**NURETTİN TOPÇU İLKOKULU**

**REHBERLİK SERVİSİ**

**ÇOCUK İHMAL VE İSTİSMARI**

Cinsel istismar çocuğun bir yetişkin tarafından cinsel anlamda kötüye kullanılmasıdır. Cinsel istismar söz konusu olduğunda özellikle aile içi cinsel istismar vakalarında ailelerde çoğunlukla toplum tarafından dışlanma, ötekileştirilme, ayıplanma kaygısı nedeniyle olayı saklama, örtbas etme, yok sayma, çocuğunun yalan söylediğini düşünme biçiminde eğilimler gözlenmektedir. İstismara uğrayan çocukta ise korku, suçluluk, utanç duyguları nedeniyle yaşadığı travmayı saklama çabası görülebilmektedir. Oldukça önemli bir risk faktörü de çocuğun yaşadığı şeyin bir istismar olduğu gerçeğini farkında olmaması nedeniyle bunu paylaşmamasıdır.

**Çocuklarda Cinsel İstismarı Düşündürülebilecek İpuçları**

* Cinselliğe ilişkin her türlü konu ve duruma aşırı ilgi gösterme
* Yaşıyla orantılı olmayan cinsel davranışlar, oyunlar ya da konuşmalar sergileme.
* Oyuncaklarıyla veya diğer çocuklarla cinsel içerikli oyunlar oynama
* Ağız, dudaklar ve özel bölge etrafında yara ya da kızarıklıklar
* Tuvalet eğitimini kazanmış bir çocuğun altını veya yatağı ıslatmaya başlaması
* Fiziksel temas ve yakınlıktan kaçınma
* Bir neden olmaksızın bir akrabanın ya da arkadaşın evine gitmeyi reddetme
* Daha önce tanıdığı bir kişiyle yalnız kalmaya aşırı tepki gösterme

**Çocuk Cinsel İhmal-İstismarını İstismarını Nasıl Önleyebiliriz**

Çocuklarımızı bilinçlendirmek ve onları istismardan korumak için onlara; beden sınırlarını, vücudundaki özel bölgeleri, iyi- kötü dokunuş kavramını ve hayır diyebilmeyi öğretmek istismarı önlenmesinde oldukça önemlidir.

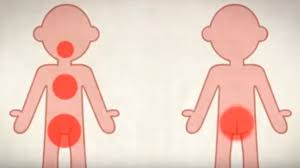
**1.Beden Sınırlarını Öğretmek**

Çocuğa beden sınırlarını ve mahremiyet duygusunu öğretmek en temel başlangıç noktasıdır. Yaklaşık olarak 3 yaşından itibaren çocuklar bedenlerini ve bireyselliklerini fark etmeye başlar. Yapılması gereken şey bu yaşlardan itibaren çocuğun bedenine saygı duymak ve dokunurken, öperken, yemek yedirirken, kıyafetini değiştirirken, tuvaletini/banyosunu yaptırırken ondan ***izin istemek.*** İsteği dışında poposunu sıkmak, ısırarak sevmek, sıkıştırmak, üzerini değiştirmek çocukta “Bedenim bana ait değil, bedenim üzerinde söz hakkım yok” algısının oluşmasına neden olur. Çocuğa dokunmadan önce sormak ***(“Sırtın terlemiş üzerini değiştirelim mi?, “Seni öpebilir miyim?”, “Sana sarılabilir miyim?”, “Sana dokunabilir miyim?” vb.)***  bedeninin kendisine ait ve özel olduğunu anlatmamıza yardımcı olur.



**2. Özel Bölge ve Mahremiyet Kavramını Öğretmek**

Kısa ve net anlatımlarla çocuğa bedenindeki özel bölgeler (***dudaklar, göğüs bölgesi, bacaklarının arası ve arkası***) ve bu bölgelerin mahrem bölgeler olduğu, anne-babanın, ve bakım veren kişilerin haricinde kimsenin o bölgelere dokunamayacağı, dokunduğu takdirde bunu ailesiyle paylaşması gerektiği anlatılmalıdır. ***Ayrıca çocuğu severken özel bölgelerine dokunmaktan kesinlikle kaçınılmalıdır. Böyle sevildiğinde çocuk “Demek ki vücudumun bu bölümleri özel değil, herkes dokunabilir***” biçiminde düşünebilir, dolayısıyla bunun normal bir davranış olduğunu zannedebilir.



***Çocuğun bezini değiştirirken, tuvaletini yaptırırken, üzerini değiştirirken, banyo yaptırırken mahremiyete özen gösterilmesi gerekmektedir***. Kamusal alanlarda bez ya da kıyafet değiştirme gibi davranışlardan kaçınılmalıdır. Banyonun ve tuvaletin özel alanlar olduğu mutlaka anlatılmalıdır. Tuvalete gidildiğinde tuvalet kapısının kapalı tutulması, kıyafet değiştirilirken odanın kapısının kapalı tutulması çocuklara mahremiyet kavramını öğretecektir

**3. İyi- Kötü Dokunuş Kavramını Öğretmek**

Çocuklarımızın iyi dokunuş, kötü dokunuş ayrımını yapabilmesi iyi ve kötü dokunuşun ne olduğunu bilmesi ve kötü dokunuşlara karşı ne yapması gerektiği ve hayır diyebilmesi istismarı önlemede oldukça önemlidir.



Çocuğa kendini iyi ve mutlu hissettiren her dokunma ***iyi dokunuştur.*** Örneğin; annenin sarılması ve öpmesi. Babanın iyi geceler dilemek için öpmesi.  Bayramlarda büyüklerin elini öpmek ve sarılmak, Arkadaşının elini tutmak iyi dokunmadır gibi örneklerle çocuğa iyi dokunuş kavramı öğretilebilir. Çocuğa kendini kötü, rahatsız, güvensiz hissettiren her dokunma da ***kötü dokunuştur.*** Arkadaşının vurması itmesi, istemediği halde çocuğu zorla öpmek veya zorla çocuğa sarılmak, çocuğun özel bölgelerine dokunmalarda kötü dokunmadır

**3. Hayır Demeyi Öğretmek**

Sadece istismar durumu için değil, çocuğa istemediği, rahatsız olduğu durumlarda **HAYIR** deme becerisini kazandırmak oldukça önemlidir. Çocuğun istemediği davranışa karşı hayır - dur diyebilmesi oluşabilecek bir istismarın önlenmesini sağlayabilir.



Çocuk bedenine dokunulmasını istemiyorsa, örneğin o anda herhangi birinin onu öpmesini, kucaklamasını, kendisiyle temas kurmasını istemiyorsa ısrar edilmemeli ve çocuğun kararına saygı duyulmalıdır***. Çocuğa “Bedenin sana ait, birinin sana dokunmasını istemiyorsan hayır diyebilirsin, sen istemezsen sana kimse dokunamaz”*** bilincini kazandırmak kendini koruma güdüsünü geliştirecektir. Çocuğun kendisini iyi hissetmediği herhangi bir dokunuşun ***kötü dokunuş*** olduğunu ve kendisini kötü hissettiğinde ***hayır demeye hakkı olduğunu aktarmak*** onu istismar riskinden koruyabilecek bir tutumdur.

**BİR ÇOCUK İSTİSMARA UĞRADIYSA NE YAPILMALI**

İstismar çocuğun ve ergenin yaşamında ağır yaralar açan, ruh sağlığını ciddi biçimde zedeleyen ve kesinlikle uzman yardımı gerektiren bir travmadır. Aynı zamanda hem adli hem de psikolojik olarak ele alınması gereken bir olgudur. Çocuğunuzun istismara uğradığından şüphelenirseniz hiç vakit kaybetmeden bir uzmandan yardım talep edin. Yasal süreci başlatmak için bulunduğunuz yerdeki ***çocuk büro amirliğine*** veya size ***en yakın karakola*** giderek konu ile ilgili adli işlemleri yapmak çocuğunuzu korumak için atacağınız en önemli adım olacaktır. Bunun ardından istismar konusunda uzmanlaşmış bir terapistten destek almanız da çocuğunuzun yaşadığı travma ile başa çıkmasını kolaylaştıracaktır. Bir çocuğun/ergenin en önemli ihtiyacı kendini güvende hissettiği, sevildiği ve kabul gördüğü bir yaşam alanıdır. Bu ortamı ona sağlayabilecek olan ise çocuğun ebeveynleridir.

**REHBERLİK SEVİSİ**