Çocuklarla konuşmak

Çocuklarla cinsel eğitim ve pornografi hakkında konuşmak

„Çocuklarla konuşmak“, çocuklarla bazı konular hakkında konuşmanıyı denemeniz için sizi teşvik etmeyi amaçlamaktadır; çünkü zor konuları konuşmaya çalışmak bile çocukları şiddetten, manipülasyondan, cinsel istismardan, ayrımcılıktan ve akıl karışıklığından koruma yönünde önemli bir adımdır. Aktif olarak dinlese de dinlemese de çocuğu güçlendirir. Olası zor bir durum yaşaması halinde çocuk, sizin onun muhatabı olduğunuzu veya olabileceğinizi bilir; çünkü alışılmamış, belki de utandıran ya da can sıkıcı ve insana ağır gelen konuları konuşabilme cesareti gösterebilmişsinizdir.

Aşağıda pornografi ve cinsellikle ilgili sorular hakkında bilgi ve çocuklarla bu konuları nasıl konuşabileceğinize yardımcı olabilecek ve size bu konuda fikir verebilecek örnek cümleler bulacaksınız.

SELBSTlaut
Fachstelle gegen sexualisierte Gewalt an Kindern und Jugendlichen
Vorbeugung · Beratung · Verdachtsbegleitung

Selbstlaut
Tel.
Email.
Web.

Thaliastraße2/2A, 1160 Wien
+43 1 810 90 31
office@selbstlaut.org
selbstlaut.org

Çocuklar dijital medyayla temasa geçer geçmez, yetişkinlerin inisiyatiflerini kullanarak zor da olsa pornografiyi ele alması gerekmektedir; çünkü çocukların bu tür içeriklere maruz kalması artık sadece bir zaman meselesidir. Çocukların, bu tür içeriklerin bazen istem dışı karşılarına çıkabilceğini bilmeleri ve pornografinin de herhangi bir aksiyon filmi gibi gerçek dışı ve oyundan ibaret olduğunu bilmeleri bile ortaya çıkabilecek garip ve tiksinti uyandırabilecek duygularla ve kafa karışıklığıyla başa çıkma konusunda önemli bir adımdır.

İlkokul çağındaki çocukların bile (birlikte) porno film izlemesi bazen bir cesaret denemesi veya bazen bir yarış olabilmektedir: Mesela kim en tiksindirici videoyu izleme cesaretini gösterebilecek? Fakat çoğu zaman bu tür içeriklere maruz kalmak endişeye ve çocuğun utanç duygusu hissetmesine sebep olmaktadır.

Ne kadar fazla çocuk kendini ve vücudunu tanırsa ve ihtiyaçlarının ne olduğunu bilirse, pornografik içeriklerin çocuklar üzerindeki etkisi o kadar az olur. İnisiyatifi elinize alıp çocukların gördüğü, çoğu zaman bildiği veya hissettiği fakat tabu olduklarını düşündükleri konuları günlük hayatta konuşmaya ve bu konular hakkında aktif olarak ek bilgiler vermeye çalışın.

Çocuklarla zor konular hakkında konuşmak pratiklik gerektiren bir iştir ve zaman ister. Biraz orada biraz burada alıştırma yapılması halinde göreceksiniz ki giderek daha kolayınıza geidecek ve günlük yaşamın bir parçası haline gelecektir.

Bu kitapçık, hakkında konuşmanıza yardımcı olmak için geliştirilmiş aşağıdaki beş konudan bir tanesidir.

1) Çocuk hakları ve şiddet görme durumunda yardım
2) Çocuklar arasında cinsel şiddet ve rıza (onay)
3) Yetişkinlerin irite edici davranışları
4) Cinsel eğitim ve pornografi
5) Kaygı, stres ve travma

„Çocuklarla konuşmak“ serisi, Selbstlaut ekibi tarafından ilkokul çağındaki çocuklarla bazı zor konularda konuşmayı kolaylaştırmak için geliştirilmiştir. Bazı içerikler 12-13 yaşından büyük çocuklar için de uygun olabilir; fakat genel olarak gençler için bu kitapçıkta bulunmayan farklı ifade şekilleri gereklidir.

Stadt Wien | Frauenservice Wien
ÖCERT
wien cert

Cinsel eğitim

Vücudun kısımları, cinsel organlar, yaşam tarzları ve arzulama biçimleri için uygun ifadeler, ergenlikle ve vücuttaki değişimlerle ilgili bilgiler, çocukların sorularına kısa ve doğru cevaplar vermek, cinsel eğitimin bir parçasıdır. Doktorculuk oynamak, birbirinin vücudunu incelemek; heyecan verici, gıdıklayıcı ve güzel hisler uyandıracak şekilde kendine dokunmak, yetişkinleri taklit etmek, çıplak olmaktan haz duymak vs. (küçük) çocukların cinselliğinin dışa vurumudur ve gayet olağandır.

Belki „Ama neden ilkokul yaşındaki çocuklarla bütün bu konular hakkında konuşalım?“ diye soruyorsunuzdur.

10 yaşın altındaki çocuklar, cinsel istismardan en çok etkilenen yaş grubudur. Çocuklara cinsel istismarda bulunan yetişkinler, sık sık çocukların tatmin edilmemiş merak duygusunu süistimal ederek onları cinsel içerikli konuşmalara ve eylemlere dahil edip manipüle ederek istismarın içine çekerler.

Cinsel eğitim, çocukları istismardan korur ve onları istismara karşı güçlendirir. Çocuklar, cinsellikle ilgili konular hakkında konuşabildiklerini ve cinsel organlarını, vücutlarının kısımlarını utanmadan ve endişe duymadan ifade edebileceklerini öğrendikleri takdirde olası bir istismar durumunda konuşmalarına ve yardım istemelerine engel olabilecek ilk engeli aşmış olurlar.

Cinsellikle ilgili sorular sormaları durumunda, çocuklara kısa ve doğru cevaplar vermeye çalışın. Bu, bir süreç ve her şeyden öte çocuklara karşı sergilediğimiz bir duruştur; bir seferlik bir aydınlatma konuşması yapmak demek değildir.

Seks ne demektir?

Çocuğuma ne demeliyim? Mesela:

Seks, cinsel eylemler anlamına gelir. Yani, yetişkinlerin ve yaşça büyük gençlerin bibirlerine, cinsel organlarına ya da vücutlarının başka yerlerine dokunarak gıdıklayıcı duygular hissetmeleri ve uyarılmaları demektir.

Yetişkinlerin ve yaşça büyük gençlerin çocuklarla bu tür şeyler yapması kesinlikle yasaktır.

Üreme

Eğer çocuğunuz bebeklerin karnın içine nasıl geldiğini soruyorsa büyük bir ihtimalle sizden bu sorunun cevabını da bekliyordur; ama sizden bu konuyla ilgili ne bir ders ne de seks pozisyonları hakkında uzun bir konuşma dinlemek istiyorlardır. Duymak istedikleri şey, yaşlarının bu konu için henüz küçük olduğu ya da ”Neden soruyorsun?” veya ”Aklına nereden geldi bu şimdi?” gibi sorular da değildir.

Onlara belki şöyle bir cevap verebilirsiniz:

Bebekler, bir sperm hücresiyle bir yumurta hücresi birleşince oluşur. Sperm hücreleri penisten gelir. Penisten gelen bu sperm, idrar değil; daha başka beyazımsı bir sıvıdır. Bu sıvı, rahme gelirse hamile kalınabilir. Bu durum daha çok yetişkinler birbirleriyle seks yapınca olur. Mesela yataktayken belki üst üste çıplak yatıyorlardır. Birbirlerine, cinsel organlarına ya da vücutlarının başka yerlerine dokunarak gıdıklayıcı ve heyecan verici duygular yaşıyorlardır. Bunu yaparken birtakım hareketler yapıyorlardır ve bu durumda penisten gelen sıvı rahmin içine girebilir.

Gülme ve utanma

Utanç verici ifadeler ve garip gelen birtakım deyimler, cinsel içerikli küfürler ya da anlaşılması zor bazı bilimsel terimler, çocukların yetişkinlerden cinsellikle ilgili en sık duydukları şeylerdir. Bu konular hakkında konuşmak,

çocukları büyük bir yükten kurtarır; duygu karmaşası ve akıl karışıklığı yaşamaları halinde yollarını bulmalarına yardımcı olur.

Mesela, çocukların yanında yetişkinlerin cinsel içerikli şakalar yapılması durumunda bunu fırsat bilip bu konuda çocuklarla konuşabilirsiniz.

Mesela şu şekilde bir açıklama yapılabilir:

Yetişkinler, cinsellik konu olunca çocukların hep gülüştüğünü düşünürler; ama genelde yetişkinlerin kendileri de güler. Çocukların cinsellikle ilgili sorularına cevap vermekte daha çok zorlanıyorlar; çünkü cinsellikle ilgili konuşmaya alışkın değillerdir ya da bu konu hakkında konuşmaya utanıyorlardır veya bu konunun çocuklar için uygun olmadığını ve onları ilgilendirmemesi gerektiğini düşünüyorlardır. Bazen de bu konu hakkında daha önce hiç düşünmedikleri için hangi kelimelerin, ifadelerin ve anlatım biçimlerinin çocuklar için ve hangilerinin yetişkinler için uygun olduğunu bilmiyorlardır. Yetişkinler, bu ikisini birbirinden ayırmakta çoğu zaman zorlanabiliyorlar.

"A" kişisinin bugün cinsel içerikli bir şaka yapması ve garip bir şekilde bakması beni rahatsız etti. Aslında bir şeyler söyleyip onu durdurmam gerekirdi; ama ne diyeceğimi ve onu nasıl durduracağımı bilemedim. Şimdi hiçbir şey söylemediğim için kendime çok kızıyorum.

Yetişkinler çocuklara kendi cinsel yaşamlarını anlatmamalı ve bu konuyla ilgili şakalar yapmamalıdır. Bu durum çocukların aklını karıştırabilir ve çocukları rahatsız edici bir duruma sokup utanç duymalarına sebep olabilir. Bu, sadece çocuklar için değil, aynı zamanda da diğer yetişkinler için de son derece rahatsız edici ve uygunsuz bir durumdur.

Yetişkinler hiçbir şekilde çocuklara cinsellikle ilgili sırlar söylememelidir ve çocuklardan sır saklamalarını istememelidirler.

Yetişkinler, çocukların sorularına kısa ve doğru cevaplar vermeye çalışmalıdır; yanlış ve aslı olmayan bilgiler vermemelidir.

Okulda cinsellik hakkında konuşmak bazen evde bu konu hakkında konuşmaktan daha kolay olabilir; ama sormak istediğin bir şey varsa veya ilgini çeken ya da seni rahatsız eden bir şey varsa, bu konuda sana bilgi vermek için ya da bu konuyla ilgili sorularını cevaplamak için elimden geleni yapacağım.

Pornografi

Ya çocuklar istem dışı ya da bilinçli bir şekilde rıza gösterne imkanı olmadan pornografik içeriklerle karşı karşıya kalırlarsa?

Bu tür içerikler; tiksinti uyandırabilir, kişinin iç dengesini bozabilir, huzur kaçırabilir ya da komik gelebilir veya cinsel uyarılmaya neden olabilir. Bu tür içeriklerin sebep olacağı çelişkili duyguları tartışmaya açıp bunun hakkında konuşmaya çalışın. Bu tür içerikler yokmuş gibi davranmayın. Çocukların; akılları karıştığında yönlendirilmeye ihtiyaçları vardır ve onlara rahatsızlıklarını ve meraklarını dile getirme imkanını tanımamız gerekmektedir.

Pornografik içeriklerde sık sık cinsellik ve şehvet (cinsel istek) izlenimi verilmeye çalışılır; fakat bu, cinsellikten ve şehvetten çok aslında güç gösterisi ve şiddetle ilgilidir. Böylece kadınların, şiddeti tahrik edici ve heyecan verici bulduğu iddia edilir ve böyle bir algı yaratılır. Bu tür içerikler neredeyse hiçbir zaman duygularla alakalı değildir. Çocuklar için (sadece çocuklar için de değil) asıl uygunsuz olan, pornografinin insanın kendi fantezisini, isteklerini, arzularını ve ihtiyaçlarını baltalaması veya engellemesidir.

Ağırlıklı olarak kalıplardan oluşan ve kâr amaçlı yapılan pornografik içerikler, ileride bir arzu olarak ortaya çıkması gereken şeyi baltalar.

Pornografi genel olarak azınlıklara karşı şiddet içeriklidir, ırkçıdır, bazı grupları küçük düşürmeye yöneliktir. Çocuklar için pornografi zararlıdır; çünkü bu tür içerikler sadece yetişkinler için yapılmıştır. Çoğu zaman cinselliği şiddetle bağdaştırır ve bu ikisini sanki bir bütünün ayrılmaz iki parçasıymış gibi gösterir. Çocukların bu tür içeriklere maruz kalması durumunda, onların sorularına cevap vermenizi ve bu konu hakkında konuşmaya açık olmanızı tavsiye ederiz. Yetişkinler olarak inisiyatifi ele alıp çocuklara konuyla ilgili bir şeyler söylememiz ve pornografinin, çocukların hayatında olduğunu kalbullenmemiz gerekir.

”Ama ne demeliyim?” diye düşünüyorsunuzdur belki:

Çocuklar evde, okulda, yurtta, koruma evlerinde pornografiyle, cinsel içerikli mesajlaşmayla, çıplak resimlerle ya da internette cinsel istismarla meşgulken veya bu tür içeriklere maruz kaldıklarında yetişkinler ve ebeveynler çoğu zaman tam olarak ne olduğunu bilemezler ve bunu %100 öğrenmek mümkün değildir. Bu tür konuları konuşmak için tam olarak ne olduğunu öğrenmenize de gerek yoktur. Tam olarak neler olduğunu ve ”gerçeği” öğrenmek yerine, çocuklara yaşlarına uygun ek bilgiler vermenin önemi daha büyük. Böylece çocuklar sizi muhatap alıp güvenilir kişi olarak görüp canlarını sıkan konularda size içlerini daha rahat dökeceklerdir. Çocukların sizi güvenilir kişi olarak görmesi, onları soru yağmuruna tutmanızdan daha önemlidir.

Mesela böyle bir açıklama yapabilirsiniz:

Sınıfınızda; içinde insanların birbirleriyle cinsel ilişkiye girdiği, seks yaptığı videoların döndüğünü duydum. Belki sınıfınızda bazılarına bu tür videolar gönderilmiştir ya da bazıları kendi göndermiştir. Bununla ilgili birkaç şey söylemek istiyorum:

Bu tür videolara porno video, pornografi ya da pornografik videolar denir. Bu tür içerikler yetişkinler için yapılmıştır. Bazı yetişkinler, heyecan verici bulduklari ve cinsel olarak uyarıldıkları için bu tür videolar izlerler. Bazıları ise bu tür videoları izlemekten hiç haz duymazlar. Çocuklar ve gençler, aynı korku filmi izlememeleri gerektiği gibi pornografik videoları da izlememelidir; çünkü bu tür içerikler, sınırlarınızı zorlayabilir, akıl karışıklığına veya kaygı duymanıza neden olabilir. Buna rağmen birçok çocuğun bu tür videolar izlediğini biliyorum. Bazıları bilerek izliyor, bazılarının karşısına istemeden çıkabiliyor ya da bazılarına bu tür içerikler başkaları tarafından gönderiliyor.

Porno, oyuncular tarafından yapılmıştır ve porno filmlerdeki cinsel ilişkinin gerçekteki cinsel ilişkiyle bir alakası olmadığını ve gerçeği yansıtmadığını bilmek önemlidir. Bu tür videolar şiddet içerir ve bu tür videoların içeriğinde kafa karıştırıcı daha farklı şeyler de bulunur. Bu tür videolar izlediyseniz, tiksinti duymuş olabilirsiniz, belki de utanmanıza sebep olmuştur ya da komik bulmuş olabilirsiniz. Sizi heyecanlandırmış ve cinsel olarak uyarılmanıza da sebep olmus olabilir ya da sizi rahatsız etmiş olabilir. Her duygu çok önemlidir ve ciddiye alınmalıdır. Bilmeniz gereken şey, hiçbir yetişkinin çocuklara bu tür videolar göndermemesi gerektiğidir. Bu, yasal olarak yasaktır ve cezai uygulaması vardır. Porno, yetişkinler için de rahatsız edici olabilir. 18 yaşından küçüklerin porno izlemesi yasaktır.

Bu tür videolar sınırlarını zorladığından ve ne yapacağını tam olarak bilmediğinden kendin böyle bir videoyu başkasına göndermiş ya da göstermiş olabilirsin; çünkü videoyu başkasıyla paylaşmak veya o videodan kurtulmak istemiş olabilirsin, yani bir nevi yardım çağrısı gibi. Bir çocuk başka bir çocuğun kafasını karıştırmak veya onu kızdırmak için de göndermiş olabilir. Videoyu gönderen çocuk, o videoyu göndererek kendini önemli ve güçlü hissetmek için böyle bir şey yapmış olabilir. Bazen insan bu tür videoları aslında izlemek istemez, ama yine de izlemeye devam eder ve izlemeden yapamaz. Bu, bir şeyin tiryakisi olmak gibidir.

Bazen çocuklar, bu tür videoları izlemeden duramaz. Bunun bazı sebepleri olabilir. Mesela; çocuk, istismar gibi ağır bir şey yaşamış olabilir. Yetişkinlerin; çocukların bacak arasını, penisini, rahmini veya vulvasını ellemesi ya da çocukları, yetişkinlerin cinsel organlarını ellemeye zorlaması istismarın bir çeşididir. Bunu herhangi birinin yapması yasaktır.

Aynı zamanda, yetişkinlerin veya yaşça büyük gençlerin çocuklara porno göstermesi ve göndermesi de yasaktır. Bunu yapan yetişkinler, istismarın bir sır olarak kalmasını isterler ve bunu gizlemeye çalışırlar. Çocukların, istismara uğradıklarında mutlaka başkalarının yardımına ihtiyaçları vardır. Bununla ilgili konuşmak, yaşananları anlatmak ve yardım istemek çok cesurca bir davranıştır.

Bu düşüncelerden herhangi birinin senin/sizin için geçerli olup olmadığını bilmiyorum; ama herkesin kendini burada güvende ve rahat hissetmesi çok önemli. Bu yüzden sizinle/seninle bu konuda konuşmak benim için çok önemli.

Dijital cihazlardaki ve arama motorlarındaki filtreler çocuklar için anlamlı olabilir; ama tam olarak bir koruma sağlayamazlar. Yetişkinlerin muhtemelen porno veya çocuklar için zararlı olabilecek başka içerikler izlemek için kullandığı cihazlar, çocukların eline bırakılmamalıdır; çünkü bu tür içeriklerle ilgili reklamlar karşılarına çıkabilir.

Çocuklar, gençler ve ebeveynler için bilgi: https://www.rataufdraht.at/
https://elternseite.at/de/themen/pornographie-online-was-sie-als-eltern-dazu-wissen-sollten

Çocuklarla konuşmak

Çocuklarla kaygı, stres ve travma hakkında konuşmak

„Çocuklarla konuşmak“, çocuklarla bazı konular hakkında konuşmayı denemeniz için sizi teşvik etmeyi amaçlamaktadır; çünkü zor konuları konuşmaya çalışmak bile çocukları şiddetten, manipülasyondan, cinsel istismardan, ayrımcılıktan ve akıl karışıklığından koruma yönünde önemli bir adımdır. Aktif olarak dinlese de dinlemese de çocuğu güçlendirir. Olası zor bir durum yaşaması halinde çocuk, sizin onun muhatabı olduğunuzu veya olabileceğinizi bilir; çünkü alışılmamış, belki de utandıran ya da can sıkıcı ve insana ağır gelen konuları konuşabilme cesareti gösterebilmişsinizdir.

Aşağıda kaygı, stres ve travma ilgili sorular hakkında bilgi ve çocuklarla bu konuları nasıl konuşabileceğinize yardımcı olabilecek ve size bu konuda fikir verebilecek örnek cümleler bulacaksınız.

SELBSTlaut
Fachstelle gegen sexualisierte Gewalt an Kindern und Jugendlichen
Vorbeugung · Beratung · Verdachtsbegleitung

Selbstlaut Thaliastraße2/2A, 1160 Wien
Tel. +43 1 810 90 31
Email. office@selbstlaut.org
Web. selbstlaut.org

Travma belirtisi gösteren bir çocuğun (mesela sık sık ve aşırı şekilde kontrol kaybı ve sinir krizi geçirme, duvara karşı başını vurma, sık sık ve kontrol edilemez şekilde mastürbasyon yapmak, transa geçmek ve konuşturulunca tepki vermemek vb.) mutlaka profesyonel yardıma ihtiyacı vardır. Bir çocuğun travmasını tedavi etmek; pedagogların, ebeveynlerin ya da çocuğun ilgili kişisinin görevi değildir ve sınırlarını aşar. Bu, terapistlerin ve bu konuda uzman kişilerin görevidir.

Ebeveynler, pedagoglar ve çocukların iligili kişisi, travma geçirmiş çocuklara günlük yaşamda yine de destek olabilirler. Bir çocuk; ısrarcı, aşırı ve rahatsız edici davranışlar sergiliyorsa; bir pedagogun ya da ilgili yetişkin kişilerin ilk yapacağı şey, bu davranışları mümkün olduğunca durdurmaktır ve davranışların birer travma belirtisi olabileceğine ihtimal vermektir. Bu demek oluyor ki çocuk bu davranışları büyük bir ihtimalle o anda başka bir seçeneği olmadığı için, istem dışı ve bilincinde olmadan sergiliyordur.

Bu olasılık göz önünde bulundurulduğunda asıl önemli olan şey, çocuğun psikolojik olarak stabilize olmasına, rahatlamasına, yükünü hafifletmeye, konuşmasına ve yaşadıklarını kafasında bir yere koymasına ve anlamlandırmasına yardımcı olmaktır.

Çocuklarla zor konular hakkında konuşmak pratiklik gerektiren bir iştir ve zaman ister. Biraz orada biraz burada alıştırma yapılması halinde göreceksiniz ki giderek daha kolayınıza gidecek ve günlük yaşamın bir parçası haline gelecektir.

Bu kitapçık, konuşmanıza yardımcı olmak için geliştirilmiş aşağıdaki beş konudan bir tanesidir.

1) Çocuk hakları ve şiddet görme durumunda yardım
2) Çocuklar arasında cinsel şiddet ve rıza (onay)
3) Yetişkinlerin irite edici davranışları
4) Cinsel eğitim ve pornografi
5) Kaygı, stres ve travma

„Çocuklarla konuşmak“ serisi, Selbstlaut ekibi tarafından ilkokul çağındaki çocuklarla bazı zor konularda konuşmayı kolaylaştırmak için geliştirilmiştir. Bazı içerikler 12-13 yaşından büyük çocuklar için de uygun olabilir; fakat genel olarak gençler için bu kitapçıkta bulunmayan farklı ifade şekilleri gereklidir.

Stadt Wien | Frauenservice Wien
ÖCERT
wien cert

Travma geçirmiş çocuklar genellikle başarısızlık duygusu yaşarlar; çünkü çoğu zaman kendilerinin bile anlamlandıramadığı yorucu, garip, rahatsız edici davranışları kendi kendilerine değiştiremezler. Sürekli başarısız olma duygusu ve yenilgi hissi, çocukları daha da fazla güçsüzleştirir. Bu yüzden yetişkinler; her çocuğun zayıf noktalarına değil, güçlü yanlarına odaklanmalıdır ve bu güçlü yanlarını çocuğun fark etmesine katkıda bulunmalıdır. Bunu yapmak; sabır, azim ve empati gerektiren bir iştir.

Çocuğun konuşmasına ve yaşadıklarını anlamlandırmasına yardımcı olmak

Çocuğun konuşmasına ve yaşadıklarını kafasında bir yere koymasına ve anlamlandırmasına yardımcı olmak demek, yetişkinlerin çocuğun kendisiyle yaşadığı travmatik olay hakkında konuşması demektir. Asıl konu, her şeyden öte çocuğun sergilediği davranış ve bu davranışın sebep olduğu duygular hakkında çocukla konuşmaya çalışmakla ilgilidir. Yetişkinler bu şekilde; çocuğun kavraması ve anlaması zor şeyleri anlamasına ve belki de ifade etmesine yardımcı olabilirler ve çocuğun davranışlarına anlayış gösterebilirler. Böylece, çocukların kendilerini ve davranışlarını daha iyi anlamasına ve kabullenmesine yardımcı olmuş olurlar.

Rahatlatma ve çocukların yükünü hafifletme

Çocuklara verilebilecek ana mesaj; çocuğun davranışlarının, zor ve normal olmayan olaylara verdikleri normal tepkiler olduğudur. Bunun arkasında yatan düşünce ve duruş: „Yanlış olan sen değilsin; senin bu duyguyu hissetmene ve davranışı göstermene sebep olan şeydir.“ Ve „Her davranışın iyi bir nedeni vardır.“

Çocuklara travmayı anlatmak için kullanılabilecek örnek cümleler:

Bazı çocuklar hayatlarında çok zor şeyler yaşamışlardır: Mesela, savaş ve istismar ya da bazı çocukların birbirlerine kötü davranan ve birbirleriyle sürekli kavga eden ebeveynleri vardır; bazı çocuklar kendilerine yakın hissettikleri önemli birini ölüm nedeniyle kaybetmişlerdir ya da bu kişi hayatlarından başka bir sebeple çıkıp gitmiştir; bazı çocuklar yetişkinler tarafından ihmal edilmiştir ya da uygunsuz veya kafa karıştırıcı bir şekilde ellenmiştir.

Yaşananlar çok geride kalmış olsa da bir çocuk için geçmişte yaşadıkları, hala çok tazeymis hissi verebilir ya da çocuk, aynı şeyi yeniden yaşıyormuş gibi hissedebilir. Bu, şu an başka bir zamanda olduğumuz için imkansız olsa da duygusal olarak öyleymiş gibi gelebilir veya vücut ve akıl öyle olduğunu sanabilir. Bu, çocuk bambaşka bir şeyle meşgulken günün tam ortasında olabilir. Önceden yaşananlar kafanızda bir resim olarak ortaya çıkabilir ya da bir film gibi gözünüzün önünden geçebilir.

Vücut unutmaz

Bazen çocuklar, tam olarak ne yaşıklarını hatırlayamazlar. Bellek bazen yoğun bir sis gibidir; ama vücudun hafızası başkadır. Beyin unutsa bile vücut unutmaz. Vücut, mesela yaşanan olaydan bir kokuyu ya da olayın geçtiği bir yeri veya odayı hatırlayabilir. Bir çocuk, o kokuyu tekrar duyduğunda ya da olayın geçtiği yere benzeyen bir yere gittiğinde, o zamanki olayda hissedilen duyguların aynısını hisseder. Travmaya sebep olan olay sanki yeniden yaşanıyormuş gibi davranılır ve hissedilir. Çocuk kaygı duyar, çocuğu korku basar, daha hızlı nefes alıp vermeye başlar, kalbi hızlı hızlı çarpmaya başlar ya da çocuk öfke patlaması yaşayabilir veya çocuk, kafasının içinde çok uzak bir yerlere seyahat eder ve dolayıyla o an yaşadıklarını hatırlayamaz.

Vücut, bazen çocuklara kötü davranan ve çocuğun korktuğu insanları da hatırlar. Eğer herhangi biri, hareketiyle ya da dış görünüşüyle olsun, çocuğa korktuğu kişiyi hatırlatıyorsa; bu durum, o kişi farklı biri olsa da çocukta yine kaygıya ve korkuya sebep olabilir.

Bütün bunlar anlaması zor şeylerdir. Sormak istediğin bir şey var mı?

Bazen senin de öyle şeyler yaşadığını düşünüyorum. Bu tür duyguların, hislerin ve anıların sende tam olarak neyi tetikleyebileceğini birlikte anlamaya çalışmamız iyi olur. Belki senin öfkelenmeni, kaygılanmanı ya da korkmanı mümkün olduğunca engellemek için bir yol bulabiliriz.

Alarma hazır durumda olmak

Travma belirtilerinden biri de aşırı uyarılma ve hareketlilik halidir. Diğer bir deyişle çocukların hiperaktif, sakinleşememe, yerinde duramama ve her an kötü bir şey olabilirmişçesine hazır olda olma durumudur. Bu travma belirtisi sık sık dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğuyla karıştırılıp yanlış tanı konmasına sebep olabiliyor. Yaşanan bir durum, insanın hayatını tehdit eden bir olay olarak algılandığında vücutta otomatik olarak aşırı derecede adrenalin salgılanır. Bunun sebebi vücudu hayati tehlike olarak algılanan durumdan kaçmaya veya kişinin savunmaya geçmesine hazırlamaktır; fakat kaçma ve savunma mekanizmalarından hiçbiri işlemediği zaman, vücut ve bilinç donar. Kaçmak ve savunmaya geçmek için hazır bulundurulan enerji vücutta sıkışıp kalır ve dışarıya atılamaz, insanlar böyle bir durumun içine düştüklerinde ve aşırı uyarılma ve hareketlilik durumu geliştirdiklerinde kendilerini daha kolay tehdit altında hissederler. Aslında güvende olsalar ve tehdit durumu ortadan kalkmış olsa bile travmatik olay her an tekrar yaşanacakmış gibi sürekli alarm halinde olurlar.

Çocuğa bu durumu örneğin şu şekilde anlatabilirsiniz:

Patlamaya hazır bir volkan gibi, genellikle çok aktif ve sürekli huzursuz olduğunu fark ettim. Vücudunda bir sürü enerji sıkışıp kalmış da bu enerjiyle ne yapacağını, bu enerjiden nasıl kurtulacağını bilemiyormuş gibisin.

Belki de kendini sanki içinde hep bir alarm çalıyor gibi hissediyorsundur ya da vücudunda bir şey ya da biri sanki seni sürekli „dikkat, dikkat et, tehlike geliyor“ diye uyarıyormuş veya araba sürerken aynı anda hem gaza hem frene basıyor gibi hissediyor olabilirsin.

Bazen fark ediyorum ki aslında hiç de tehlikeli olmayan en ufak bir olay veya stres durumu bile senin için hayati tehlike ifade edebiliyor. Bu, kulağa çok yorucu geliyor.

Sana sürekli sakin olmanı ve daha yavaş hareket etmeni söylüyorum; ama belki de bunu kontrol etmek senin elinde olan bir şey değil. Eğer bu böyleyse, sana sürekli sakin olmanı söylemem sinir bozucu ve senin için çok yorucu olabilir; çünkü bu durumu değiştirmen senin kontrolünde değil.

İçinde alarm sistemi olan başka çocuklardan, anlaşmalara bağlı kalmakta zorlandıklarını biliyorum. Bu çocuklardan bazıları geçmişte ağır şeyler yaşadı. Mesela, sık sık hastalandıkları için ya da uzun süre hastanede kalmak zorunda oldukları için ya da anneleri çok zor bir doğum yaşadığı için veya evde hiç kimse onlarla konuşmadığı ve hiç kimse onları teselli etmediği ve kendilerini yalnız hissettikleri için ya da şiddet gördükleri için veya biri onların bacak arasını, poposunu veya penisini elediği için. Bu zor durumlar geride kalmış olsa bile, çocukların vücudundaki alarm sistemi hala açıktır ve onu kapatacak düğme yokmuş gibi hissettirir.

Anlaşmalar

Sana nasıl destek olacağımı ve daha az stres hissetmen için birlikte ne yapabileceğimizi düşündüm. Huzursuz ve aşırı hareketli olduğun durumlarda seni daha fazla germemeye ve sana baskı yapmamaya çalışacağım. Sana güvende olduğunu ve o anda tehlikede olmadığını ve hayatını tehdit eden herhangi bir durum olmadığını hatırlatmaya çalışacağım. Belirli bir süre için (mesela bir gün veya bir hafta) net kurallar belirleriz; böylece seni nelerin beklediğini bilirsin.

Sen ne düşünüyorsun bu konuda? Böyle yapmam bu durumda sana yardımcı olur mu? Seni neyin sakinleştireceğiyle ilgili herhangi bir fikrin var mı?

Acil durum kutusu

Belki beraber bir acil durum kutusu hazırlayabiliriz. İçine, kendini huzursuz ve endişe içinde hissettiğinde tekrar sakinleşmene yardımcı olabilecek şeyler koyabiliriz. Mesela; stres topu, bakmayı çok sevdiğin ve bakınca seni rahatlatan ve sana güç veren bir resim, senin için özel bir oyuncak, güzel kokan ve seni rahatlatan bir şey ya da sevdiğin atıştırmalıklar.

Öfke

Çocuklar bazen kontrol etmesi zor öfke patlamaları yaşayabilirler. Öfke ve öfke patlamaları belli bir derceye kadar gelişimin bir parçasıdır ve doğaldır; ama öfke patlamaları aşırı bir hal alırsa, sık sık ve uzun bir süre boyunca ortaya çıkarsa, bunu anlamlandırması için çocuğa yardımcı olmaya çalışabilirsiniz:

Bazen çok öfkelendiğini fark ettim. Hatta bazen o kadar çok öfkeleniyorsun ki seni durdurmak mümkün olmuyor. Sanki öfkenin içine sıkışıp kalmışsın ve oradan kendini kurtaramıyormuşsun gibi. Bu kadar öfkelenmenin eminim ki geçerli bir sebebi vardır. Belki de istediğin bir şeye hayır dediğim için bu kadar öfkelendin ya da seni başka bir çocuk veya öğretmenin öfkelendirdi. Belki de biriyle tartıştın. Belki de biri sana bağırdığı veya vurduğu için öfkelendin. Belki de geçmişte yaşadığın bir şeyi hatırlayıp öfkelendin. Belki de tamamen başka bir şey seni öfkelendirdi. Seninle bunun hakkında konuşmak ve bu şekilde öfkelenmemen için ne yapabileceğimizi seninle beraber düşünmek istiyorum. Senin kendini güvende ve iyi hissetmen benim için çok önemli.

Dissosiyasyon

Travma belirtilerinden biri de dissosiyasyondur – zamandan ve mekandan kopup uzaklara gitme, transa geçme durumudur. Çocuklar, travmatik olayı tekrar yaşıyor hissine kapılırlar. Bu durum çocuklar için son derede kafa karıştırıcıdır. Bazen dissosiyasyona girdikleri durumu ve zamanı hiçbir şekilde hatırlayamazlar; bazen de sadece kısmen ya da belirsiz bir şekilde hatırlayabilirler. Dissosiyasyon son derece karmaşık olgudur ve kendini farklı şekillerde gösterebilir. Eğer mümkünse, dissosiyasyonlar mutlaka durdurulmalıdır; çünkü çocuk için zararlıdır ve taşıması ağır bir yük gibidir. Dissosiyasyonu gören veya onun etkisini hisseden fakat görüp hissettiklerini anlamlandıramayan gruptaki ya da sınıftaki diğer çocuklar için de aynı şekilde kafa karıştırıcı olabilir.

Dissosiyasyonlar çocuklara mesela şu şekilde açıklanabilir:

Bazen etraftaki her şey çok fazla kafa karıştırıcı hale geldiğinde vücudumuz „Artık dayanamıyorum“ diye bağırır ve vücut kendi kendini kapatır. Bir bakıma vücudun sigortası atar. Sanki artık bu dünyada değilmişsin gibi, kafanda ve duygusal olarak sanki çok uzaklara yoluculuğa çıkmışsın veya bir hayalete dönüşmüşsün gibi hissedersin. Vücudun varmış, ama ruhun ve duyguların vücudunu terk etmiş gibi hissedersin ya da kendine yukarıdan başka birine bakıyormuş gibi hissedersin ya da sanki pamuğa sarılmışsın ve dışarıda olup biten hiçbir şeyin farkında değilmişsin gibi. Tekrar içinde bulunduğun yere ve zaman geri dönmek bazen zor olabilir. O yüzden iyi düşünemeyip konuşamayabilirsin ya da daha sonrasında olup bitenleri hatırlamakta zorlanabilirsin. İçinde bulunduğun mekana ve zamana geri döndüğünde genellikle kendini çok yorgun ve bitik hissedersin.

Dissosiyasyonu durdurmak

Böyle bir durum hiçbir çocuk veya yetişkin için iyi değildir. Senin için de iyi değil. Eğer tekrar böyle bir duruma geldiğini görürsem seni o durumun içinden çekip çıkarmaya çalışıp içinde bulunduğun mekana ve zaman geri getirmeye çalışacağım. Seni konuşturmaya çalışıp sana nerede, kim ve kaç yaşında olduğunu söylemeye çalışacağım. Belki koklaman ya da dokunman için eline bir şey verebilirim. Seni içinde bulunduğun durumdan tutup çıkarmak için omzuna ya da koluna dokunabilirim. Sen ne düşünüyorsun bu konuda? Bunların sana yardımcı olabileceğini düşünüyor musun?

Travma girdabı

Travma son derece karmaşık bir konudur. Travma geçirmiş çocukları desteklemek, çoğu zaman çok yorucu ve zorlayıcıdır. Travma geçirmiş çocukların, tekrar istikrara kavuşması ve dengeli bir hayat sürdürmelerini sağlamak için sınırlara ve netliğe ihtiyaçları vardır. Tabii ki sadece çocuklar için değil, çocuklara yardım eden kişilerin de travma girdabına çekilmemesi için sınırlara ihtiyacı vardır. Travma geçirmiş çocuklarla çalışıyorsanız siz de destek alın. Eğer siz kendinizi iyi hissederseniz ve kendinize iyi bakarsınız, travmadan etkilenen çocuklar için günlük yaşamda ve düşük eşikli bir şekilde destekleyici ve güçlendirici olabilirsiniz.

Daha fazla bilgi sahibi olmak için:

Krüger, Andreas (2011): Powerbook. Erste Hilfe für die Seele. Trauma-Selbsthilfe für junge Menschen. Hamburg
Krüger, Andreas (2013): Erste Hilfe für traumatisierte Kinder. 4. Auflage. Ostfildern
UNHCR Österreich (2016): Flucht und Trauma im Kontext Schule. Handbuch für PädagogInnen. Wien

Çocuklarla konuşmak

Çocuklarla yetişkinlerin irite edici davranışları hakkında konuşmak

„Çocuklarla konuşmak“, çocuklarla bazı konular hakkında konuşmayı denemeniz için sizi teşvik etmeyi amaçlamaktadır; çünkü zor konuları konuşmaya çalışmak bile çocukları şiddetten, manipülasyondan, cinsel istismardan, ayrımcılıktan ve akıl karışıklığından koruma yönünde önemli bir adımdır. Aktif olarak dinlese de dinlemese de çocuğu güçlendirir. Olası zor bir durum yaşaması halinde çocuk, sizin onun muhatabı olduğunuzu veya olabileceğinizi bilir; çünkü alışılmamış, belki de utandıran ya da can sıkıcı ve insana ağır gelen konuları konuşabilme cesareti gösterebilmişsinizdir.

Aşağıda yetişkinlerin irite edici davranışları hakkında çocuklarla nasıl konuşabileceğinize yardımcı olabilecek ve size bu konuda fikir verebilecek örnek cümleler bulacaksınız.

SELBSTlaut
Fachstelle gegen sexualisierte Gewalt an Kindern und Jugendlichen
Vorbeugung · Beratung · Verdachtsbegleitung

Selbstlaut
Tel.
Email.
Web.

Thaliastraße2/2A, 1160 Wien
+43 1 810 90 31
office@selbstlaut.org
selbstlaut.org

İrite edici davranış, birinin bir şey demesi ya da bir harekette bulunması sonucu başkalarında bundan dolayı oluşan rahatsızlık ve kafa karışıklığı durumudur. Bu durum, o ortamda bulunan insanlar için garip ve rahatsız edici bir his yaratır. Çoğu zaman o ortamdaki insanlar ne diyeceğini bilemez ya da yetişkinlerin irite edici davranışının komik mi yoksa adi bir söz mü veya hareket mi olup olduğunu kestirmez. En zoru ise diğer yetişkinlerin hiçbir şey olmamış ve her şey normalmiş gibi davranması ve bu konu hakkında hiçbir şey söylememesidir. Böyle bir durumda çocuklar kendilerini genellikle aptal durumuna konmuş ve terk edilmiş hissedebilirler.

İrite edici davranışları, irite edici davranış olarak tanımak ve adlandırmak asla kolay değildir. Eğer yetişkinler çocuklara iyi bir örnek olursa ya da en azından iyi bir örnek olacak şekilde yaşamaya çalışırsa, can sıkıcı bir durum yaşadıklarında çocukların yaşadıkları irite edici davranışları güvendikleri bir yetişkine anlatmalarını ve bu konuda yardım alabilmelerini kolaylaştırmış olurlar.

Çocuklarla zor konular hakkında konuşmak pratiklik gerektiren bir iştir ve zaman ister. Biraz orada biraz burada alıştırma yapılması halinde göreceksiniz ki giderek daha kolayınıza gidecek ve günlük yaşamın bir parçası haline gelecektir.

Bu kitapçık, konuşmanıza yardımcı olmak için geliştirilmiş aşağıdaki beş konudan bir tanesidir.

1) Çocuk hakları ve şiddet görme durumunda yardım
2) Çocuklar arasında cinsel şiddet ve rıza (onay)
3) Yetişkinlerin irite edici davranışları
4) Cinsel eğitim ve pornografi
5) Kaygı, stres ve travma

„Çocuklarla konuşmak“ serisi, Selbstlaut ekibi tarafından ilkokul çağındaki çocuklarla bazı zor konularda konuşmayı kolaylaştırmak için geliştirilmiştir. Bazı içerikler 12-13 yaşından büyük çocuklar için de uygun olabilir; fakat genel olarak gençler için bu kitapçıkta bulunmayan farklı ifade şekilleri gereklidir.

Stadt Wien | Frauenservice Wien
ÖCERT
wien cert

Eğer anne, teyze, hala, baba, vaftiz annesi veya babası, büyükanne veya büyükbaba iseniz...

Yakın bir arkadaşınızın, çocuğunuzu gıdıklaması veya uygunsuz bir yakınlık göstermesi sizi irite ediyorsa...

Böyle bir durumda ne diyebilirsiniz?

Hiç kimse, başka bir kimseye yanlış ithamda bulunmak istemez ya da çocuğunun keyfini kaçırmak istemez. Herkes her şeyin yolunda gitmesini ister, insanın zihnini açık tutması her zaman kolay değildir.

Yakın çevrenizde gıdıklama durumu

"A" kişisiyle çok eğlendiğini görüyorum. Belli ki iyi anlaşıyorsunuz. Yine de bilmeni isterim ki bazen seninle oynayış şekli beni rahatsız ediyor ve hiç hoşuma gitmiyor. Seni öyle bir gıdıklıyor ki bir süre sonra hala hoşuna gidip gitmediğinden pek emin olamıyorum. Bazen sana aşırı yakın davranması ve farklı bir yakınlık göstermesi beni düşündürüyor. Belki de bu konu hakkında fazla kafa yoruyorumdur. Eğer olur da bir şey kafanı karıştırırsa ya da seni rahatsız ederse, artık bunun senin için uygun olup olmadığını düşündüğümü biliyorsun.

Bir eğitimcinin irite edici davranışı – böyle bir durumda konuşmanın nasıl olabileceğiyle ilgili örnek

Diyelim ki öğretmensiniz ve destek dersinde bir ilkokul öğrencisine eşlik ediyorsunuz. Sınıfta sizden başka, destek öğretmeni ve bazı öğrenciler bulunuyor ve sınıfta boş sıra veya sandalye yok. Destek öğretmeni bir öğrenciyi, kucağına oturması için çağırıyor. Bu durumu uygunsuz buluyorsunuz; destek öğretmeninin bu davranışı sizi irite edip kafanızı karıştırıyor. Öğrencinizi beraberinizde götürüp son derse kadar öğretmenler odasında kalıp orada oynamasına izin veriyorsunuz.

Öğrencinize ne diyebilirsiniz:

Seni beraberimde aldım; çünkü destek öğretmeninin seni kucağına oturtmak istemesi beni çok rahatsız etti. Seni kucağına almak yerine, senin için başka bir yerden bir sandalye getirebilirdi ya da başka nerede rahat rahat oturabilceğini seninle beraber düşünebilirdik. Eğer seni utandırdıysam özür dilerim; fakat öğretmenlerin ve eğitimcilerin çocukları böyle garip ve kafa karıştırıcı durumlara sokmaması benim için çok önemli. Tabii ki destek öğretmeni düşünmeden hareket etmiş olabilir; ama bilerek yapmış da olabilir. Çocukları kucağına alabilmek için ortam hazırlamış da olabilir. Bunu yapmaması gerekir. Onunla konuşup bu yaptığının hiç uygun olmadığını ona söylemeye çalışacağım. Eğer bunu bilerek yaptıysa, o zaman müdürün de onunla konuşması gerekecek. Ebeveynlerinin seni destekleyebileceğini düşünüyorum. Belki onlara bu konuyu anlatabilirsin, ne dersin?

Destek dersindeki diğer öğrencilere ne diyebilirsiniz:

Geçen hafta sınıf arkadaşlarınızdan birini beraberimde götürdüm; çünkü destek öğretmeninizin, sınıf arkadaşınızı kucağına oturtmak istemesini uygun bulmadım ve bu durumdan rahatsız oldum. Ben, öğretmenlerin sınıfta herkese yetecek kadar sandalye bulundurması gerektiğini düşünüyorum. Bazı çocuklar öğretmenin kucağına oturmak isteyebilir. Öğretmenin, kucağa oturabilmek için öğrencilerini yarışa girecek bir havaya sokmaya çalışması hiç uygun bir davranış değil.
Siz bu durumda kendinizi nasıl hissettiniz ve ne gördünüz? Belki benim gözden kaçırdığım bir şey olmuştur.

Eğitimciler ve öğrenciler arasındaki ilişki için bazı genel önleyici ilkeler:

Öğretmenlerin görevi, bütün öğrencilere eşit davranmaktır; bazılarına iyi davranıp onları kayırmak ve diğerlerini ihmal etmek değildir.

Bir öğrenci üzgünse ve bu yüzden teselliye ihtiyacı varsa, bazen öğretmenin öğrencisini kucağına alması uygun olabilir; fakat bir öğretmenin, öğrencilerini sürekli kucağına alması garip bir durumdur ve uygun değildir.

Çocukların kendilerini okulda güvende hissetmesi benim için çok önemli. Tabii ki öğretmenler dahil okulda çalışan herkes için aynı kuralların geçerli olduğunu ve herkesin bu kurallara uyduğunu bilmek de önemli.

Çocuklar, eğer isterlerse kendi aralarında birbirlerinin kucağına oturup, birbirlerini okşayabilirler ya da birbirlerine sarılabilirler, birbirlerinin ellerini tutabilirler, şakacıktan boğuşabilirler, birbirlerine aşık olabilirler veya birbirlerine sır verebilirler ya da birbirlerine hediye verebilirler ve bunun gibi bir sürü şey yapabilirler – tabii ki eğer her iki çocuk da bunu istiyorsa ve bu yaptıkları her iki çocuğa da kendini iyi hissetiriyorsa.

Öğretmenler, çocuklara sır vermemelidir; ama her şeyden önemlisi çocuklardan sır tutmalarını istememelidir.

Öğretmenler, çocuklarla sarmaş dolaş olmamalıdır.

Öğretmenler, çocuklara bir şey karşılığında hediye vermemelidir.

Öğretmenler, bilerek ve isteyerek çocukların kafasını karıştırmamalıdır.

Bunlar okulda geçerli olan çok önemli kurallardır ve bu kuralları öğretmenlerin, velilerin ve öğrencilerin bilmesi çok önemli. Böylece herkes sınırlarını iyi tanır ve ne yapıp ne yapmaması gerektiğini iyi bilir.

Yetişkinlerin çocukların dış görünüşü ya da kimlikleriyle ilgili yorumları

Bir yetişkinin bir çocuğa dalga geçerek “erkek mi kız mı olduğunu bilmiyorum, nesin sen?” diye yorumda bulunması sizi irite mi ediyor?

Çoğu zaman o an bu yorumda bulunan kişiye yorumunun çok çirkin, gereksiz, kaba, uygunsuz olduğunu ve hiç komik olmadığını söyleyemeyiz. Yetişkinlerin çoğu, karşılarındakini gücendirmekten, ortamın havasını bozmaktan veya yorumun aslında kötü amaçlı söylenmemiş olabileceğini düşünüp aşırı tepki vermekten korkar.

O an olmasa bile, sonradan çocuğa söylenebilecek cümleler nelerdir? Mesela:

A” kişisinin sana öyle bir yorumda bulunup seninle dalga geçmesi beni rahatsız etti. Bir çocuğun nasıl görünmesiyle ilgili herhangi bir kural yok. Yetişkinlerin, kendi sınırlarını bilmesini sağlamak çocukların görevi değildir. Ayrıca herkes farklıdır ve her çocuk kendini nasıl hissediyorsa ve rahat ediyorsa en doğrusu odur.

Bazı yetişkinler her şeyi kontrol etmek isterler. Mesela bir çocuğun kız mı erkek mi olması gerektiğini, çocuğun kendini nereli hissetmesi gerektiğini ya da nasıl görünmesi gerektiğini. Nasıl olduğun ya da olmak istediğin tamamen senin kararın ve kendi yolunu çizmeye çalışman çok cesurca.

O an ne diyeceğimi bilemediğim için özür dilerim. Bilemiyorum, belki de seni rahatsız etmemiştir; ama yine de bir dahaki sefere sessiz kalmayıp bir şeyler söylemeye çalışacağım. Mesela: Her çocuk kendini kız ya da erkek olarak hissetmez; bazen kendini ikisinin arasında ya da bambaşka hisseder ya da bazen öyle bazen böyle, en azından kendilerini doğru vücutta hissetmek ister. O yüzden bu tür yorumlar hiç yapıcı değildir ve rahatsız edicidir. Bazen doğru sözleri bulmak hiç kolay değildir. Eğer bir daha böyle bir durumla karşılaşırsan özellikle söylememi istediğin bir şey var mı?

Yetişkinlerin cinsel içerikli yorumları

Eğer biri çocuğunuza " Büyüyünce çok canlar yakacaksın", "Keşke çocuk olmasaydın..." ya da "Seni sokakta görsem, dönüp sana bakardım" vs. gibi yorumlarda bulunuyorsa.

Yetişkinler çoğu zaman bu tür yorumları komik de bulsalar; utanç verici, rahatsız edici veya uygunsuz da bulsalar gülebiliyorlar. Çocuklar, yetişkinlerin bu davranışlarından kendilerinin de gülmeleri gerektiğiyle ilgili çıkarımda bulunabiliyorlar.

Çocuklar, bazen bu tür yorumlardan rahatsız olmayıp böyle yorumları iltifat olarak görebiliyorlar; fakat çoğunlukla rahatsız olup utanç verici bulurlar. Bu, yetişkinler için sık sık sözde utançtan kızarmayı gerektirmeyen eğlence kaynağı olarak kullanılır.

Yetişkinler bu tür yorumları kendi çocukluklarından bilirler ve bu tür yorumların sebep olduğu huzursuz edici duyguyu hatırlarlar. Çocuklara verilen mesaj; beden, cinsellik, aşık olma gibi konularda yetişkinlerin her zamankinden farklı davrandığı, garip bir hava yarattığı, güldüğü veya hiçbir şey söylemediğidir. Yani, yetişkinlerin böyle olduğudur ve rahatsız edici veya cinsel içerikli olması ve hatta istismar etmeleri halinde bile yetişkinlerin davranışlarına şaşırmamak gerektiğidir. Çocuğa, yetişkinlerin rahatsız edici davranışlarını kabullenmeleri içten içe öğretilmiş oluyor.

Olaydan sonra çocuğunuza ne söylebilirsiniz?

"A" kişisi beni çok kızdırdı. Bazı yetişkinler, başka birçok yetişkinin ve özellikle de çocukların bu tür sözleri ve yorumları çoğunlukla komik bulduğunu düşünürler. Çocuklar yetişkinleri eğlendirmek için varmış gibi yaparlar ve çocuklarla istedikleri her şeyi yapabileceklerini düşünürler. Aslında çoğu zaman cinsel şeyler hakkında düşünürler; ama bunu söylemezler; çünkü bunun uygunsuz olduğunu bilirler. Yetişkinler; cinsel içerikli düşüncelerini, şakalarını başka yetişkinlere yapabilirler; sokakta başka yetişkinlere bakabilirler ya da başka yetişkinlere aşık olabilirler veya yetişkinlerle cinsellik yaşamak isteyebilirler; ama çocuklarla asla. Bu yasaktır.

Çocuklarla bu tür şeylerin uygunsuz ve yasak olduğunu bildikleri için gizemli bir şekilde konuşup garip garip sırıtırlar. Bu tür durumlar genellikle herkesin ve özellikle çocukların kafasını karıştırır. Bu, bazı yetişkinlerin hoşuna gider; çünkü başkalarının kafasının karışması onlara kendilerini güçlü ve üstün hissettirir. Bazı yetişkinler bunun farkına varmazlar. Ben bunu rahatsız edici ve uygunsuz buluyorum; bir yetişkinin senin kafanı karıştırmasını ve sana uygunsuz şeyler söyleyip garip bir hava yaratmasını istemiyorum. Senin için durum nasıldı? İstersen bir dahaki sefere "A" kişisini gördüğümde ona ne diyeceğimi birlikte düşünelim. İstersen sen de bir şeyler diyebilirsin; ama yetişkinleri durdurmak hiç de kolay bir iş değil.

Yakınlık ve mesafe

Evde veya okulda yakınlık ve mesafe konusunu, uygun veya rahatsız edici ve kafa karıştırıcı dokunuşları tartışmaya açabilirsiniz. Mesela, çocukların yetişkinlerle hangi selamlaşma ve vedalaşma âdetlerini sevip sevmediğini ve hoşlanmadıkları halde hangilerini sineye çektiklerini onlara sorup bunun hakkında onlarla konuşabilirsiniz. Belki öperken sakalı battığı için, koktuğu için, bakışlarını sevmediği için ya da kötü koktuğu için selam vermekten hoşlanmadıkları yetişkinler vardır.

Mesela, okulda selamlaşma ve vedalaşma âdetleri nasıl? Öğretmenden öğretmene farklılık gösteriyor mu? Öğretmelerle fiziksel temas içeren selamlaşma ve vedalaşma durumları var mı? Eğer varsa, bunlardan hangileri çocukların hoşuna gidiyor ve hangileri gitmiyor?

Çocukları cinsel olarak istismar etmek için onları manipüle etmek isteyen yetişkinler genelde çok kibar ve iyi biriymiş gibi görünür; fakat amaçları çocukların sınırlarını yavaş yavaş genişletmektir. Öyle ki çocuklar, kafaları karıştığı için ve kendi sınırlarını tanıyamadıkları için artık neyin doğru neyin yanlış olduğunu bilemezler.

O yüzden çocuklarla bu tür konuşmalar yapmak ve bu tür konuları tartışmaya açmak, çocukları güçlendirmek ve onları istismardan korumak adına son derece önemlidir. Günlük, sıradan olayları ve dokunmaları (mesela selamlaşırken veya vedalaşırken), bu tür konuları konuşmak için ya da gelecekte bazı davranışları değiştirmek için fırsat olarak kullanabilirsiniz.

Yetişkinlerin irite edici davranışlarını veya çocuklarla temas şeklini konuşmanız, çocuklara önemli bir mesaj verir. Bu konuları konuşma cesareti gösterdiğinizi gören çocuk, ileride rahatsız edici bir şey yaşaması halinde sizinle bu konuyu konuşabileceğini bilir; çünkü nerede durduğunuzu ve konuya karşı duruşunuzu bilir ve tepkinizi ölçebilir.

Çocuklarla konuşmak

Çocuklarla çocuk hakları ve istismar durumunda yardım hakkında konuşmak

„Çocuklarla konuşmak“, çocuklarla bazı konular hakkında konuşmayı denemeniz için sizi teşvik etmeyi amaçlamaktadır; çünkü zor konuları konuşmaya çalışmak bile çocukları şiddetten, manipülasyondan, cinsel istismardan, ayrımcılıktan ve akıl karışıklığından koruma yönünde önemli bir adımdır. Aktif olarak dinlese de dinlemese de çocuğu güçlendirir. Olası zor bir durum yaşaması halinde çocuk, sizin onun muhatabı olduğunuzu veya olabileceğinizi bilir; çünkü alışılmamış, belki de utandıran ya da can sıkıcı ve insana ağır gelen konuları konuşabilme cesareti gösterebilmişsinizdir.

Aşağıda çocuklarla nasıl konuşabileceğinize yardımcı olabilecek ve size bu konuda fikir verebilecek örnek cümleler bulacaksınız.

SELBSTlaut
Fachstelle gegen sexualisierte Gewalt an Kindern und Jugendlichen
Vorbeugung · Beratung · Verdachtsbegleitung

Selbstlaut
Thaliastraße2/2A, 1160 Wien
Tel. +43 1 810 90 31
Email. office@selbstlaut.org
Web. selbstlaut.org

Für Çocuklar için en huzursuz edici şeylerden biri, bir şeyin yolunda gitmediğini hissetmeleri; fakat bu konuda hiç kimsenin onlara bir şey söylememesidir. Gerçekten ne olduğunu öğrendiklerinde olanların kendilerinin suçu olmadığını ve dünyayı alt üst eden şeylerin farklı sebepleri olabileceğini genelde bilirler. O yüzden genellikle kısa ve öz bilgiler çocuklara neler olup bittiğini anlatmak için çoğu zaman yeterlidir.

Çocuklara neyi nasıl anlatmak gerektiğinin bir tarifi veya tek bir doğru yolu yok; fakat düşüncelerini ve duygularını anlamlandırmaya yardımcı olacak ve yaşadıklarını anlatmalarına ve sorularını yanıtlamalarına destek olacak her şeyin çocukları güçlendirdiğini biliyoruz.

„Peki ya çocuklar hiç soru sormazsa?“ diye düşünüyor olabilirsiniz.

Çocukların size soru sormasını beklemeden; çocukların gördüğü, duyduğu, hissettiği, belki de bildiği fakat konuşulmasının yasak olduğunu düşündüğü günlük yaşamdan şeyleri fırsat bilerek çocukları aktif olarak bilgilendirmeye çalışın.

Çocuklarla zor konular hakkında konuşmak pratiklik gerektiren bir iştir ve zaman ister. Biraz orada biraz burada alıştırma yapılması halinde göreceksiniz ki giderek daha kolayınıza gidecek ve günlük yaşamın bir parçası haline gelecektir.

Bu kitapçık, konuşmanıza yardımcı olmak için geliştirilmiş aşağıdaki beş konudan bir tanesidir.

1) Çocuk hakları ve şiddet görme durumunda yardım
2) Çocuklar arasında cinsel şiddet ve rıza (onay)
3) Yetişkinlerin irite edici davranışları
4) Cinsel eğitim ve pornografi
5) Kaygı, stres ve travma

„Çocuklarla konuşmak“ serisi, Selbstlaut ekibi tarafından ilkokul çağındaki çocuklarla bazı zor konularda konuşmayı kolaylaştırmak için geliştirilmiştir. Bazı içerikler 12-13 yaşından büyük çocuklar için de uygun olabilir; fakat genel olarak gençler için bu kitapçıkta bulunmayan farklı ifade şekilleri gereklidir.

Stadt Wien | Frauenservice Wien
ÖCERT
wien cert Qualitäts-Zeichen für Wiener Bildungsträger waff

Çocuklarla çocuk haklarını konuşmak, cinsel istismarı önlemede önemli konulardan biridir. Onları sahip oldukları haklar hakkında bilgilendirmek, neleri yapabileceklerini, neleri yapamayacaklarını, iyi olmaları için nelere ihtiyaçları olduğunu, yetişkinlerin onlar için ne yapması gerektiğini ve yetişkinlerin neleri yapmaması gerektiğini, haklarının elinden alınması halinde ne yapmaları gerektiğini bilmeleri çocukları güçlendirir ve onlara netlik kazandırır. Çocukların iyi büyümesini sağlamak için bir sürü ülkeden yetişkinin, uyulması zorunlu olan kurallar koyduklarını bilmeleri gerekir.

Ne gibi hakları olduğunu bilen çocuklar, haklarının ellerinden alınması halinde yetişkinlerin haksız olduğunu bildikleri için rahattırlar ve bunu bilmek, çocukların yardım istemesini kolaylaştırır.

Çocuklarla ilk olarak sizin bildiğiniz ve tanıdığınız çocuk hakları hakkında konuşmaya başlayabilirsiniz ve en önemli çocuk haklarını açıklamaya çalışabilirsiniz:

Çocukların beraber yaşadığı ebeveynlerin ve diğer başka yetişkinlerin görevi, çocuklara iyi bakmaktır. Yaşayacakları bir yerin, bir evlerinin olması, sağlıklı yemek ve içmek, üstüne giyecek giysilerinin olması her çocuğun hakkıdır. Çocuklar hastalandığında sağlık hizmetine ulaşabilmeleri, bir doktorun onları muayene etmesi, onları iyileştirebilecek ilaçları alabilmeleri de bir çocuk hakkıdır. Eğitim, her çocuğun hakkıdır. Her çocuk, ebeveynleri para vermeye mecbur kalmadan eğitim görebilmeli ve okula gidebilmelidir. Her çocuğun, boş zaman geçirmeye hakkı vardır. Hiçbir şey yapmak zorunda olmadıkları, sadece oynayabilecekleri ve dinlenebilecekleri zamanı olmalı. Hiçbir çocuğa kötü davranılamaz.

Yetişkinler, hiçbir çocuğa farklı bir dil konuştuğu için, farklı göründüğü için, cinsiyetinden dolayı ya da kendini herhangi bir cinsiyete ait hissedip hissetmediği için, becerilerinden ötürü, etnik kimliğinden veya sahip olduğu pasaporttan ötürü, engelli olduğu için ya da özelliklerinden dolayı farklı davranamaz.

En önemli haklarından biri, her çocuğun kendini güvende, güçlü ve özgür hissetma hakkıdır. Nerede, ne zaman ve kiminle kendini güvende hissediyorsun? Nerede ve ne zaman kendini güçlü hissediyorsun? Ne zaman ve kiminle kendini özgür hissediyorsun?

Önemli bazı çocuk hakları:

- Düşüncelerini ve görüşlerini özgürce dile getirme hakkı
- Sağlıklı olma hakkı
- Sosyal yardım hakkı
- Şiddetsiz yetişme hakkı
- Engelli olma durumunda özel bakım ve eğitim hakkı
- Oyun ve boş zaman hakkı
- Eşitlik hakkı
- Eğitim hakkı
- Savaştan korunma ve iltica (sığınma) hakkı
- Ekonomik ve cinsel sömürüden korunma hakkı

Çocuk hakları hakkında daha fazla bilgi için:

- https://www.kija.at/kinderrechte
- https://www.unicef.org/turkiye/%C3%A7ocuk-haklar%C4%B1na-dair-s%C3%B6zle%C5%9Fme
- https://www.unicef.org/turkiye/media/7176/file/%C3%87ocuk%20Haklar%C4%B1na%20Yolculuk.pdf

Şiddet ve yardım imkanları ile ilgili çocukların anlayabileceği seviyede örnek cümleler:

Savaş

Şiddet, mesela savaşın olması demektir. Savaşta insanların evleri yıkılır, insanlar öldürülür, birçok insan hayatını haybeder. Öyle bir durumda çocukların yeni bir eve hakkı vardır. Bu, çoğu zaman güvende olabilecekleri başka bir ülkede olur.

Fiziksel şiddet

Şiddet, çocukların dövülmesidir ve bu yasaktır.

Ebeveynlerin ve başka yetişkinlerin, çocukları dövmesi ve onlara zarar vermesi yasaktır.

Bazen ebeveynler ve yetişkinler, çocuklara yeterince gıda ve içecek vermezler veya çocuklarına iyi bakmazlar ya da bakamazlar. Mesela; çocukların temiz olmalarına, yıkanmalarına, üst başlarına özen göstermezler ve zararlı maddelerin çocukların eline geçmemesine dikkat etmezler. Buna ihmal denir.

Ebeveynlerin, çocuklarını azarlaması ve onlarla konuşmaması veya her şeyde çocuklarını suçlamaları da şiddettir. Kırıcı, incitici sözler söylemeleri de şiddettir. Buna psikolojik ya da ruhsal şiddet de denir. Şiddetin bu çeşidi de yasaktır; çocuğun kendini suçlu, değersiz ve kötü hissetmesine sebep olur.

Önemli olan, çocukların bunları hiçbir zaman hak etmediğini ve her zaman iyi davranılmaya hakları olduğunu bilmeleridir.

Çocukların bire bir yaşamadığı, ama şahidi oldukları şiddet türü de vardır. Böyle bir durumda çocuklar, istemeden şiddete veya başka birine yapılan bir kötülüğe tanık olurlar. Mesela, ebeveynlerden birinin diğerine vurması veya dalga geçmesi, onurunu kıması, incitmesi ya da istemediği halde cinsel ilişkiye zorlaması, istemediği şekilde ona dokunması gibi. Çocuklar bazen yetişkinlerin birbirlerine kırıcı sözler söylediğini veya birbirlerini tehdit ettiklerini duyarlar. Bu, çocuklar için ürkütücü olabilir.

Yetişkinlerin, çocukları ihmal etmesinin birçok sebebi olabilir. Mesela; hasta oldukları veya başka bir sürü sorunları olduğu için olabilir; çocukları ihmal ederek kendilerini güçlü hissetmek istedikleri için olabilir ya da çocuklar onların umrunda olmadığı için de olabilir; fakat çocukların sorumluluğu her zaman yetişkinlerdedir. Ne gibi sorunları olursa olsun, çocuklara iyi bakmak yetişkinlerin görevidir. Eğer bir yetişkin bu sorumluluğu yerine getiremeyecekse, başka yetişkinler çocuğun sorumluluğunu üstlenmelidir.

Cinsel istismar

Uygunsuz ve kafa karıştırıcı dokunuşlardan kaynaklanan şiddet de vardır. Yani yetişkinlerin; çocukların bacak arasına, poposuna, penisine, rahmine, vulvasına dokunması veya çocuklardan yetişkinlerin kendi özel bölgelerine dokunmasını istemesi. Bu yasaktır.

Çocukların, istismara uğramaları veya şiddet görmeleri halinde yardım isteme ve alma hakları vardır. O yüzden çocukların, yaşadıkları kötü olayları anlatabilmeleri çok önemlidir. Bunun için de çocukların, güvendikleri ve yardım etme cesareti gösterebilen yetişkinlere ihtiyaçları vardır. Çocukların güvendiği yetişkinler aileden ya da ailenin arkadaş çevresinden birileri, öğretmenlerden biri, çocuk hizmetlerinden bir sosyal hizmet uzmanı ya da polis olabilir. Çocukların, şiddetin hangi türü olursa olsun yaşadıklarını anlatmaya çalışması, yardım istemesi ve yetişkinler çocukların yaşadıklarını ciddiye almayınca vazgeçmemesi çok cesurcadır.

Çocuk ve gençlik hizmetleri

Ebeveynlerin veya çocuklara bakmakla yükümlü yetişkinlerin, bu sorumluluklarını yerine getirememesi halinde onların da yardıma ihtiyacı vardır. Avusturya'da mesela çocuk ve gençlik hizmetleri kurumu vardır. Bu kurum, çocuklara ve yetişkinlere yardım etmek için vardır; ebeveynlerin veya başka yetişkinlerin, çocukların şiddetsiz yaşam hakkını ellerinden alması halinde devreye girer. Çocuk ve gençlik hizmetlerinde çalışan uzmanlar, yetişkinlerle konuşup çocuklara iyi davranmaları için onlara yardımcı olmaya çalışırlar.

Kriz merkezleri ve birlikte yaşam evleri

Çocuklar, mesela sınıftan bir çocuğun aileden alınıp bir kriz merkezine yerleştirildiğini öğrendiğinde, çoğu zaman hiçbir yetişkin bundan bahsedip çocuklara açıklama yapmaz. Bu da demek oluyor ki çocuklar, kafalarında soru işaretleriyle ve korkularıyla yalnız kalır.

Çocuklara ne diyebileceğinizle ilgili birkaç örnek cümle:

Sınıfından "A" kişisinin bir kriz merkezine yerleştirildiğini anlattın. Çocuklar, şiddet gördüğü için veya ihmal edildikleri için evde kalamayacakları zaman kısa bir süreliğine bir kriz merkezine yerleştirilirler. Orada ilk önce bütün stresi üzerlerinden atıp rahatlamaları sağlanır. Sonra çocuğun aileye geri dönüp dönmemesinin uygun olup olmadığına veya bir bakıcı aileye verilmesinin ya da bir toplu yaşam evine yerleştirilmesinin gerekli olup olmadığına bakılır. Çocuğun, ailesinden ayrılması ağır ve üzücü bir durumdur; ama çocuk için hafifletici de olabilir. Hiç kimsenin, kendi ebeveynlerinin bile, bir çocuğa zarar vermemesi önemlidir.

Toplu yaşam evi, içinde çocukların birlikte yaşadığı normal bir evdir. Yatak odaları, oturma odası, mutfağı, tuvaleti ve banyosu vardır. Çocuklar, toplu yaşam evinde çocuk hizmetlerinden uzman kişilerle birlikte yaşarlar. Bu uzman kişiler, çocukların haklarına ve kurallara uyulmasına dikkat ederler. Toplu yaşam evinde yaşayan çocuklar hayatlarına normal bir şekilde devam ederler. Mesela okula gitmeye devam ederler. O zamana kadar bildikleri aileden daha başka bir ailede yaşarlar.

Sınıfta, "A" kişisinin toplu yaşam evinde kendini nasıl hissettiğiyle ilgili konuştunuz mu? Bununla ilgili kafanı kurcalayan bir şey var mı?

Öfke

Öfke, şiddet ve istismar mağduru çocukların çok sık yaşadığı bir duygudur ve yaşadıkları bu duygudan dolayı kendilerini suçlu hissederler. Öfke, korku, üzüntü gibi duygular; bir çocuğun yaşamaması gereken bir şey olması durumunda olanları algılamaya yardımcı olabilecek ve bununla ilgili ipucu verebilecek önemli duygulardır. Hiç kimse bir şey fark etmediğinde, hiç kimse bir şey söyleme ve müdahale etme cesareti göstermediğinde ve bundan dolayı çocuklar kendilerini yalnız bırakılmış hissettiğinde öfke duyabilirler.

Eğer çocuğunuz çok öfkeliyse ona ne diyebilirsiniz?

Öfkeli olmanı anlıyorum (ya da görüyorum ki çok öfkelisin). Belki de öfkenden kafan çatlayacakmış gibi hissediyorsun ya da her şeyi kırıp dökmek istiyorsundur. Bir insan bu kadar öfkeliyken pek de bir şey düşünemez. Sana yumruklaman için bir yastık getireceğim. Sonra da bir uzay mekiği hayal ederiz ve uzay mekiğine aya fırlatmak için kimi koyacağımızı düşünürüz. İstersen bir uzay mekiği bile çizebiliriz. Aya fırlatmak istediğimiz herkes uzay mekiğinin içine oturunca mekiği çalıştırırız. Inn ınnn...

Belki de sadece yalnız kalmak istiyorsundur. Eğer sonradan benimle konuşmak ve neden veya kime öfkeli olduğunu anlatmak istersen ben buradayım. Eğer konuşmadan sadece yanımda oturmak istersen de ben buradayım.

Eğer benimle konuşmak sana zor geliyorsa, başka kiminle konuşabileceğini ve kime güvenebileceğini düşün. Belki o kişiye bir not yazabilirsin ya da arayabilirsin. Bana söylemek zorunda değilsin. Önemli olan, kendini iyi hissetmen.

Bir çocuğun şiddet gördüğünü ya da istismara uğradığını anlatması halinde ilk olarak söylemenize yardımcı olabilecek birkaç cümle:

Teselli edin

Böyle bir şey yaşadığın için ve biri sana böyle kötü davrandığı için çok üzgünüm.

Cesaretini övün

Bunu anlatman, bunun hakkında konuşman çok cesurca bir davranış.

Adını koyun

O kişinin sana yaptığı şiddettir (ya da cinsel istismardır). Bir çocuğa hiç kimse böyle bir şey yapamaz, bu yasaktır.

Ek bilgi verin

Buna benzer şeyler yaşayan başka çocuklar da var. Yalnız değilsin.

Sorumlulukları belirleyin

Bu yaşadıkların senin suçun değil ve seninle bir ilgisi yok. Bu işin tek sorumlusu, bunu sana yapandır. Bunun için ondan bir şey (mesela bir hediye) kabul edip etmemiş olmanın hiçbir önemi yok.

Bir sonraki adımlarınız hakkında bilgilendirin

Önce benim de yardım almam lazım. Sonra sana neyin iyi geleceğini beraber düşünürüz. Kendini iyi hissetmen için ve böyle bir şeyi tekrar yaşamaman için elimden ne geliyorsa yapacağım.

Çocuğunuzu sorguya çekmeyin. Soru sormak istiyorsanız, açık sorular sorun; Örneğin;

Konuşmamız hakkında ne düşünüyorsun? İçinde bulunduğun bu yeni durumdan sonra kendini nasıl hissediyorsun?

Yakın zamanda evde veya okulda olmasını istediğin ne var?

Sizinle veya olanlar ile ilgili konuşup konuşmayacağına çocuğunuz karar verir; ama çocuğunuzun kendini nasıl hissettiğinin sizin için önemli olduğu sinyalini verebilirsiniz.

Susmak, sadece şiddeti uygulayan kişinin işine yarar. Ne kadar inişli çıkışlı da olsa, elinize yüzünüze de bulaştırsanız, çocuklara bu tabu ve utanç verici konuda yaşlarına uygun bilgi vermeye yönelik her türlü girişim, şiddetten kurtulmanın ilk adımı olabilir. Yapılması gereken, uyarmak değildir; çünkü uyarı insanın gücünü zayıflatır. Yapılması gereken, konuşmalarına ve yaşadıklarını anlamlandırma sürecine katkıda bulunmaktır ve yalnız olmadıklarının sinyalini vermektir.

Çocuklarla konuşmak

Çocuklarla çocuklar arasında cinsel şiddet ve rıza hakkında konuşmak

„Çocuklarla konuşmak“, çocuklarla bazı konular hakkında konuşmayı denemeniz için sizi teşvik etmeyi amaçlamaktadır; çünkü zor konuları konuşmaya çalışmak bile çocukları şiddetten, manipülasyondan, cinsel istismardan, ayrımcılıktan ve akıl karışıklığından koruma yönünde önemli bir adımdır. Aktif olarak dinlese de dinlemese de çocuğu güçlendirir. Olası zor bir durum yaşaması halinde çocuk, sizin onun muhatabı olduğunuzu veya olabileceğinizi bilir; çünkü alışılmamış, belki de utandıran ya da can sıkıcı ve insana ağır gelen konuları konuşabilme cesareti gösterebilmişsinizdir.

Aşağıda çocuklar arasında rızaya dayalı cinsel eylemler ve çocuklar arasında cinsel şiddet hakkında çocuğunuzla nasıl konuşabileceğinize yardımcı olabilecek ve size bu konuda fikir verebilecek örnek cümleler bulacaksınız.

SELBSTlaut
Fachstelle gegen sexualisierte Gewalt an Kindern und Jugendlichen
Vorbeugung · Beratung · Verdachtsbegleitung

Selbstlaut **Thaliastraße2/2A, 1160 Wien**
Tel. **+43 1 810 90 31**
Email. **office@selbstlaut.org**
Web. **selbstlaut.org**

Çocuklar arasında cinsel şiddetle uğraşırken, bazen olayları hemen dramatize edebiliyoruz (Mesela adına istismar demek; çocuklar hakkında konuşurken suçludan ve kurbandan bahsetmek; yuvada oyun köşelerini kapatmak ya da şiddeti uygulayan ve şiddete uğrayan çocukların ebeveynleri arasında çatışma çıkması vb.) ya da olduğundan zararsız göstermeye çalışabiliyoruz (Mesela; „Hiçbir şey olmadı“, “Çocuklar sadece oyun oynuyor“ veya „Çocuklar bunu kendi aralarında halletsin“ vb.).

Önemli olan, öncelikle sakin kalıp olan bitenin ne olduğunu anlamaya çalışmaktır: Olanlar, çocuklar arasında rızaya dayalı cinsel eylemden ibaret mi yoksa cinsel şiddet mi söz konusu? Kimin şiddet uygulayan ve kimin şiddet gören olduğu da her zaman anlaşılamayabilir. Bunu belirlemek kolay olmadığı için çocukların, yaşananları anlamlandırabilmeleri için yetişkinlerin yardımına ihtiyaçları vardır. O zaman olup biteni daha iyi anlayabilir, kafalarında bir yere oturtabilir ve dolayısıyla yaşadıkları şeyin adını daha rahat koyabilir ve olan biteni yetişkin birine anlatabilirler.

Bu kitapçık, hakkında konuşmanıza yardımcı olmak için geliştirilmiş aşağıdaki beş konudan bir tanesidir.

1) Çocuk hakları ve şiddet görme durumunda yardım
2) Çocuklar arasında cinsel şiddet ve rıza (onay)
3) Yetişkinlerin irite edici davranışları
4) Cinsel eğitim ve pornografi
5) Kaygı, stres ve travma

„Çocuklarla konuşmak“ serisi, Selbstlaut ekibi tarafından ilkokul çağındaki çocuklarla bazı zor konularda konuşmayı kolaylaştırmak için geliştirilmiştir. Bazı içerikler 12-13 yaşından büyük çocuklar için de uygun olabilir; fakat genel olarak gençler için bu kitapçıkta bulunmayan farklı ifade şekilleri gereklidir.

Stadt Wien | Frauenservice Wien
ÖCERT
wien cert

Çocuklara uygun kelimelerle şiddetin dört çeşidi:

1) Dikkatsizlikten ya da duygu taşkınlığından meydana gelen şiddet:

Bazen çocuklar çok meraklıdır ve sadece kendi vücutlarını değil, başka bir çocuğun da vücudunu incelemek isterler. Bazen çocuklar doktorculuk oynamak isterler ve soyunup birbirlerini muayene eder gibi yaparlar. Çocukların birbirleriyle bu tür oyunlar oynaması normaldir; ama tabii ki sadece oyuna katılan bütün çocuklar için uygunsa. Bazen bir çocuk, oyun oynayacağı için o kadar heyecanlanır ki heyecandan başka bir çocuğu istemediği halde çok sıkı sarar ya da ateşini ölçer. Bu tür şeyler her zaman olabilir ve genelde bilerek olmamıştır; ama yine de dikkatli olmamız ve başkalarına zarar vermemeye özen göstermemiz gerekir.

2) Durum değişikliğinden meydana gelen şiddet:

Başlangıçta her iki çocuk da böyle bir oyunu isteyerek ve severek oynarken; çocuklardan biri mesela kendini iyi hissetmediği için ya da başka bir sebepten ötürü artık oynamak istemeyebilir. Aniden bir yana devrilen bir tahterevalli gibi ya da trafik lambasının yeşilden kırmızıya dönmesi gibi. Böyle bir durumda oyuna devam edilmemelidir; çünkü eğer çocuklardan biri oynamak istemiyorsa artık bu bir oyun değildir. İlk başta her ikisi için oyun heyecan verici ve güzel olsa da, eğer çocuklardan biri oynamak istemiyorsa oyuna devam edilmemelidir. Bu ayıp bir şey değildir ve hiç kimsenin suçu değildir. Bu tür duygu değişimleri her zaman yaşanabilir.

3) Kasıtlı uygulanan şiddet:

Bazen çocuklar bir şeyin başka bir çocuk için artık hoş olmadığını bilir; ama yine de oyuna devam etmeleri için ikna etmeye çalışırlar veya oynamaya zorlarlar; çünkü başkalarını bir şeye zorlayarak kendilerini güçlü hissederler. Bu hoş bir şey değildir. Bazen güçlü çocuk, bunun sır olarak kalmasını ister ve tehdit eder: „Bunu başkasına anlatırsan artık senin arkadaşın olmam ve seninle oynamam.“, „Bunu başkasına anlatırsan, sana çok kötü şeyler yaparım.“ Hiç kimse, hiç kimseyi tehdit edemez ve hiç kimseden sır tutmasını isteyemez. Böyle bir şey yapan çocukları yetişkinlerin durdurması gerekir.

4) Yaşanan cinsel istismar nedeniyle ortaya çıkan ve ‚travmatik oyun' denilen şiddet:

Bazen çocuklar diğerlerinden onların poposunu, penisini, vulvasını ya da rahmini ellemesini ya da kendi özel bölgelerine dokunmalarını ister; çünkü bunu isteyen çocukların kendileri buna benzer kötü şeyler yaşamıştır. Mesela; bir yetişkin onların poposunu, vulvasını, rahmini ya da penisini ellemiş olabilir. Bu yasaktır. Çocukların böyle bir şey yaşaması halinde bunu güvendikleri başka bir yetişkine anlatması gerekir; çünkü her iki çocuğun da yardıma ihtiyacı vardır.

Cinsel saldırının meydana geldiğine kanaat getirdiyseniz veya bundan şüpheleniyorsanız, olaya dahil olan tüm çocukların yetişkinlerin yardımına ve yetişkinlerin onlarla konuşmasına ihtiyacı vardır; ama tabii ki öncelik, saldırıya uğrayan çocuğa verilmelidir.

Saldırıya uğrayan çocukla konuşmak:

Teselli ve övgü ilk yapılması gerekenlerdir; mesela şöyle:

Böyle bir şey yaşadığın için üzgünüm. Yetişkin de olsa çocuk da olsa, hiç kimsenin seni istemediğin bir şekilde ellemeye hakkı yoktur. Bana güvenip olanları anlattığın için sana teşekkür ederim. Bunları anlatmak cesaret ister.

Olanları çoğu zaman saldırıya uğrayan çocuktan değil de başka çocuklardan ya da ebeveynlerden duyarız. Eğer olaylardan üçüncü kişiler aracılığıyla haberdar olduysanız, saldırıya uğrayan çocuğu neyi ne kadar bildiğiniz veya ne duyduğunuz konusunda bilgilendirin. Bu şekilde çocuk yolunu bilir ve güvenmesi daha kolay olabilir.

Çocuğun sahip olabileceği duyguları ele almaya çalışın. Bu; çocukları hafifletir, algılarını güçlendirir, yaşadıklarını anlamalarına ve anlamlandırmalarına yardımcı olur.

Kafan son derece karışık olabilir. Şu an kendini nasıl hissettiğini tam olarak bilmiyor olabilirsin. Öfkeli olabilirsin. Belki de başta böyle bir oyun oynamaya cesaret ettiğin için birazcık kendinle gurur duyuyorsundur. Belki de birlikte oynadığın

çocuk senin sınırlarına dikkat etmediği için ve artık seninle arkadaş olmak istemediği veya seni tehdit ettiği için korkuyorsundur.

Durumun senin için nasıl olduğunu bana söyleyebilirsin.

Durumun çocuk için nasıl olduğunu açıkça sorun. Anlamlandırmaya yardımcı olacak açıklamaları yapmadan önce bu soruyu sorarsanız, büyük bir ihtimalle sessizlikle karşılaşacaksınız. Çocuğun önce tepkinizi ölçmesine ve böyle durumlar hakkında ne bildiğinizi ve ne söyleyeceğinizi değerlendirmesine yardımcı olun. Daha sonra çocuğa soru sormak daha anlamlı olur. Nasıl tepki vereceğinizi bildiği için kendini köşeye sıkışmış hissetmez ve kızacağınızdan korkmaz.

Cinsel saldırıda bulunan çocukla konuşmak

Saldırıda bulunan çocuğa net olun ve sınırlarını gösterin; ama anlayış ve empati göstermeyi de unutmayın. Geriye kalan mesaj, böyle oyunlar oynamanın yasak olduğu olmamalıdır. Bu mesajla ve duruşla bir sıkıntıları olduğunda çocukların bize ulaşmasını ve bizimle konuşmasını engellemiş oluruz. Şiddeti önlemek adına verilebilecek mesaj şöyle olmalıdır:

Çocukların çıplak olması, birbirlerinin vücudunu merak edip incelemek istemesi normal; ama oyuna katılan bütün çocukların bunu istemesi ve kendini iyi hissetmesi şartıyla. Eğer çocuklardan biri istemiyorsa, oyuna devam edilmemelidir. Hiç kimsenin canını acıtmamalı ve hiç kimseyi istemediği bir şeye zorlamamalıyız.

Çocuklar arasında cinsel şiddetin farklı biçimleri aracılığıyla, saldırıda bulunan çocuğun da olanları anlamlandırmasına yardımcı olabilecek bilgiye ihtiyacı vardır. Bunu yaparken şiddet eyleminin olası nedenlerine değinebilirsiniz:

1) Dikkatsizlikten ya da duygu taşkınlığından meydana gelen şiddet:

Oyun seni çok heycanlandırmış olabilir ve oynayacağın için sevinçten diğer çocuğun bir şeyi istemediğini fark etmemiş olabilirsin. Oyun çok heyecan verici olsa da herkesin birbirine dikkat etmesi lazım.

Başka çocuklara zarar vermeden kendini nasıl güçlü hissebileceğinin başka yollarını bulabiliriz.

2) Durum değişikliğinden meydana gelen şiddet:

Oyun, başlangıçta her ikiniz için heyecan verici ve eğlenceli olmuş olabilir. Kim bilir, belki de oyuna diğer çocuk başlamıştır; ama sonradan diğer çocuğun duygu hali değişmiş ve artık oynamak istememiş olabilir. İnsanın duyguları her an değişebilir. Eğer sen oynamak istesen bile, diğer çocuk oynamak istemiyorsa oyuna devam etmemelisin.

3) Kasıtlı uygulanan şiddet:

Belki de diğer çocuğun bir şeyi istemediğini fark etmiş ama oyuna yine de devam etmiş olabilirsin; çünkü bu sana kendini güçlü hissettirmiş olabilir. Bilerek başkalarının kendini kötü hissetmesine neden olmak hiç hoş bir şey değildir. Kendimizi güçlü hissetmek için başka çocukları küçük düşürecek, onların kendini kötü hissetmesine neden olacak, onların canını acıtacak şeyler yapmamalıyız.

4) Yaşanan cinsel istismar nedeniyle ortaya çıkan ve ‚travmatik oyun' denilen şiddet:

Biliyorum ki yetişkinler veya yaşça büyük gençler tarafından poposu, penisi, vulvası ya da rahmi ellenen ya da kafa karıştırıcı cinsel videolar gösterilen çocuklar, aynı şeyleri başka çocuklara da yapabiliyorlar. Belki de bunu sürekli yapıyorlar ve kendilerini durduramıyorlardır. Böyle bir durumda çocukların hemen yardıma ihtiyacı vardır. Başka bir çocuğa kötü davranmış olasalar bile, güvendikleri bir yetişkenle yaşadıklarını konuşmalıdırlar.

Senin durumun bu örneklerdeki gibi miydi bilmiyorum. Sen ne düşünüyorsun?

Netlik ve istisnai kurallar

Çocuklar arasında cinsel şiddet meydana gelmesi durumunda, netlik kazandırmak ve herkesin kendini tekrar güvende hissetmesini sağlamak yetişkinlerin görevidir. Bunun için o ana kadar geçerli olan kuralları değiştirmek ve onlardan daha farklı kurallar koymak mantıklı olabilir. Mesela; çocukların belli bir süre çıplak olmaması ya da çocukların kendi başlarına ve gözetimsiz kaldıkları çadır vs. gibi alanları ve oyun köşelerini geçici bir süreliğine kapatmak; şiddet uygulayan çocuğu, mağdur çocukla yalnız bırakmamak vs. Bu tür kurallar koymanız halinde bunu sınırlı bir süre için yapın (Mesela iki hafta) ve çocukları bununla ilgili nedenleriyle birlikte bilgilendirin. Mesela şu şekilde:

Son zamanlarda birbirinize dikkatli davranmayı pek başaramadınız. Birbirinizle oynarken herkesin kendini güvende hissetmesi önemli. O yüzden sizin birbirinize tekrar dikkat ettiğinize emin olana kadar geçici bir süreliğine böyle bir önlem almayı düşündüm.

Genel olarak cinsel şiddeti önleme

Bazı genel önleme ilkeleri; yuvada, okulda veya evde olsun kendini kanıtlamıştır:

Hiç kimse, senin canını yakamaz. Hiç kimse, vücudundaki deliklere (mesela popoya, burnuna, kulağına, ağzına veya rahmine) parmağını veya birtakım cisimler koyamaz; çünkü bu, ağırabilir ve yaralanmanıza sebep olabilir. Çok heyecanlı bile olsa, herkesin birbirine dikkat etmesi lazım. Herkes birbirine ve kendine iyi ve kibar davranmalıdır.

Yetişkinler, bebeklerin altını değiştirip onları yıkarlar ya da çocukların kendini yıkamasına yardımcı olurlar; ama yetişkinler, çocukların vulvasıyla, penisiyle, poposuyla oynayamaz. Hiç kimse, bir yetişkinin bacak arasına dokunulmasını ve bir yetişkini yıkamasını bir çocuktan isteyemez. Bu yasaktır.

Rıza

Küçük çocuklarla bile rıza, fikir birliğine varma konusunda alıştırmalar yapılıp gönüllülük ile ilgili konuşulabilir:

Dokunma ve vücut teması gerektiren oyunlarda bütün çocukların evet-duygusu hissetmesi önemli. Gıdıklama, sarılma, öpme veya şakayla boğuşma, birbirinin vücudunu inceleme, özel bölgelerine dokunma olsun, hiç fark etmez. İnsan, karşısındakinin hangi dokunuşları sevip sevmediğini her zaman bilemez. O yüzden, dokunmadan önce ilk olarak sormak lazım.

Bir çocuk bir şeyi istemiyorsa ya da fikrini değiştirdiği için artık istemiyorsa hemen durmalıyız. İstemediği şeyi yapmaya devam etmemeliyiz. Bazı çocuklar, açıkça hayır, dur ya da istemiyorum der. Bazıları ise bu kadar açıkça söylemez. Bazen insan hayır demek ister, ama vücut donar ve hareketsizleşir. Bu da hayır demektir.

Bir şeyi istemediğimizi söylemek her zaman kolay olmayabilir; çünkü bazen neyi isteyip istemediğimizden emin değilizdir; bazen bir dokunuş aynı zamanda hem heyecan verici hem de kaygılandırıcı olabilir; bazen üzüleceğini ya da hayır dersek artık bizimle arkadaş olmak istemeyeceğini düşündüğümüz için arkadaşımıza hayır demek istemeyiz. Hayır demek cesaret gerektirir ve hayır demek için alıştırma yapmak gerekir. Eğer bir çocuk hayır ya da dur diyemiyorsa bu onun suçu değildir.

Bir dokunuşu istemediğini nasıl gösterirsin? Peki bir şeyi istediğini nasıl gösterirsin?

Trafik ışığı sistemi

İçimizde trafik ışığı gibi bir sistem vardır. Bazı dokunuşlar, vücutta iyi bir his uyandırır ve içimizdeki trafik ışığı sistemi yeşil yanar. Bazı dokunuşlar ise vücutta kötü bir his uyandırır. Bu, „istemiyorum“ hissidir ve ışık kırmızı yanar. Bir şeyi ya da bir dokunuşu istemediğimizi biliriz. Bazı dokunuşlar ise sarıdır, yani arada kalmış bir histir. Bir şeyi isteyip istemediğimizden ya da bir şeyden hoşlanıp hoşlanmadığımızdan emin değilizdir. Sarı şu demektir: „Dikkat, ışık kırmızıya dönebilir.“

Hangi insanların hangi davranışları senin için kırmızı, hangileri yeşil ve hangileri sarı?