**İSTİSMAR**

**Çocuklarımızı cinsel istismardan korumak için nasıl güçlendirebiliriz?**

**1. Cinsellik konusunda çocuklarınızı bilgilendirin.**

* Çocuğun muhtemel tacizlere karşı korunabilmesi için sağlıklı bir cinsel bilgiye ve aile içerisinde şartsız sevgiye ihtiyacı vardır.
* Cinsel konuları paylaşmaktan çocuklarınızın sorularını cevaplamaktan çekinmeyin.
* Gelişim dönemlerine uygun bilgiler verin.

**2-Güvenliklerini sağlamayı öğretin:**

* Çocuklara güvende olma hakları olduğunu ve kimsenin bunu ellerinden alamayacağını söyleyin.
* Çocuklarınıza, güvenliklerini korumak için gerekirse kendilerine zarar veren kişiden kaçmak, yüksek sesle bağırmak ve onu tekmelemek gibi bazı kural dışı davranışlarda bulunabileceklerini anlatın.

**2-Güvenliklerini sağlamayı öğretin:**

* İnşaatlarda, boş, terk edilmiş evlerde, bodrumlarda, ailenin bilgisi olmadan oynamaması gerektiğini, ayrıca ailenden izinsiz arkadaş ve komşu evlerine gitmemesi gerektiğini öğretin.
* Çevrede kötü insanlar olabileceği ve kandırmak için çeşitli hikayelerle anlatabileceklerini ama buna inanmaması gerektiğini öğretin. “Annen kaza geçirdi; ben doktorum,seni yanına götüreceğim” vb…

**2-Güvenliklerini sağlamayı öğretin:**

* Sanal ortamlarda tanımadığınız insanlarla arkadaşlık yapmayın.
* İnternette özel görüntülerinizi paylaşmayın tanımadığınız kişilerle görüntülü görüşme yapmayın.
* Çok iyi tanımadığınız kişilerle baş başa vakit geçirmeyin.

**2-Güvenliklerini sağlamayı öğretin:**

* Ailenizin haberi olmadan kafelere,internet kafelere oyun salonlarına gitmeyin.
* Ailenizin bilgisi dahilinde gittiğinizde de yediklerinize ve içtiklerinize dikkat edin.
* Tanımadığınız ve güvenmediğiniz kişilerden ağrı kesici vs. ilaç alıp içmeyin.
* Geceleri geç saatte sokakta yalnız başınıza kalmayın.

**3-Bedenlerini korumayı öğretin;**

* Çocuklarınıza bedenlerinin kendilerine ait olduğunu,özellikle iç çamaşırları ile kapatılan bölgelerin çok özel bölgeler olduğunu ve kimsenin bu bölgelere dokunma hakkının olmadığını anlatın.

**3-Bedenlerini korumayı öğretin;**

* Senin denize girerken mayo ile örttüğün bölgelerin özel bölgelerindir.

**3-Bedenlerini korumayı öğretin;**

**Dokunulmayı reddetmeyi ve sınırlar koymayı öğretin:**

Çocuğunuza bedeninin kendisine ait olduğunu, dokunulmak veya öpülmek istemiyorsa buna hayır deme hakkının olduğunu öğretin.

**İyi Dokunma – Kötü Dokunma**

* Çocuğumuza, kimlerin kendisine dokunabileceğine, öpebileceğine ve sarılabileceğine kendisinin karar verme ve “hayır” deme hakkını vermeli, bu hakkının olduğunu bilmesini sağlamalıyız
* Herhangi birinin uygunsuz bir şekilde dokunması halinde yapabileceklerini öğretmeliyiz.

**İyi Dokunma**

* Sevdiğin kişilerin sarılması ve öpmesi güzel bir şeydir
* Uyandığında annenin sana sarılması ve öpmesi
* Babanın iyi geceler dilemek için sarılması ve öpmesi
* Anneanne ve dedenin ziyarete geldiklerinde herkesin birbirini kucaklaması ve öpmesi

**Kötü Dokunma**

* Kendini rahatsız hissetmene neden olan dokunmalar genellikle kötü dokunmalardır.
* Birisi sana istemediğin bir şekilde dokunduğunda bunu gizlemek zorunda değilsin.
* Kendinin kötü olduğunu düşünme. Kötü olan sen değil, sana kötü bir şekilde dokunan kişidir.
* Bedenin sana aittir. Sen istemiyorsan kimse sana dokunmamalıdır.
* Kötü dokunmanın ne olduğunu bilmek ister misin?

**Kötü Dokunma**

* Canını acıtan dokunma kötü dokunmadır.
* Dokunulmasını istemediğin halde sana dokunulursa bu bir kötü dokunmadır.
* Dokunan kişi kendini rahatsız hissetmene neden oluyorsa, bu kötü bir dokunmadır.
* Dokunma seni korkutuyor ve sinirlendiriyorsa bu bir kötü dokunmadır.
* Dokunan kişi bunu hiç kimseye söylememeni istiyorsa bu bir kötü dokunmadır.
* Dokunan kişi bunu başkasına söylersen sana bir zarar vereceğini tehdidinde bulunuyorsa bu bir kötü dokunmadır.

“Böyle bir durum ne olursa olsun sizin suçunuz olamaz. Yapılan şey kısa bir süre insanda hoş duygular uyandırabilir. Bir an bundan hoşlansanız, hatta size söylenenleri bilmediğiniz bir nedenle yapsanız dahi BU SİZİ ASLA SUÇ ORTAĞI YAPMAZ. Çünkü SİZ ÇOCUKSUNUZ VE BÖYLE DURUMLARDA ASLA SUÇLU OLAMAZSINIZ. BUNUN DIŞINDA BAŞKA BİR GERÇEK YOKTUR”

**4-’Hayır’ demeyi öğretin:**

Çocuklara herhangi birisi onları incitmeye kalkarsa hayır demeleri gerektiğini söyleyin.

Çünkü birçok çocuğa büyüklerin söylediklerine itaat etmeleri öğretilmiştir.

**5-Yardım istemeyi öğretin:**

* Biri onlara kötü,rahatsız edici bir şey yaparsa arkadaşlarından ya da büyüklerinden yardım istemeyi öğretin.
* Onlara sizinle her türlü sorunu paylaşabileceği inancını yerleştirin
* Etkili aile içi iletişim işinizi kolaylaştıracaktır.
* Ona doğru gelmeyen şeyleri size rahatlıkla söyleyebileceğini ifade edin. Bazen çocuklarımızın olayları abarttığını düşünürüz ne olursa olsun söylediklerini kulak ardı etmeyin.
* Çocuğunuza inanın eğer yardım istiyorsa bunu geri çevirmeyin. Çocuklar bu konularda çok ender yalan söylerler.

**6-Her zaman sır saklanmayacağını öğretin**

Çocuklarınıza bazı sırların hiçbir zaman saklanmaması gerektiğini öğretin.

* Hiç kimsenin senin, özel yerlerine dokunmaya hakkı yoktur. Hiç kimsenin seni, kendi özel yerlerine dokundurtmaya da hakkı yoktur. Birisinin senden özel yerlerine dokunmanı istemesi ya da seninkilere dokunması saklayacağın bir sır değildir. Anlatmama sözü vermiş olsan bile, anlatırsan başına çok kötü şeyler geleceği söylenmiş olsa bile, böyle bir şey olursa anlatmalısın.
* **Mutlaka söylemelisin. Sır saklaman gerektiği doğrudur. Ama bu saklanmaması gereken kötü bir sırdır.**

Bizler çocuklarımıza;

* İyi dokunma ile kötü dokunmayı ayırt etmeyi
* İstemediği bir durumda “HAYIR” diyebilmeyi
* Kişisel alanlarını bilmeyi ve korumayı
* Kendilerinin suçu olmadığını
* Sorunlarla baş edebilmeyi
* Haklarını bilip savunabilmeyi
* Kendini ifade etmeyi
* Kendine ilişkin olumlu ve güçlü yanlarını fark etmeyi
* Kendini güvende hissetmediğinde yardım alması gerektiğini öğretmeliyiz.

**Bu bilgileri çocuğa verirken çok DİKKATLİ olmamız gerekmektedir.**

**Çünkü** panik havasında sıkça yapılan hatırlatmalarla verilen bilgiler çocukları insanlardan korkan, her şeye şüpheyle bakan saplantılı kişilikler haline getirebilmektedir.