yaralama suçuna ilişkin hükümler uygulanır.

(6) Suçun sonucunda mağdurun beden veya ruh sağlığının bozulması hâlinde, on beş yıldan az olmamak üzere hapis cezasına hükmolunur.

(7) Suçun, mağdurun bitkisel hayata girmesine veya ölümüne neden olması durumunda, ağırlaştırılmış müebbet hapis cezasına hükmolunur.

Reşit olmayanla cinsel ilişki

MADDE 104- (1) Cebir, tehdit ve hile olmaksızın, on beş yaşını bitirmiş olan çocukla cinsel ilişkide bulunan kişi, şikâyet üzerine, altı aydan iki yıla kadar hapis cezası ile cezalandırılır.

Cinsel Taciz

Cinsellikle ilgili diğer bir suç olan cinsel taciz suçu, en çok işlenen suçlardandır. Bu suç, halk arasında laf atmak, sarkıntılık olarak da bilinir. Cinsel taciz, fiziksel temas yapılmadan cinsel içerikli söz ve davranışlarla kişinin rahatsız edilmesidir. Şayet kişiye fiziken temas edilmişse o zaman cinsel saldırı suçu olur.

MADDE 105- (1) Bir kimseyi cinsel amaçlı olarak taciz eden kişi hakkında, mağdurun şikâyeti üzerine, üç aydan iki yıla kadar hapis cezasına veya adli para cezasına hükmolunur.

(2)[1] Bu fiiller; hiyerarşi, hizmet veya eğitim ve öğretim ilişkisinden ya da aile içi ilişkiden kaynaklanan nüfuz kötüye kullanılmak suretiyle ya da aynı işyerinde çalışmanın sağladığı kolaylıktan yararlanılarak işlendiği takdirde, yukarıdaki fıkraya göre verilecek ceza yarı oranında artırılır. Bu fiil nedeniyle mağdur işi bırakmak, okuldan veya ailesinden ayrılmak zorunda kalmış ise, verilecek ceza bir yıldan az olamaz.

Müstehcenlik

Çocukların sağlıklı ruhsal gelişimi bakımından onları müstehcen veya şiddet içeren yayınlardan uzak tutmak gerekir. Çocuklara müstehcen ürünlerin herhangi bir şekilde satılması, verilmesi, gösterilmesi, okunması suçtur. Bunun yanı sıra çocukların müstehcen yayınlarda kullanılması da suçtur. Şayet

yetişkinler, çocukların yer aldığı müstehcen bir yayını bulundururlarsa, örneğin internetten indirip bilgisayara kaydederlerse bu da cezası beş yıla kadar varan bir suçtur.

MADDE 226- (1) a) Bir çocuğa müstehcen görüntü, yazı veya sözleri içeren ürünleri veren ya da bunların içeriğini gösteren, okuyan, okutan veya dinleten,

b) Bunların içeriklerini çocukların girebileceği veya görebileceği yerlerde ya da alenen gösteren, görülebilecek şekilde sergileyen, okuyan, okutan, söyleyen, söyleten,

c) Bu ürünleri, içeriğine vakıf olunabilecek şekilde satışa veya kiraya arzeden,

d) Bu ürünleri, bunların satışına mahsus alışveriş yerleri dışında, satışa arzeden, satan veya kiraya veren,

e) Bu ürünleri, sair mal veya hizmet satışları yanında veya dolayısıyla bedelsiz olarak veren veya dağıtan,

f) Bu ürünlerin reklamını yapan,

kişi, altı aydan iki yıla kadar hapis ve adli para cezası ile cezalandırılır.

(2) Müstehcen görüntü, yazı veya sözleri basın ve yayın yolu ile yayınlayan veya yayınlanmasına aracılık eden kişi altı aydan üç yıla kadar hapis ve beş bin güne kadar adli para cezası ile cezalandırılır.

(3) Müstehcen görüntü, yazı veya sözleri içeren ürünlerin üretiminde çocukları kullanan kişi, beş yıldan on yıla kadar hapis ve beş bin güne kadar adli para cezası ile cezalandırılır. Bu ürünleri ülkeye sokan, çoğaltan, satışa arzeden, satan, nakleden, depolayan, ihraç eden, bulunduran ya da başkalarının kullanımına sunan kişi, iki yıldan beş yıla kadar hapis ve beş bin güne kadar adli para cezası ile cezalandırılır.

(4) Şiddet kullanılarak, hayvanlarla, ölmüş insan bedeni üzerinde veya doğal olmayan yoldan yapılan cinsel davranışlara ilişkin yazı, ses veya görüntüleri içeren ürünleri üreten, ülkeye sokan, satışa arzeden, satan, nakleden, depolayan, başkalarının kullanımına sunan veya bulunduran kişi, bir yıldan dört yıla kadar hapis ve beş bin güne kadar adli para cezası ile cezalandırılır.

(5) Üç ve dördüncü fıkralardaki ürünlerin içeriğini basın ve yayın yolu ile yayınlayan veya yayınlanmasına aracılık eden ya da çocukların görmesini, dinlemesini veya okumasını sağlayan kişi, altı yıldan on yıla kadar hapis ve beş bin güne kadar adli para cezası ile cezalandırılır.

(6) Bu suçlardan dolayı, tüzel kişiler hakkında bunlara özgü güvenlik tedbirlerine hükmolunur.

(7) Bu madde hükümleri, bilimsel eserlerle; üçüncü fıkra hariç olmak ve çocuklara ulaşması engellenmek koşuluyla, sanatsal ve edebi değeri olan eserler hakkında uygulanmaz.

Fuhuş

Çocuk fuhuşu tüm dünyada artmaktadır. Kadın bedeninin ticari amaçla kullanılması eski tarihlere dayanmaktadır. Ancak bu amaçla çocukların kullanılması daha çok kentleşmenin getirdiği bir sonuçtur. Köyden kente göç eden aileler özellikle ilk yıllarını büyük ekonomik güçlükler altında geçirmektedir. Bu sıkıntı ve bilinç eksikliği, eğitimsizlik ve diğer nedenler yüzünden de çocuklar çalışma hayatına başlamak zorunda kalırlar. İşte çocukların ekonomik bir değer olarak zaten görülüyor olması ve kentteki koşulların da bunu desteklemesi, ebeveyni daha zorunlu, kolay ve gerekçeli bir şekilde çocuklarını haneye 'gelir getirici' bir unsur şeklinde görme durumunu haklı göstermektedir. Göç

eden ailelerin çocukları, bulundukları ortam, yaşadıkları çevre, çalışma hayatının içinde bulunma zorunluluğu, ebeveynin ilgisizliği ve kentin o yaşta çekici görünen yanları yüzünden kolayca kullanılabilmektedir. Çocuk fuhuşu suçtur.

MADDE 227- (1) Çocuğu fuhuşa teşvik eden, bunun yolunu kolaylaştıran, bu maksatla tedarik eden veya barındıran ya da çocuğun fuhşuna aracılık eden kişi, dört yıldan on yıla kadar hapis ve beş bin güne kadar adli para cezası ile cezalandırılır. Bu suçun işlenişine yönelik hazırlık hareketleri de tamamlanmış suç gibi cezalandırılır.

(2) Bir kimseyi fuhuşa teşvik eden, bunun yolunu kolaylaştıran ya da fuhuş için aracılık eden veya yer temin eden kişi, iki yıldan dört yıla kadar hapis ve üç bin güne kadar adli para cezası ile cezalandırılır. Fuhuşa sürüklenen kişinin kazancından yararlanılarak kısmen veya tamamen geçimin sağlanması, fuhuşa teşvik sayılır.

(3) Bu madde insan ticareti ile ilgili bölüme alınmıştır.

(4) Cebir veya tehdit kullanarak, hile ile ya da çaresizliğinden yararlanarak bir kimseyi fuhuşa sevkeden veya fuhuş yapmasını sağlayan kişi hakkında yukarıdaki fıkralara göre verilecek ceza yarısından iki katına kadar artırılır.

(5) Yukarıdaki fıkralarda tanımlanan suçların, eş, üstsoy, kayın üstsoy, kardeş, evlât edinen, vasi, eğitici, öğretici, bakıcı, koruma ve gözetim yükümlülüğü bulunan diğer kişiler tarafından ya da kamu görevi veya hizmet ilişkisinin sağladığı nüfuz kötüye kullanılmak suretiyle işlenmesi hâlinde, verilecek ceza yarı oranında artırılır.

(6) Bu suçların, suç işlemek amacıyla teşkil edilmiş örgüt faaliyeti çerçevesinde işlenmesi hâlinde, yukarıdaki fıkralara göre verilecek ceza yarı oranında artırılır.

(7) Bu suçlardan dolayı, tüzel kişiler hakkında bunlara özgü güvenlik tedbirlerine hükmolunur.

(8) Fuhuşa sürüklenen kişi, tedaviye veya psikolojik terapiye tabi tutulabilir.

Töre Cinayetleri

Cinsel bir suç olmamakla birlikte cinsellikle ilgili bir suç türü, namus veya töre cinayetleri olarak adlandırılan öldürmelerdir. Eski yasa döneminde, kız çocukları istemediği bir kişiyle evlendi veya arkadaşlık etti v.s diye öldürüldüğünde, cezada haksız tahrik indirimi yapılıyordu. Hatta kız çocuğuna tecavüz edilen baba namusu kirlendi diye öldürdüğünde de bu indirim yapılıyordu. Bu suçlar genellikle çocuk yaştaki erkek kardeşlere işletiliyor ve yaş nedeniyle de ceza indirimi yapılıyordu. Sık sık çıkan aflar da düşünüldüğünde bu suçlar neredeyse cezasız kalmaktaydı.

Yeni TCK'da bu konularda köklü değişiklikler yapılmıştır. Töre nedeniyle öldürme halinde ceza, ağırlaşmış müebbet hapis cezası olarak öngörülmüştür. Kanunlarımızdaki en ağır ceza budur. Ayrıca yeni düzenlemede, ailenin istemediği bir kişiyle evlenmek veya arkadaşlık etmek gibi nedenlerden dolayı haksız tahrik indirimi yapılmayacaktır. Çocukları suça azmettirenlere çocukların işlediği suçun cezası daha ağırlaştırılarak verilecektir.

BAZI TERİMLER NASIL ANLATILMALI?



Doğum kontrolü: Bazen birbirini seven insanlar, cinselliği yaşasalar bile çocuk sahibi olmak istemeyebilirler. Bu durumda, bir bebeğin oluşmasını önleyebilmek için doğum kontrolüne gerek vardır. Bunun birden fazla yolu vardır. Kadınlar, bebeğin oluşumunu önlemek için doğum kontrol hapı kullanabilirler. Doktorlar, yumurta ile spermin birleşmesini önlemek için kadının rahmine spiral takabilirler. Erkekler kondom ile penislerini kaplayarak, spermin kontrolünü sağlayabilirler. Bunların her birine doğum kontrol yöntemi denir. Ancak unutulmamalıdır ki hiçbir yöntem % 100 koruma sağlayamaz. Zaman zaman insanlar bu yöntemleri kullansalar bile yine de hamile kalabilirler.

Kürtaj: Bazen kadınların hamile kalmaları bazı sağlık sorunlarına sebep olabilir. Doğum kontrol yöntemlerini kul-

lansalar bile istem dışı hamile kalabilirler. Böyle durumlarda doktorları hamileliğe son vermeyi uygun bulabilir. Henüz bebek oluşmadan evvel, hamileliğin ilk ayında, doktorların bu oluşumu önlemek için yaptıkları operasyona kürtaj adı verilir.

Tecavüz (cinsel saldırı): Bir kişinin güç, tehdit, hile kullanarak, başka bir insanı cinsel etkinliğe zorlamasıdır. Bu durum yasalar karşısında da çok ciddi bir suçtur ve kişinin yıllarca hapiste kalmasına sebep olur.

Cinsel Taciz: Bir kişinin tecavüz kadar ileri gitmese bile, bir kişiye kaba sözler söylemesi, karşısındaki kişinin izni olmadan ona dokunması ya da onu buna zorlamasıdır.

Mastürbasyon: Kızlar ve erkekler ergenlik çağına geldiklerinde cinsel organları (erkeklerin penisi, kızların vajinalarının üzerindeki iç bölge olan klitoris) olgunlaşır. Bu bölgelerin uyarılması ile kan akışı ve genişleme olur. Bu duruma ereksiyon denir. Kişinin bu etkiyi yaratmak için kendi kendini uyarmasına ise mastürbasyon adı verilir.

Eşcinsellik: Bazen bazı erkekler kadınlardan, kadınlar da erkeklerden etkilenmeyebilirler. Bahsettiğimiz cinsel etkinlikleri kendi cinsleri ile yaşamak onlara daha etkileyici gelebilmektedir. Bunun çok sayıda sebebi olabilir. Başka erkeklerle birlikte olan erkeklere "gey", kadınlarla birlikte olan diğer kadınlara ise "lezbiyen" denilmektedir. Bu bilgi sekiz yaşından sonra verilmelidir. Daha önce sorulduğunda, "Şimdi öğrenmek için yaşın uygun değil." demek sorun yaratmaz.

AIDS: İnsanlar, tanımadıkları kişilerle, korunmadan cinsel etkinlikte bulunmaları durumunda bazı hastalıklara yakalanabilirler. Bunlardan en kötüsü AIDS'dir. AIDS kişilerin ölümüne sebep olabilecek kadar ciddi bir hastalıktır. Kişilerin bu gibi hastalıklardan uzak durabilmeleri için tanımadıkları kişilerle

cinsel etkinliklerden uzak durmaları ve prezervatif kullanmaları gerekir.

Pornografi: Zaman zaman insanlar kendilerinin ya da başka kişilerin cinsel içerikli fotoğraflarını ya da video görüntülerine çekip dergi, kitap ya da internette yayınlayabilmektedirler. Bunları izlemenin kötü tarafı, cinselliğin amacından saptırılarak gereğinden fazla düşünülmesi ya da kötüye kullanılmasına sebep olmasıdır.

YARARLANILAN KAYNAKLARDAN SEÇMELER

Adolescence and Youth 1991, Conger John Jeneway, Harper Collins Publishers Inc. New York

Birlikte Büyütelim 2006, Semerci Bengi Z., Alfa Yayınları, Istanbul

Child and Adolescent Psychiatry 2002, Lewis M (ed). Baltimore: Williams and Wilkins,

Child and Adolescent Psychiatry 1994, Rutter M, Taylor E, Hersov L, Blackwell, Oxford

Childhood and Society 1950, Erikson E.H New York,W.W. Norton and Co.

Duyguların Şifresi 2005, Semerci Bengi, Alfa Yayınları, Istanbul

Ergen Ruh Sağlığı 2007, Semerci Bengi Z., Alfa Yayınları, Istanbul

How to Talk to Your Child About Sex 1998, Linda and Richard Eyre, Golden Books, U.S.A

The Development of Children 2001, Cole M. & Cole S, 4th Ed, New York, Worth Publishers

The Real Truth About Teens and Sex 2005, Weill Sabrina, Penguin Books, London

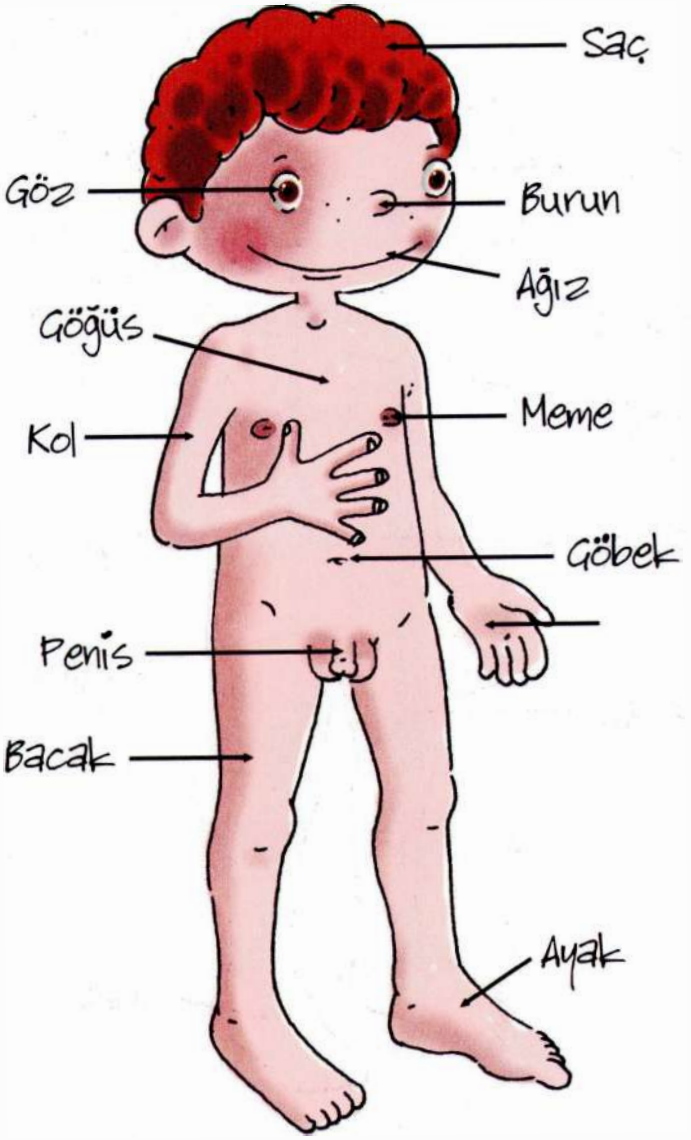
The Preteens's First Book about Love, Sex and AIDS 2005, Harrison Michelle, American Psychiatric Press, London

What's Love Got To Do With It 2007, Chirban John, Thomas Nelson, Nashville

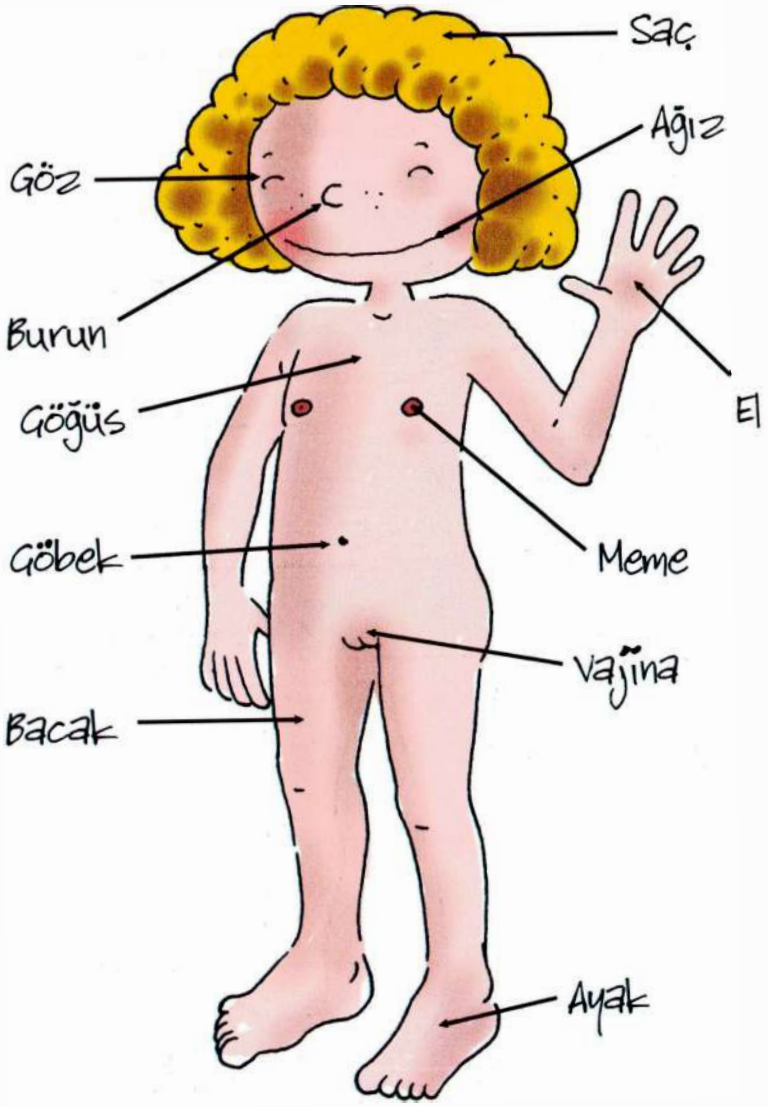
What's The Big Secret? 2000, Brown Krasny Laurie and Brown Marc, Hachette Book Groups, New York

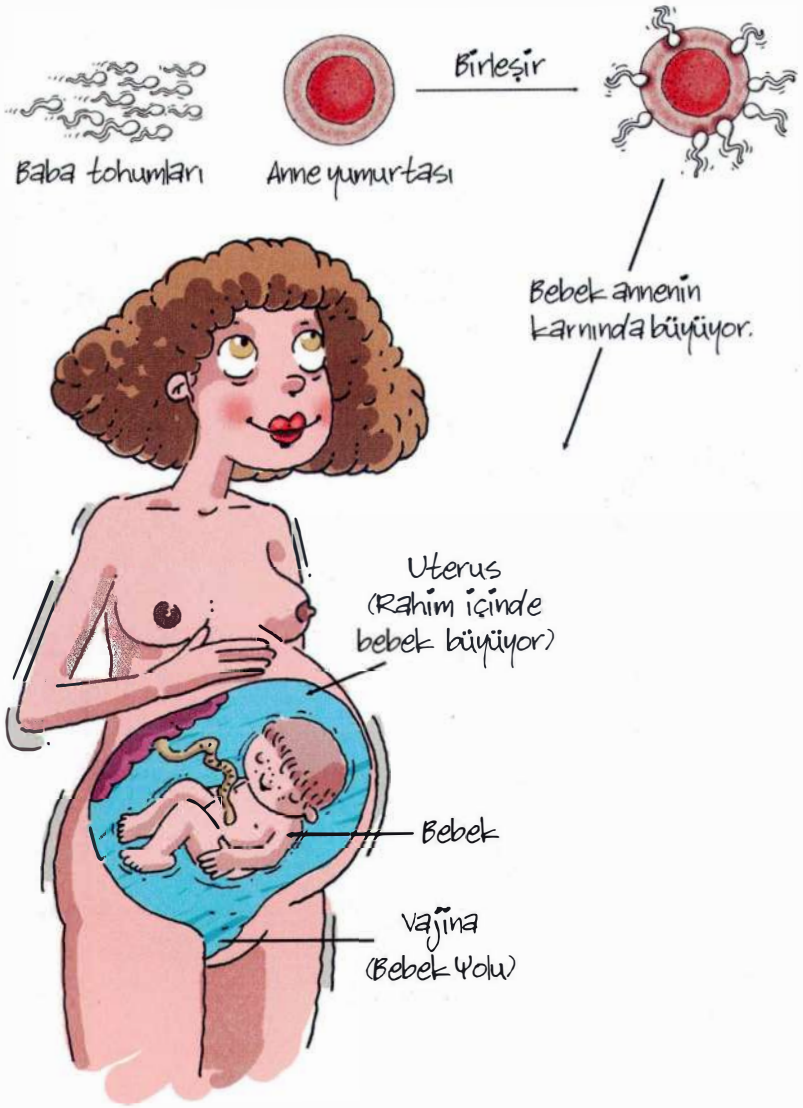
ANNE-BABALARIN HER YAŞTAKİ ÇOCUKLA CİNSELLİK HAKKINDA KONUŞURKEN KULLANABİLECEĞİ ÇİZİMLER

ERKEK

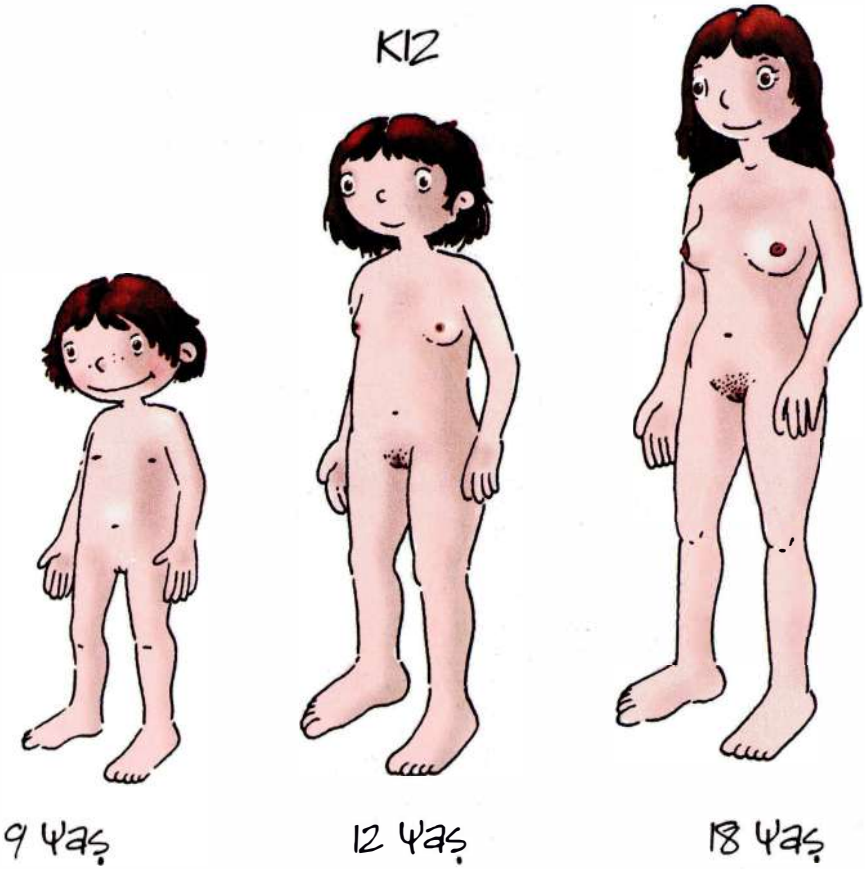


KIZ




Birleşir
Baba tohumları
Anne yumurtası
Bebek annenin karnında büyüyor.
Uterus
(Rahim içinde bebek büyüyor)
Bebek
Vajina
(Bebek Yolu)

KIZ

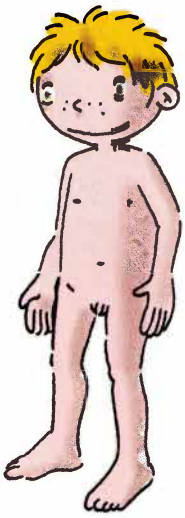


9 YAŞ

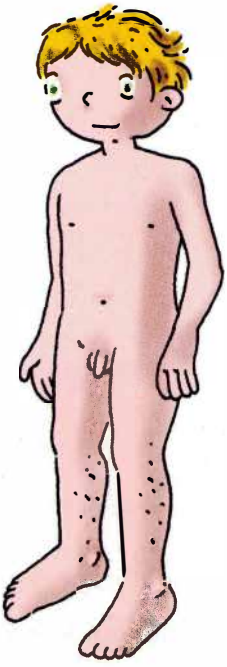
12 YAŞ

18 YAŞ

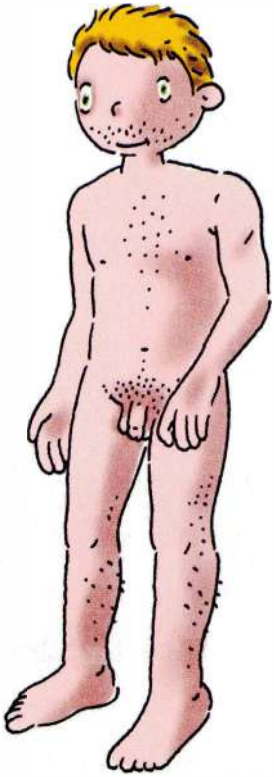
ERKEK



9 yaş

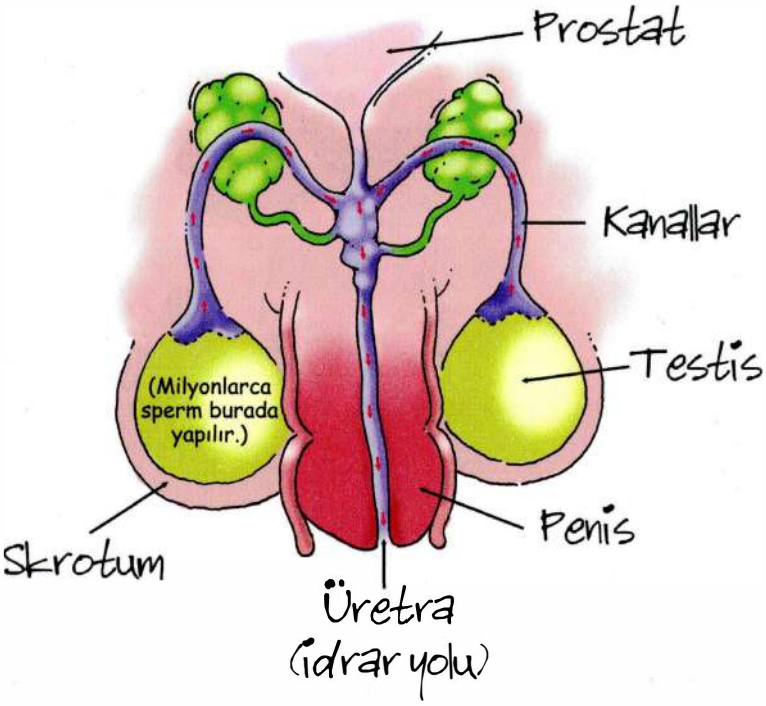


12 yaş



18 yaş

202 ERKEK ÜREME ORGANLARI



KADIN ÜREME ORGANLARI

