



Gücünü *İstanbul Okan Üniversitesi*'nden Alan

OKAN KOLEJİ

ANAOKULU | İLKOKUL | ORTAOKUL | LİSE

İlkokul Rehberlik Bülteni

**"BENİM BEDENİM BANA AİT!"
ÇOCUKLARDA CİNSEL KİMLİK VE
MAHREMİYET BİLİNCİ
EKİM 2025**

www.okankoleji.com



Çocuklar yaklaşık üç yaş civarında cinsiyet farkını fark etmeye, kendi bedenlerini ve kimliklerini tanımaya başlarlar. Bu dönemde “Ben kız mıyım, erkek miyim?”, “Bebekler nasıl olur?” gibi cinsel içerikli sorular artar. Çocuğun merak ettiği bu konulara ebeveynlerin doğru ve yaşına uygun yanıtlar vermesi çok önemlidir. Çünkü çocuklar bu soruların cevabını evde alamazlarsa, ilerleyen yaşlarda bilgiyi dışarıdan ve çoğu zaman yanlış kaynaklardan öğrenmeye çalışabilirler.

Çocuğun ilk sosyal çevresi ailedir; dolayısıyla mahremiyet eğitiminin temeli evde atılmalıdır. Erken yaşta mahremiyet bilincini kazanan çocuk, kimlik ve kişilik gelişimini daha sağlıklı tamamlar, ergenlik dönemine daha güçlü bir benlik algısıyla girer. Aynı zamanda kendini istismar ve suistimalden koruyabilir, hangi davranışların normal hangilerinin uygun olmadığını ayırt etmeyi öğrenir.

Mahremiyet konusunu çocukla konuşurken ayıp, yasak, günah gibi korku ve suçluluk uyandıran kavramlardan kaçınılmalıdır. Bunun yerine çocuğa doğru ve istenen davranışlar açık, sade ve güven veren bir dille anlatılmalıdır. Çocuğu istemediği ortamlara zorla götürmemek, istemediği kişilerle iletişime geçmesi için baskı yapmamak gerekir. “İsmini söyle, sarıl, öp” gibi zorlamalar yerine, çocuğun sınırlarına saygı gösterilmelidir.

Çocuğun kendine ait bir alanının olması -örneğin kendi yatağı, odası veya özel eşyaları- aidiyet duygusunu ve mahremiyet bilincini destekler. Mümkünse aynı cinsiyet kardeşler dahi aynı yatakta uyumamalıdır. Anne babanın da bu konuda örnek olması gerekir; ev içinde giyinip soyunurken özel alanlarına dikkat eden ebeveynler, çocuklarına doğal bir şekilde mahremiyet modeli oluştururlar.

Çocuğun kendini ifade etmesi için güvenli bir iletişim ortamı çok önemlidir. Çocukla konuşurken onun göz hizasında olmak, dinlendiğini ve anlaşıldığını hissettirmek gerekir. Duygularını paylaştığında eleştirmek, yargılamak veya kızmak çocuğun içe kapanmasına yol açabilir.



Gücünü İstanbul Okan Üniversitesi'nden Alan

OKAN KOLEJİ

ANAKULU | İLKOKUL | ORTAOKUL | LİSE

Sınır Koyma ve “Hayır” Diyebilme Becerisi

Mahremiyet eğitiminin önemli bir parçası, çocuğun kendi sınırlarını bilmesi ve koruyabilmesidir. Çocuğun yaşına uygun kuralların birlikte belirlenmesi, ebeveynin bu kurallarda tutarlı olması çocuğun özdenetimini geliştirir. Çocuk istemediği bir durumda “Hayır” diyebilmelidir. Hayır dediği bir konuda zorlanması, onun sınırlarını ihlal eder.

Anne-baba olarak şu tür konuşmalar yapılabilir:

“Şimdi seninle vücudumuzdaki özel bölgeleri konuşalım. Bu bölgeler nerelerdir, biliyor musun?”
Çocuğa özel bölgelerin adları sade bir dille anlatılmalı ve şu açıklama yapılmalıdır:
“Bu özel bölgelere senden başka kimse dokunamaz. Sadece bazı durumlarda -örneğin doktor muayenesi sırasında veya banyoda temizlik için yardım gerektiğinde- senin izninle ben (ya da bakım veren kişi) dokunabilirim.”

Ayrıca çocuğa,

“Kimse seni zorla öpemez, sarılamaz. Daha önce izin verdiysen bile sonradan istemiyorsan bunu söyleyebilirsin. Hediye verseler bile dokunmak zorunda değilsin.” şeklinde açıklamalar yapılmalıdır.

Çocuk, istemediği bir dokunuşla karşılaştığında “Hayır!” diyerek uzaklaşması, ardından güvendiği bir yetişkine (anne, baba, öğretmen vb.) durumu anlatması gerektiğini bilmelidir.



Günlük Yaşamda Mahremiyetin Desteklenmesi

Tuvalet ihtiyacını karşılamak, giyinmek, soyunmak gibi süreçler çocuğun mahremiyet bilincinin geliştiği doğal anlardır.

- Çocuğa bu becerileri kendi başına yapabilmesi için fırsat tanınmalıdır.
 - Yardım gerektiğinde, sadece çocuğun onayıyla ve gerekli ölçüde yardım edilmelidir.
 - Kalabalık ortamlarda giyinip soyunurken mümkünse bir kapı, dolap veya perde arkasında mahremiyetini koruması öğretilmelidir.
 - Kardeşiyle aynı odada kalıyorsa, kıyafet değiştirirken yalnız kalması gerektiği hatırlatılmalıdır.
- Anne-baba da bu konuda örnek olmalı; evde giyinirken veya soyunurken mahremiyetine özen göstermeli, çocukla birlikte bu sınırları öğrenip uygulamalıdır.



Gücünü İstanbul Okan Üniversitesi'nden Alan

OKAN KOLEJİ

ANAOKULU | İLKOKUL | ORTAOKUL | LİSE

Çocuğun Güvenli İletişim Alanı

Çocuk, anne-babasına her konuyu rahatça anlatabileceğini bilmelidir. Çocuğun arkadaş çevresi, öğretmenleri ve bulunduğu ortamlar hakkında bilgi sahibi olmak ebeveyn için önemlidir. Çocuğun duygularına saygı duymak, onu dinlemek ve yargılamadan kabul etmek güven ilişkisini güçlendirir.

Bazı çocuklar, farkında olmadan başkalarının mahremiyetini ihlal eden davranışlarda bulunabilir. Bu durumlarda çocukla sakın bir şekilde konuşulmalı, empati kurmasına yardımcı olunmalıdır. "Sen olsaydın nasıl hissederdin?" gibi sorularla hem kendi hem de başkalarının özel alanına saygı duyması desteklenebilir.

Sonuç Olarak

Mahremiyet eğitimi, sadece çocuğu korumak için değil, sağlıklı bir kişilik gelişimi ve güvenli sosyal ilişkiler kurabilmesi için de gereklidir. Ebeveynin tutarlı, anlayışlı ve açık iletişim kuran bir tutum sergilemesi, çocuğun hem kendine hem de başkalarına saygı duyan bir birey olarak yetişmesine zemin hazırlar.

OKAN EĞİTİM KURUMLARI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİRİMİ



Kaynakça:

- Aydın, B. (2020). Çocuklarda mahremiyet eğitimi ve cinsel gelişim süreci. Pegem Akademi.
- Bayrak, F. (2019). Okul öncesi dönemde mahremiyet eğitimi: Ailenin rolü ve önemi. Uluslararası Erken Çocukluk Eğitimi Dergisi, 3(2), 45-58.
- Kahriman, İ., & Yıldız, S. (2018). Çocuklarda sınır koyma ve mahremiyet bilincinin geliştirilmesi. Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 8(2), 123-136.
- Milli Eğitim Bakanlığı [MEB]. (2019). Ailede mahremiyet eğitimi rehberi. MEB Yayınları.
- T.C. Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı. (2022). Çocuk ihmal ve istismarını önleme eğitimi el kitabı. Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı Yayınları.
- UNICEF Türkiye. (2021). Çocuk koruma ve güvenli yaşam becerileri rehberi. UNICEF Türkiye Ofisi.
- Yörükoğlu, A. (2017). Çocuk ruh sağlığı. Özgür Yayınları.



Gücünü İstanbul Okan Üniversitesi'nden Alan

OKAN KOLEJİ

ANAOKULU | İLKOKUL | ORTAOKUL | LİSE